

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 53



Видавничий дім
«Гельветика»
2023

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Лісеєнко Олена Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Алісаускієне Мілда – доктор соціальних наук, професор

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

Ендріулайтієне Ауксе – доктор психологічних наук, професор

Тавровецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент

Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор

Хижняк Лариса Михайлівна – доктор соціологічних наук, професор

Волошенко Марина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент

Кузьменко Вячеслав Віталійович – доктор філософських наук, професор

Деркач Лідія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор

Асєєва Юлія Олександрівна – доктор психологічних наук

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

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

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 9 від 25.09.2023 року)**

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Науковий журнал «Габітус» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія KB № 22415-12315P від 22.11.2016 року)

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1**ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ****Мороз Є.О., Червінська Т.Г., Соболевська М.О.**СОЦІОЛОГІЧНА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ФЕНОМЕНУ КОНФЛІКТУ ПОКОЛІНЬ:
КОНЦЕПТУАЛЬНА ҐЕНЕЗА ТА ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ..... 9**СЕКЦІЯ 2****СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Міршук О.Є.**

СОЦІАЛЬНА БЕЗПЕКА ЯК СКЛАДНИК ДЕРЖАВНОЇ БЕЗПЕКИ.....15

СЕКЦІЯ 3**СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Мещан І.В.**МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ
СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕГІОНАЛЬНИЙ АСПЕКТ
(СОЦІОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ НА ПРИКЛАДІ КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСТІ)..... 21**Суська О.О.**

СИМВОЛІЗАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ТА ІНСТРУМЕНТ МАСОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ..... 28

Федоренко Н.І.

СУЧАСНІ ОСВІТНІ ІННОВАЦІЇ У ВИЩІЙ ОСВІТІ: ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД.....36

СЕКЦІЯ 4**ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Миронюк О.Ю., Сердобольський А.В.**

ДОСЛІДЖЕННЯ СОРОМУ ТА ЙОГО РЕЦЕПЦІЯ У ТВОРАХ МИСТЕЦТВА..... 43

СЕКЦІЯ 5**ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Барінова Л.Я.**

ВІДЧУЖЕННЯ ЯК ФЕНОМЕН ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН..... 47

Вдовіченко О.В., Мартинюк Д.О.

АФІЛІАТИВНІ ТЕНДЕНЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ БАГАТОДІТНИХ СІМЕЙ..... 52

Власенко І.А., Кутішенко В.П., Вінник Н.Д.ПЕРЕЖИВАННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ СТУДЕНТСЬКОЮ
МОЛОДДЮ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ..... 57**Котлова Л.О., Долінчук І.О., Ілющенко І.О.**

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ..... 63

Літвінова О.В., Відніченко Л.І.ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОСОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ,
ЯКА ВИХОВУВАЛАСЯ В УМОВАХ МАТЕРИНСЬКОЇ ДЕПРИВАЦІЇ..... 69**Овчаренко О.Ю.**

ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ.....75

Субашкевич І.Р., Червінська Ю.Я. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ МЕДІАОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ В ДОШКІЛЬНИКІВ ТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	82
Фещук Т.О. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ.....	87

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Андрійчук І.П. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОБРАЗУ ФІЗИЧНОГО «Я» ЖІНОК СЕРЕДНЬОЇ ЗРІЛОСТІ.....	93
Афузова Г.В., Найдьонова Г.О., Кротенко В.І. РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	100
Большакова А.М., Бужинська С.М., Зайцева О.О. ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЯК ЧИННИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ.....	105
Головська І.Г., Авадані В.А. СХИЛЬНІСТЬ ДО СУЇЦИДАЛЬНОЇ ТА ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ДІЙ.....	110
Козира П.В., Легка А.І. ГРУПОВА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ.....	115
Лааріф А.Ж. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСНОВКИ ВЗАЄМОЗУМОВЛЕННЯ РОЗВИТКУ АКСІОСФЕРИ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	120
Лазоренко Т.М., Тернавська А.С. СПЕЦИФІКА РОБОТИ ПСИХОЛОГА З ВІЙСЬКОВИМИ – УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АДАПТАЦІЇ (РА).....	124
Parasiei-Hocher A.O., Adelaja A.O. EMPIRICAL STUDY OF THE FORMATION OF THE MORAL QUALITIES OF LEADERS OF PUBLIC ORGANIZATIONS.....	131
Смокова Л.С., Кологривова Н.М., Піщевська Е.В. МЕТОДИ ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ ЯК ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ЖИТТЄВИХ КРИЗ.....	136
Співак Л.В. АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОКОРЕКЦІЇ.....	142
Шевчук В.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ У СІМ'ЯХ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ ІЗ КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ.....	146

СЕКЦІЯ 7 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

Адаменко Г.О. ПСИХОЛОГІЧНЕ РОЗШИРЕННЯ ПОВНОВАЖЕНЬ І ЗАДОВОЛЕНІСТЬ РОБОТОЮ В ПРАЦІВНИКІВ ЛОГІСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ ПІД ЧАС ВІЙНИ РОСІЇ ПРОТИ УКРАЇНИ.....	152
--	-----

Нестеренко Н.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СЕРЖАНТІВ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ.....	159
Ніколаєв Л.О., Сабадаш А.М., Сабадаш М.П. ЛІДЕРСЬКИЙ ПОТЕНЦІАЛ КЕРІВНИКА В УПРАВЛІННІ ПЕРСОНАЛОМ ПІД ЧАС СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОЇ КРИЗИ	166
СЕКЦІЯ 8 СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Воляннюк А.М. ФЕНОМЕН ПРОАКТИВНОСТІ В ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ.....	173
Дубінін Д.О. АКСІОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ У СТРУКТУРІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ: КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ.....	178
Літвінова О.В., Лебідь О.С. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА СХИЛЬНІСТЬ ДО НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	184
Поджинська О.О., Ятищук А.А. ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЗА КОРДОНОМ.....	192
Радзівіл К.П. МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ВПЛИВУ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОПЕРАЦІЙ РОСІЙСЬКОЇ ФЕДЕРАЦІЇ НА МАСОВУ СВІДОМІСТЬ ГРОМАДЯН УКРАЇНИ.....	197
СЕКЦІЯ 9 ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Літвінова О.В., Ключніченко О.Д. КОГЕРЕНТНІСТЬ ПЕРЕЖИТОГО НЕГАТИВНОГО СІМЕЙНОГО ДОСВІДУ В ДИТИНСТВІ ТА НАВ'ЯЗЛИВИХ СТАНІВ У РАННІЙ ДОРОСЛОСТІ.....	202
Ткачишина О.Р. ПРОБЛЕМА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ.....	207
СЕКЦІЯ 10 АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ	
Яковлев Д.В. ПОЛІТИЧНИЙ ВИБІР ПОСАДОВИХ ОСІБ ПУБЛІЧНОЇ ВЛАДИ В УКРАЇНІ: ПОЛІТИКО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ.....	212
Сашуріна О.Ю. ВПЛИВ ІНТЕРНАЛЬНОЇ, ЕКСТЕРНАЛЬНОЇ ТА КОНАТИВНОЇ СКЛАДОВИХ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНОГО КОНФЛІКТУ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО НА ПРИЙНЯТТЯ ПРОФЕСІЙНИХ РІШЕНЬ.....	218
Друзь О.В., Родченко Л.М., Руденко Л.М. ВПЛИВ ВІДДАЛЕНОЇ РОБОТИ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	224

CONTENTS

SECTION 1**THEORY AND HISTORY OF SOCIOLOGY****Moroz Ye.O., Chervinska T.H., Sobolevska M.O.**

SOCIOLOGICAL INTERPRETATION OF THE PHENOMENON OF THE CONFLICT OF GENERATIONS: CONCEPTUAL GENESIS AND CONTEMPORARY CHALLENGES..... 9

SECTION 2**SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS****Mirshuk O.Ye.**

SOCIAL SECURITY AS A COMPONENT OF STATE SECURITY.....15

SECTION 3**SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Meshchan I.V.**

MECHANISMS OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF SOCIAL WORKERS IN THE CONDITIONS OF WAR: REGIONAL ASPECT (SOCIOLOGICAL STUDY ON THE EXAMPLE OF THE KYIV REGION)..... 21

Suska O.O.

SYMBOLIZATION AS A PROCESS AND TOOL OF MASS COMMUNICATION..... 28

Fedorenko N.I.

MODERN EDUCATIONAL INNOVATIONS IN HIGHER EDUCATION: EUROPEAN EXPERIENCE.....36

SECTION 4**DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY****Myroniuk O.Yu., Serdobolskyi A.V.**

STUDY OF SHAME AND ITS RECEPTION IN ARTWORKS..... 43

SECTION 5**AGE AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY****Barinova L.Ya.**

ALIENATION AS A PHENOMENON OF CHILD-PARENT RELATIONSHIPS..... 47

Vdovichenko O.V., Martyniuk D.O.

AFFILIATIVE TENDENCIES OF TEENAGERS FROM LARGE FAMILIES..... 52

Vlasenko I.A., Kutishenko V.P., Vinnyk N.D.

EXPERIENCE OF INTRAPERSONAL CONFLICTS BY STUDENT YOUTH IN THE CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE..... 57

Vlasenko I.A., Kutishenko V.P., Vinnyk N.D.

MENTAL HEALTH FOR YOUNGER PEOPLE IN CONDITIONS OF WAR TIME..... 63

Litvinova O.V., Vidnichenko L.I.

FEATURES OF THE PSYCHOSOCIAL DEVELOPMENT OF A CHILD RAISED IN CONDITIONS OF MATERNAL DEPRIVATION..... 69

Ovcharenko O.Yu.

PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF STUDENTS IN THE CONDITIONS OF ARMED CONFLICT..... 75

Subashkevych I.R., Chervinska Yu.Ya. STUDY OF THE EFFECTIVENESS OF THE USE OF MEDIA-EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN THE FORMATION OF A TOLERANT ATTITUDE TOWARDS CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS IN PRESCHOOLERS.....	82
Feshchuk T.O. THE CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF FULL-SCALE WAR.....	87
SECTION 6 PERSONALITY PSYCHOLOG	
Andriichuk I.P. PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PHYSICAL “SELF” IMAGE OF MIDDLE-AGED WOMEN.....	93
Afuzova H.V., Naidonova H.O., Krotenko V.I. RESILIENCE AS A FACTOR OF MENTAL HEALTH MAINTENANCE UNDER MARTIAL LAW.....	100
Bolshakova A.M., Buzhynska S.M., Zaitseva O.O. CHARACTERISTICS OF SELF-FULFILLMENT AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ELDERLY PEOPLE.....	105
Holovska I.H., Avadani V.A. TENDENCIES TO SUICIDAL AND DEVIANT BEHAVIOR OF ADOLESCENTS DURING MILITARY ACTIONS.....	110
Kozyra P.V., Lehka A.I. GROUP THERAPY AS A MEANS OF OVERCOMING GAMBLING ADDICTION.....	115
Laarif A.Zh. PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF INTERCONNECTION BETWEEN THE DEVELOPMENT OF THE AXIOSPHERE AND SELF-ACTUALIZATION OF PERSONALITY.....	120
Lazorenko T.M., Ternavska A.S. THE SPECIFICS OF A PSYCHOLOGIST’S WORK WITH MILITARY ACTION PARTICIPANTS WITH ADAPTATION DISORDER (AD).....	124
Parasiei-Hocher A.O., Adelaja A.O. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНОСТІ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ КЕРІВНИКІВ ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ.....	131
Smokova L.S., Kolohryvova N.M., Pishchevska E.V. GESTALT PSYCHOLOGY METHODS AS FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF AN INDIVIDUAL IN THE CONTEXT OF LIFE CRISES.....	136
Spivak L.V. ART THERAPY AS A METHOD OF PSYCHO-CORRECTION.....	142
Shevchuk V.V. FEATURES OF THE PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF CHILD-PARENT RELATIONSHIPS IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISABILITIES.....	146
SECTION 7 PSYCHOLOGY OF WORK	
Adamenko H.O. PSYCHOLOGICAL EMPOWERMENT AND JOB SATISFACTION OF LOGISTICS WORKERS DURING RUSSIA’S WAR AGAINST UKRAINE.....	152

Nesterenko N.V. FEATURES OF THE PROFESSIONAL ACTIVITIES OF THE SERGEANTS OF THE GROUND FORCES OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE.....	159
Nikolaiev L.O., Sabadash A.M., Sabadash M.P. MANAGERIAL LEADERSHIP POTENTIAL IN PERSONNEL MANAGEMENT DURING THE SOCIOECONOMIC CRISIS	166

SECTION 8 SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY

Volianiuk A.M. THE PHENOMENON OF PROACTIVITY IN FOREIGN RESEARCH.....	173
Dubin D.O. AXIOLOGICAL COMPETENCE IN THE STRUCTURE OF POLICE OFFICERS RESILIENCE: CONCEPTUALIZATION OF THE CONCEPT.....	178
Litvinova O.V., Lebid O.S. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE INFLUENCE OF THE CHILD-PARENT RELATIONSHIP ON ADOLESCENTS' PROPULSION TO DRUG ADDICTION.....	184
Podzhynska O.O., Yatyshchuk A.A. PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF FORCED MIGRANTS ABROAD.....	192
Radzivil K.P. METHODS AND MEANS OF INFLUENCE OF INFORMATION-PSYCHOLOGICAL OPERATIONS BY THE RUSSIAN FEDERATION ON THE MASS CONSCIOUSNESS OF UKRAINIAN CITIZENS.....	197

SECTION 9 PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY

Litvinova O.V., Kliushnichenko O.D. COHERENCE OF NEGATIVE FAMILY EXPERIENCES IN CHILDHOOD AND OBSESSIVE STATES IN EARLY ADULTHOOD.....	202
Tkachyshyna O.R. THE PROBLEM OF MENTAL HEALTH IN UKRAINE: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS.....	207

SECTION 10 CURRENT ISSUES OF PSYCHOLOGY

Yakovlev D.V. POLITICAL CHOICE OF PUBLIC AUTHORITY OFFICIALS IN UKRAINE: POLITICAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS.....	212
Sashurina O.Yu. THE INFLUENCE OF INTERNAL, EXTERNAL AND CONATIVE COMPONENTS OF A POLICE OFFICER'S INTRAPERSONAL CONFLICT ON MAKING PROFESSIONAL DECISIONS.....	218
Druz O.V., Rodchenko L.M., Rudenko L.M. THE IMPACT OF REMOTE WORK ON THE MENTAL HEALTH OF WORKERS IN MARTIAL LAW.....	224

СЕКЦІЯ 1 ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ

СОЦІОЛОГІЧНА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ФЕНОМЕНУ КОНФЛІКТУ ПОКОЛІНЬ: КОНЦЕПТУАЛЬНА ГЕНЕЗА ТА ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ

SOCIOLOGICAL INTERPRETATION OF THE PHENOMENON OF THE CONFLICT OF GENERATIONS: CONCEPTUAL GENESIS AND CONTEMPORARY CHALLENGES

Стаття присвячена дослідженню витоків конфліктів поколінь, що набувають особливої гостроти на новітньому етапі суспільного розвитку. На основі огляду літератури з такої тематики здійснено метарефлексію соціальних, економічних та історичних викликів капіталістичної доби, що руйнують усталений механізм міжпоколінної репродукції. Представлено причини та наслідки появи процесів послаблення впливу інституту соціального наставництва, а також втрати старшим поколінням статусу суб'єкта носія знань як вітального для виживання поколінь. Виявлено значення розриву ціннісно-нормативної компоненти структури соціальних груп як ключового у механізмі окреслення природи конфлікту поколінь. Проведений стислий огляд специфіки витоків конфлікту поколінь в українському суспільстві. Здійснено теоретичну інтерпретацію концепту «покоління» крізь призму соціологічної оптики аналізу, де акцентується окреслення соціально-групових характеристик покоління як базових. Такими характеристиками виступають ціннісні орієнтації, норми поведінки, очікування, контроль, виразні інгрупові почуття індивіда, які він розділяє з іншими членами групи. Продемонстровано принципову концептуальну відмінність соціологічного підходу до трактування покоління порівняно з відповідною дефініцією у таких науках, як демографія та статистика. Охарактеризовано змістовий перетин концептів «конфлікт поколінь» та «розрив поколінь» та доцільність їх застосування в описі соціальних феноменів. Наголошується на потребі розрізнення мотивів виникнення конфліктів на підґрунті міжпоколінних відмінностей та ейджизму (дискримінації за віком). Здійснений аналіз у перспективі дозволить виділити характеристики конфлікту поколінь як нового соціального феномену в постінформаційному суспільстві та описати його роль у системі збереження соціального порядку.

Ключові слова: покоління, конфлікт поколінь, розрив поколінь, ейджизм, репродукція, соціальний час.

The article is devoted to the study of the origins of generational conflicts, which have become particularly relevant in the latest stage of social development. Based on a review of literature on the topic, a metareflection has been conducted on the social, economic, and historical challenges of the capitalist era, which destroy the established mechanism of intergenerational reproduction. The causes and consequences of the weakening influence of the institute of social mentorship, as well as the older generation's loss of the status of knowledge bearer vital for the survival of generations, are presented. The importance of the value-normative component rupture in the structure of social groups as key to the nature of the generational conflict mechanism has been identified. A brief overview of the specifics of the origins of the generational conflict in Ukrainian society has been conducted. There has been carried out a theoretical interpretation of "generation" as a concept through the prism of sociological analysis optics. Here is shown the emphasis on defining the social group characteristics as fundamental for the generation. Such characteristics include value orientations, behavioural norms, expectations, control, distinct in-group feelings of an individual that one shares with other group members. The fundamental conceptual difference in the sociological approach to the definition of a generation compared to the corresponding definition in demography and statistics has been demonstrated. The content intersection of the concepts "generational conflict" and "generation gap", and the appropriateness of their application in describing social phenomena, is characterized. The need to distinguish between the motives for conflicts based on intergenerational differences and ageism (age discrimination) is emphasized. The analysis conducted in this perspective will allow for the identification of the characteristics of the generational conflict as a new social phenomenon in the post-information society and describe its role in the system of maintaining social order.

Key words: generation, generational conflict, generation gap, ageism, reproduction, social time.

УДК 316.442
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.1>

Мороз Є.О.

к.соціол.н., доцент,
доцент кафедри теорії та історії
соціології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Червінська Т.Г.

к.соціол.н., доцент,
доцент кафедри теорії та історії
соціології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Соболевська М.О.

д.соціол.н., доцент,
доцент кафедри теорії та історії
соціології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Чому конфлікти поколінь у наш час перетворилися на рутину, щось добре знайоме кожному? Чи можуть покоління порозумітися або ж, може, конфлікти між генераціями є цілковитою нормою і не варто прагнути до їх подолання? Фактично за часів середньовіччя феномен покоління не

потрапляв до фокусу уваги соціології і був відсутній саме тому, що індивіди за соціальними характеристиками не відрізнялись одне від одного – існував механізм прямої соціальної репродукції, в результаті якого особистісні та професійні траєкторії молоді «дублювали» стиль життя пращурів. Крім того, відсутність

радикальних інновацій значно сповільнила плин соціального часу. Люди розуміли одне одного принаймні в контексті засадничих ціннісних аспектів, тому й конфлікт поколінь тоді був майже неможливий (йдеється лише про такий вид конфліктів, звичайно, про відсутність конфліктів інших типів не можна говорити). Молоде покоління ХХ–ХХІ століття розриває цю вікову ціннісну гармонію і бажає жити інакше, аніж попередники. Мислити інакше, спілкуватись інакше, конструювати цей світ за новими правилами. Звичайно, кращого підґрунтя для виникнення низки конфліктів годі й уявити. Зрештою, лише у наш час є можливим співіснування значної кількості поколінь (мінімум чотирьох) в одному просторі, тоді як раніше низька тривалість життя людини унеможлиблювала таку соціальну структуру суспільства.

Увага до соціологічного аналізу відмінностей поколінь бере відлік від часу виходу статті К. Мангейма («Проблема поколінь», 1928) [13]. Згодом такі дослідники, як М. Мід, С. Паркінсон, Б. Тернер, Х. Ортега-і-Гассет, Л. Фойер, продемонстрували, що саме у ХХ столітті покоління не лише відокремлюються, але й протиставляють власні цінності, що сприяє формуванню альтернативних життєвих траєкторій і створює перманентне підґрунтя для виникнення конфліктних ситуацій. На сучасному етапі, акцентуючи увагу на проблемах адаптації молодого покоління до соціального світу, таку тематику розробляли П. Бурдьє, Д. Гайдт, Н. Гоув, В. Грегг, Г. Лук'янофф, Д. Стілман, Д. Твенге, В. Штраус та ін. Серед вітчизняних науковців відповідну проблематику досліджували такі вчені, як Н. Коваліско, С. Макеєв, К. Мальцева, Л. Малиш, С. Оксамитна, О. Іваненко та ін., у текстах яких можна помітити акцент на дослідженні соціальної структури поколінь (зокрема, українських), виокремлення їхніх базових характеристик. Безпосередній розгляд перебігу конфліктів поколінь є предметом аналізу більшою мірою соціальних психологів та представників психоаналізу, які розглядають такий феномен у контексті виявлення внутрішніх переживань людей у тих чи інших ситуаціях, а також суб'єктивних мотивів включення до такого виду взаємодій. Метою ж цієї статті є виявлення чинників поглиблення конфліктів поколінь у ХХ–ХХІ століть на основі метарефлексії історико-соціологічного тла, що б дозволило наблизитись до виділення феноменальних характеристик конфлікту поколінь та описати його статус як (кон/де)структивного щодо збереження соціального порядку.

Виклад основного матеріалу. В березні 2023 року український Інтернет збурило відео з опорною назвою «дівчина зі скакалкою» [7], на якому представлено конфлікт дівчини та

жінки (ймовірно, старшого віку), приводом до якого стала різниця бачення, де саме дівчина повинна займатися спортом (стрибати на скакалці). Дівчина хотіла це робити біля власного під'їзду, тоді як жінка наказувала піти в інше місце, адже спортивні вправи, здається, драгували її. В обґрунтуванні власних позицій суб'єктами взаємодії було застосовано різні аргументи: дівчина апелювала до відсутності як формальних заборон на вчинення таких дій у відповідному місці («я маю на це право»), так і до відсутності зручних альтернативних локацій довкола. Опонентка ж використовувала аргументи іншого порядку, зокрема, апеляцію до особистого авторитету («я старша, моє слово більш вагоме»), а також психологічний тиск та маніпуляції (прямі образи, емоційні збурення). Представлені способи боротьби за отримання відповідного обмеженого ресурсу і сам тип ресурсу дає можливість стверджувати, що така ситуація є яскравим прикладом конфлікту поколінь. Причому ресурс, за який змагаються опонентки, – це не право займатися спортом у певному просторі, а насправді право на конструювання соціальних смислів («право на істину»), релевантних для відповідної соціальної групи, що є частиною символічної боротьби за владу. Під час перегляду зазначеного відео складається стійке враження, що суб'єкти конфлікту навряд зможуть досягнути конструктивного варіанту його вирішення (керуючись термінологією Томаса-Кілмена – співробітництва або ж, принаймні, компромісу), адже вони ніби розмовляють різними мовами, або, якщо говорити точніше, використовують різнопорядкове аргументування. Масовий флешмоб, значна кількість коментарів в Інтернеті, створення хештегів – все це зробило такий конфлікт поколінь (на перший погляд ситуативний та локальний) біля одного з під'їздів Івано-Франківська подією значно більшого масштабу.

Що в описаній вище моделі комунікації унеможливило порозуміння та чому її можна розглядати як модель взаємодії, яка з огляду на коментарі користувачів соціальних мереж має універсальний характер, тобто відгукується багатьом? Соціологія поколінь ХХ століття намагається надати відповіді на ці питання. Щоправда, частку «ХХ століття» у попередньому реченні можна було б і прибрати, адже зміст речення від того не змінився б. Річ у тому, що соціологія поколінь як напрям виникає у минулому столітті саме тому, що у цей час феномен покоління стає предметом соціологічного аналізу [2]. Якщо керуватися визначенням поколінь суто статистично за темпоральним аспектом (батьки-діти як демографічні групи з різницею приблизно у 25 років), звичайно, покоління існували завжди. Проте для соціології покоління – це передусім соціальна

група. Тобто група людей, яка характеризується більш-менш чітким самоусвідомленням та наявністю якісно інших характеристик (цінностей, норм, патернів поведінки, очікувань, внутрішнім соціальним контролем за поведінкою членів групи, виразними «ми-груповими почуттями» та ін.) порівняно з попереднім поколінням.

Причини міжпоколінних конфліктів, що у загальних аспектах пояснюються відмінністю ціннісних орієнтацій поколінь як соціальних груп, варто представити у ширшому метарефлексійному контексті відповідних розривів. Сам механізм міжпоколінної репродукції було добре описано у працях П. Бурдьє, який стверджує, що про спадок варто говорити не лише у звичному (матеріальному) контексті [6]. В процесі родинної соціалізації нащадки заможних родин отримують і доступ до вищої освіти, яка посилює та легітимізує соціальний статус особи і «представляє» освітні досягнення як результат індивідуальних зусиль дитини. Ці «зусилля» мають сильний бекграунд сімейних установок, цінностей, практик, знань на навичок щодо таких неочевидно важливих аспектів, як комунікації з представниками освітніх інституцій або ж техніки засвоєння знань. Тож декларована демократія в освіті, з точки зору П. Бурдьє, є нічим іншим, аніж фікцією, так само як ілюзією є представлення дітей на початкових етапах навчання як рівних у можливостях сприймати та засвоювати інформацію. За цією «рівністю» приховується дуже різний досвід первинної соціалізації у різних сім'ях. (Вважаємо, що гарною ілюстрацією відповідних прихованих процесів є комікс ілюстратора Тобі Морріса «On a plate» [15].) Проте все більше дослідників зауважують потребу врахування додаткових факторів суспільства у стані змін та трансформацій, що були відсутні у суспільствах минулого, які принципово змінюють характер міжпоколінної комунікації [4].

Так, епоха глобальних соціальних трансформацій та експоненціального людського розвитку, що бере витоки у ХІХ столітті, разом з укоріненням капіталізму є плідним підґрунтям як окресленого вище ціннісного розриву, так і низки інших процесів, що зумовлюють відмінності між поколіннями. Насамперед варто зазначити, що капіталізм поступово стирає межі звичного механізму соціальної репродукції. Середньовічні мануфактури не можуть конкурувати з підприємствами нового типу, тож процес передавання професійних знань, навичок та вмінь «від покоління до покоління» втрачає сенс. Динаміка соціального часу пришвидшується. Якщо раніше покоління не відчували змін протягом життєвого циклу, тобто молодь проживала за тих же умов, що й прадіди, то зараз динаміка соціального часу нарощується у геометричній прогресії. Ми ледь не щогодини

переглядаємо стрічку новин, адже актуальні зміни, навіть і радикального характеру, відбуваються постійно. Молодь змушена адаптуватися до умов ринкової конкуренції і виживати, керуючись іншими настановами, отримати які вони можуть від новітніх агентів соціалізації, а не батьків. Останнім же вкрай важко пережити ціннісну аномію як результат деструкцій маховика капіталістичних соціальних трансформацій, тож вони продовжують керуватися традиційною системою норм та цінностей, неробочою, проте принаймні знайомою та зручною. Відбувається «аномія» старості, або ж втрата старшим поколінням статусу авторитетного носія знань, яка у традиційному суспільстві була вітальною для виживання спільнот. Якщо раніше молоді та фізично сильні особи були прагматично зацікавлені у старших поколіннях (адже з їх фізичним зникненням втрачалася і низка практично корисних вмінь та навичок), то нині цей ефект відтворюється досить слабо. Знання минулого лише почасти корисні у стрімко змінному суспільстві нового часу [10]. Як зворотний ефект окресленого – підтримка молоддю старших людей набуває іншого сенсу і вже є підкріплена хіба що традиційними (десь ірраціональними) настановами, які за термінологією В. Парето можна описати дериваціями першого порядку («підключися до старших, тому що так треба»).

Тож відбувається масштабна та революційна трансформація інституту «соціального наставництва», акторами якого виступають тепер не лише члени сім'ї, сусідство та ближнє оточення, але і соціальні структури (ЗМІ, соціальні мережі, блогерство та ін.). Відбувається критичне переосмислення способів самоідентифікації особистості, що раніше базувалось на соціальних стереотипах, наприклад, «батькам треба бути вдячним», «старших треба поважати», а також усталених маніпулятивних висловах («встань, коли старші до тебе звертаються»; «ось виростеш, будеш людиною, а поки – мовчи» та ін.). Зазначимо, що стереотипна установка «старших треба поважати» є змістовно маніпуляцією, що апелює до встановлення соціального контролю, тобто в такому випадку «поважати» означає «коритися». Якщо ж замислитися, що справді повинно викликати у людини повагу у процесі спілкування з іншими, то це досвід, але аж ніяк не вік сам по собі. Вік у цьому «рівнянні» є лише індикатором, з яким прямо пропорційно (проте не беззаперечно) корелює досвід людини.

Така сучасна компонента виховання та освіти, як навичка критичного мислення, передбачає постановку значної кількості уточнюючих питань щодо вище наведених тверджень, пояснення та обґрунтування яких зазвичай відсутні (власне, функція соціальних стереотипів та усталених виразів частково

й виражена у так званій економії мислення, коли не передбачається осмислення та раціоналізація настанови і посил сприймається як є, підкріплений ніби погодженням з авторитетом мовчазної більшості, що, отже, не передбачає прояснення у подальшому діалозі). Так, авторитетна антропологиня М. Мід [14] стверджує, що конфлікти між поколіннями – феномен універсальний для суспільств загалом і по суті притаманний лише нашому часу. Сьогодення з його орієнтацією на майбутнє та потребою у «мисленні наперед» змінює споконвічний устрій, не просто руйнуючи його, а ніби перевертаючи з ніг на голову. Тепер дорослі вимушені вчитися у своїх дітей, що є надзвичайно болісним процесом як у соціальному, так і в психологічному розрізі (згадаймо лише, що старшим людям зазвичай складніше пристосуватися до процесу тотальної технологізації). Тож вище наведені соціальні стереотипи про авторитет старшої людини залишаються хіба що ілюзорною та примарною спробою хоч якось втримати старі-добрі соціальні традиції збереження соціальної дистанції за віком.

Тож у другій половині ХХ століття вчені виявляють неабиякий інтерес до дослідження природи конфліктів між поколіннями як результат актуального запиту до появи нових феноменів [10; 11; 12; 17]. Варто зазначити, що про конфлікти між поколіннями у статті йдеться у широкому значенні, адже відповідні протистояння можуть мати різну форму: як особистісну, так і групову, інституційну; локальну, глобальну, систематичну та ін. Зокрема, рухи ліворадикально налаштованої молоді наприкінці 60-их – на початку 70-х років ХХ століття є варіацією групового опосередкованого міжпоколінного конфлікту, адже молодь у своїх деклараціях та символічних самопрезентаціях зверталася до старших поколінь мовою вуличних транспарантів, рішуче відмовляючись дотримуватися усталених у суспільстві норм поведінки. Так, ідеолог цього руху Г. Маркузе [5], міркуючи про природу міжпоколінних конфліктів, стверджує, що ця протидія (революційна за характером) є цілком природним способом задоволення людських потреб, що конструктивно впливає на суспільство. Справді, саме у цей час у загальному суспільствознавстві виокремлюється конфліктологічна парадигма (витоки якої фіксуємо ще з марксизму), яка критикує структурний функціоналізм за розгляд конфлікту як деструкції, соціальної хвороби. Так, чисельні соціальні рухи другої половини ХХ століття отримують «зелене світло» підтримки з боку науки.

Сплески конфліктів між поколіннями саме у ХХ столітті пов'язують також зі станом соціальної травми населення того часу (як результат світових війн, геноцидів, безробіття та ін.). В текстах науковців як метафора вживається

навіть термін «війна поколінь» як наслідок позначення соціального неврозу у суспільстві, зокрема щодо молодих поколінь, які вимушено опинилися у статусі груп-відбудовників після Другої світової війни. Можна додати, що в цей час посилюється також і відчуження між дітьми та батьками внаслідок трансформації інституту сімейного виховання. Батьки проводять час на роботі, залишаючи дитину на самоті або під наглядом чужих людей; збільшується кількість розлучень; зростає значення економічного добробуту, ціною якого часто є послаблення первинних соціальних зв'язків. Щодо українських поколінь можемо додати ідею виховання на основі принципу державницької користі; потребу виживання та навик «не говорити зайвого»; ефект руйнування на очах системи радянських ідеалів [3]. Буремні умови соціалізації поколінь ХХ століття створили хитке підґрунтя для порозумінь з іншими, і скоріше сприяли цинічному ставленню до настанов попередників.

З 60-их років ХХ століття у західному науковому співтоваристві набуває популярності термін, що ніби створює пом'якшену альтернативу «міжпоколінному конфлікту». Це «generation gap» [14], розрив між поколіннями. Цей термін описує об'єктивно існуючі відмінності між поколіннями (у атитюдах, поведінці, сприйнятті реальності, мові, пріоритетах у житті, соціальних нормах), що можуть викликати нерозуміння одне одного або навіть і конфлікти, проте останнє – зовсім не є обов'язковим. Справді, ми можемо бути дуже різними, проте сприйняття самої ідеї diversity й дотримання принципу інклюзії сприяє безконфліктному існуванню індивідів спільно. Так, молода особа може не поділяти і не розуміти хобі старших поколінь (і навпаки), проте сама установка «ми різні за потребами і це нормально» дозволяє говорити про розрив поколінь, проте не про конфлікт. Такий розріз предметного поля статті дозволяє поміркувати щодо утопічного питання, чи можливо подолати конфлікт поколінь. Якщо відштовхуватись від розуміння відмінності сучасних поколінь як нормативної основи соціального порядку (і посилення цих відмінностей з плином часу), то природа самого конфлікту нівелюється. Усвідомлення ж сепарації поколінь як необхідного етапу дорослішання дозволяє приймати й оцінювати бажання підлітків «пробувати бути інакшими» як нормальне, необхідне і корисне.

Конфлікт поколінь часто співіснує пліч-о-пліч з ейджизмом, дискримінацією людини на основі уявлень про те, якою вона повинна бути як представник(ця) певної вікової групи. У своєму інтерв'ю «Youth is just a word» [9] французький соціолог П. Бурдьє з позиції соціального конструктивізму демонструє, що «молодість» та «старість» є соціальними кон-

структами, елементами символічної боротьби, у якій дозволи на певні соціально затребувані акти можуть підлягати табуванню саме через приписування анонімною соціальною більшістю певним віковим категоріям ідеологічних характеристик та прав, порушення яких ретельно відслідковується задля збереження наявного соціального порядку. Так, соціальний статус та особливості соціокультурного середовища можуть корелювати з потребою людини вважатися «молодою» чи «старою». В культурі, де високо цінується молодість та краса (бути молодим – більш престижно), жінки можуть відчувати зовнішній тиск, що змушує «залишатися» молодю та привабливою якомога довше незалежно від біологічного віку. З іншого боку, у деяких культурах старість пов'язана з повагою і може виконувати функцію фасилітації необхідного, тому люди йдуть на жертви задля символічного дорослішання, щоб досягти відповідного соціального статусу.

Основа конфлікту поколінь – це передусім інгрупові vs аутгрупові протиставлення, що характеризуються чітким усвідомленням глибоких відмінностей між генераціями. Проте оскільки демографи суто статистично вирізняють покоління за критерієм віку (зауважимо, що соціологи використовують інший критерій, який, щоправда, приблизно співпадає з демографічною категоризацією. Цей критерій – період усвідомленої соціалізації, вік, коли молода людина вже здатна до певної рефлексії), то досить часто підґрунтям для їх виникнення є непорозуміння на тлі ейджизму. Наприклад, семирічні не бажають гратися з п'ятирічною дитиною, вважаючи її занадто малою, цькують за намір приєднатися до гри. В такому випадку ці два роки створюють «віковий розрив», значущий для дітей, формуючи поведінку на основі принципів ейджизму («не бажаю гратися з молодшим, адже мене засудять мої однолітки»). Інший приклад описує вже розрив поколінь, який потенційно може перерости у конфлікт. Група сімнадцятирічних підлітків прагне відсвяткувати день народження одного з друзів, проте неодмінною умовою свята є відсутність батьків у просторі урочистої події. В такому випадку принциповим є не віковий чинник, а якісні групові відмінності між поколіннями («батьки інакші, вони не потрібні на нашому заході собі подібних»). Тож сутнісна відмінність між конфліктом поколінь та дискримінацією за віком полягає у характері протиставлення. У першому випадку йдеться про досить чітке усвідомлення приналежності до різних соціальних груп («ми різні») та бажання захистити групові кордони, у другому ж – значущим критерієм є вік, а точніше символічні приписи щодо певного віку.

Соціальні пертурбації минулого століття в Україні додали конфронтаційних викликів до

й так ускладнених соціальних взаємодій поколінь [2; 3]. Відмінності між мовчазним поколінням, поколіннями baby boomers, поколінням X, міленіалами та поколінням Z (тут користуємось термінологією Н. Гоува та В. Штрауса [17]) в Україні набувають особливого забарвлення як наслідок зламу радянської системи та руйнування відповідної ідеології. Травмовані у молодому віці Другою світовою війною нечисельні представники мовчазного покоління у процесі соціалізації навчаються бути непомітними, не виділятися з мас, оскільки це означає фізичне виживання. Покоління boomers, нині представлене особами пенсійного віку, вочевидь відчуває ціннісний дисонанс у сучасних умовах конкуренції та капіталізму, супроти чого поставали всі нормативні радянські декларування. Наступному поколінню X не пощастило жити у час тотальної аномії, коли радянська система руйнувалась на очах, тоді ж як будівництво нової ціннісно-нормативної ієрархії – процес тривалий і болісний. Тотальна руйнація ідеалів, самотність, трудове відчуження, потреба у вітальному виживанні – це те, що може частково пояснювати цинізм та нігілізм цієї соціальної групи. Відповідний скепсис до функціонування традиційних інституцій поділяють і міленіали, які ледь не вперше в історії поколінь прямо та відверто протиставляють свій стиль життя батьківському і не приймають їх правила (voluntary childlessness, до прикладу, є ідеєю особливо поширеною саме серед міленіалів). Про сучасне молоде покоління Z написано досить багато робіт із соціології, психології, педагогіки [1; 8; 12; 16]. Об'єднує ці роботи думка про виразну відмінність нашої молоді, які немов прибульці з іншої планети потребують зовсім інших підходів до навчання, дозвілля, організації праці.

Підсумовуючи, бачимо, що у соціальному просторі України існують, як мінімум, чотири великі соціальні групи поколінь з різними ціннісними орієнтирами, нормативними регуляторами, життєвими траєкторіями. Порозумітися одне з одним – завдання не з легких, яке, щоправда, полегшується за умов існування зовнішнього суб'єкта протидії під час російсько-української війни, оскільки механізм згуртованості групи особливо ефективною за умов існування аутгрупових протистоянь. Соціологічна ж інтерпретація конфлікту поколінь потенційно може сприяти ефективній імплементації відповідних принципів для врегулювання взаємодії поколінь у суспільстві механізмами соціальних технологій. До принципів такої інтерпретації належить таке: розуміння, що конфлікти – це необхідна частка функціонування суспільної системи, тож повністю «позбавитись» їх неможливо і навіть шкідливо; концептуальну генезу конфліктів поколінь варто розглядати крізь призму концептів

«соціальний вік» та «соціальний час»; витоки конфлікту поколінь містяться у трансформаціях суспільства нового часу, що руйнують історичний механізм міжпоколінної репродукції; як наслідок зазначених масштабних змін наявні підстави виділити генерації не лише у демографічній площині, але й у площині соціально-групових характеристик; відповідне представлення поколінь у рамках соціології соціальних груп дозволяє використання надбання останньої, зокрема, щодо природи виникнення конфліктів як протиставлення інгрупи аутгрупи; конфлікти варто розглядати як одну з альтернатив розгортання соціальних взаємин у рамках розриву поколінь.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вітт Г., Берд Д. Покоління зумерів. Як бренди формують довіру. 2021. *Vivat*. С. 41–65.
2. Коваліско Н., Макеев С. Покоління в історико-соціологічній перспективі. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2021. № 3. С. 5–20.
3. Іваненко О. Покоління Y: чи легко бути молодим. *Соціальні виміри суспільства* : збірник наукових праць. 2019. Випуск 11 (22). С. 304–320.
4. Макарова М. Типи міжпоколінної комунікації як механізму соціокультурної спадкоємності. *Питання культурології*. 2019. № 35. С. 205–213.
5. Маркузе Г. Одновимірна людина. Дослідження ідеології розвинутого індустріального суспільства. *Сучасна зарубіжна соціальна філософія: хрестоматія*. 1996. Київ : Либідь. С. 87–134.
6. Мороз Є. Теоретико-методологічні засади концепції культурної репродукції П. Бурдьє: можливості використання на сучасному етапі розвитку соціологічної теорії. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : збірник наукових праць. 2015. Вип. 26(1). Київ : Логос. С. 14–21.
7. Поя А. «Культурна модель «дівщини»: в мережі запустили флешмоб на підтримку дівчини, яка стрибала на скакалці. *Українська правда*. 2023. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2023/03/21/253443/> (дата звернення: 16.09.2023).
8. Стілман І., Стілман Д. Покоління Z на роботі. 2019. *Фабула*. С. 5–22, 278–286.
9. Bourdieu P. 'Youth' is just a word. *Sociology in Question*. 1993. Thousand Oaks, CA : Sage. P. 94–102.
10. Dumas A., Turner B. Ageing in post-industrial societies: Intergenerational conflict and solidarity. *The Welfare State in Post-industrial Society: A global perspective*. 2009. New York : Springer. P. 41–56.
11. Feuer L. The Conflict of Generations. The Character and Significance of Student Movement. 1969. New York. P. 318–385.
12. Lukianoff G., Haidt J. The Coddling of the American Mind. How Good Intentions and Bad Ideas are Setting Up a Generation For Failure. 2018. New York : Penguin Press.
13. Mannheim K. The Problem of Generation. *Essays on the Sociology of Knowledge*. 1952. Oxford University Press. P. 276–322.
14. Mead M. Culture and commitment. A study of generation gap. *Nature History Press*. New York. 1970. P. 25–51.
15. Morris T. On a plate. *Word on the streets*. 2020. URL: https://www.wordonthestreets.net/Articles/569596/On_a_plate.aspx (дата звернення: 16.09.2023).
16. Palfrey J., Gasser U. Born Digital: Understanding the First Generation of Digital Natives, 2008. New York : Basic Books.
17. Strauss W., Howe N. Generations: The history of America's future, 1584 to 2069. 1991. New York, London : Harper Perennial.

СЕКЦІЯ 2 СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

СОЦІАЛЬНА БЕЗПЕКА ЯК СКЛАДНИК ДЕРЖАВНОЇ БЕЗПЕКИ SOCIAL SECURITY AS A COMPONENT OF STATE SECURITY

У статті розглядається соціальна безпека населення як складник державної безпеки України. Визначено, що державна безпека в умовах війни залежить від багатьох факторів: військово-політичного забезпечення, фінансової підтримки країнами-партнерами, Збройних сил України, стану соціальної сфери підтримки населення. Акцентовано увагу на тому, що «безпека» – це комплексна характеристика внутрішніх та зовнішніх умов буття індивіда, соціальної групи, державних інститутів, яка відображає здатність зберігати свою цілісність, стійкість та потенціал щодо ефективного функціонування і стійкого розвитку, а на їх основі – можливість надійного захисту від будь-яких деструктивних внутрішніх і зовнішніх дій. Звернуто увагу на те, що державна безпека є багатокomпонентним явищем і містить у собі різні напрями: політичний, економічний, соціальний, екологічний, продовольчий, воєнний, енергетичний. Зазначено, що соціальна безпека – це стан гарантованої правової та інституціональної захищеності життєво важливих соціальних інтересів особи та суспільства від зовнішніх і внутрішніх загроз. Розглянуто внутрішні та зовнішні чинники, які сприяють соціальній безпеці в Україні. Виокремлено соціальні загрози, які виникли в ході війни. Обґрунтовано внутрішні та зовнішні фактори, що впливають на соціальне забезпечення у воєнний час. Проаналізовано впроваджені проекти уряду, які спрямовані на забезпечення можливого рівня соціальної безпеки у суспільстві у складних умовах воєнного стану. Розглянуто результати соціологічного опитування, що проводилося соціологічною службою Центру Разумкова. Виокремлено основні проблеми у соціальній безпеці. Зроблено висновок, що негайно необхідно вносити зміни у соціальний складник державної безпеки для підтримки найбільш вразливих верств населення, враховуючи їхні соціальні потреби, спричинені військовими діями в окремих регіонах нашої країни та вимушеним переселенням.

Ключові слова: соціальна безпека, державна безпека, проблеми соціальної безпеки, соціальний захист.

The article deals with social security of the population as a component of the State security of Ukraine. It is determined that state security in wartime depends on many factors: military and political support, financial support from partner countries, the Armed Forces of Ukraine, and the state of the social sphere of support for the population. The author emphasizes that "security" is a comprehensive characteristic of the internal and external conditions of existence of an individual, a social group, and State institutions, which reflects the ability to maintain their integrity, stability and potential for effective functioning and sustainable development, and on their basis – the possibility of reliable protection against any destructive internal and external actions. The author emphasizes that state security is a multicomponent phenomenon and includes various areas: political, economic, social, environmental, food, military, and energy. It is noted that social security is a state of guaranteed legal and institutional protection of vital social interests of an individual and society from external and internal threats. The author examines the internal and external factors contributing to social security in Ukraine. The social threats that arose during the war are highlighted. Internal and external factors affecting social security in wartime are substantiated. The implemented government projects aimed at ensuring the highest possible level of social security in society in the difficult conditions of martial law are analyzed. The results of a sociological survey conducted by the Razumkov Center's sociological service are considered. The main problems in social security are highlighted. It is concluded that it is necessary to make immediate changes to the social component of state security to support the most vulnerable segments of the population, taking into account their social needs caused by military operations in certain regions of our country and forced displacement.

Key words: social security, state security, social security problems, social protection.

УДК 316.4:338:351
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.2>

Міршук О.Є.

к.пед.н., доцент,
начальник кафедри соціально-гуманітарних дисциплін
Національна академія Національної гвардії України

Постановка проблеми. З початком повномасштабного вторгнення Російської Федерації на територію нашої країни гостро постало питання забезпечення належного рівня безпеки людини та соціуму, що забезпечує існування України як суспільно-політичного інституту. Державна безпека забезпечує регулювання суспільних відносин усередині держави та поза її межами і спрямовується на задоволення потреб та інтересів окремої особистості та соціуму загалом.

Соціальний складник забезпечення державної безпеки містить усе те, що може призвести до негативних наслідків у країні: це і рівень соціального напруження, невдоволеність людиною рівнем соціально-економічного розвитку держави тощо.

Державна безпека в умовах війни залежить від багатьох факторів: військово-політичного забезпечення, фінансової підтримки країнами-партнерами, Збройних сил України, стану соціальної сфери, підтримки населення. Таким

чином, актуальність нашого дослідження полягає у визначенні головних аспектів соціальної безпеки як складника державної безпеки.

Аналіз останніх досліджень та публікацій дозволив визначити, що проблематику державної безпеки досліджували: О. Бандурка, С. Белай, Я. Жаліло, В. Мунтіян. Проблематику змісту соціальної безпеки та її значення визначали: І. Гнибіденко, Е. Лібанова, В. Скуратівський, О. Панькова та інші.

Сутність соціальної безпеки аналізували: З. Варналій, О. Давидюк, О. Коваль, О. Сидорчук. Соціальний складник державної безпеки висвітлений у роботах А. Баланди, В. Ліпкан та О. Палій. Проте, попри значні напрацювання з досліджуваної нами проблематики, є необхідність у визначенні головних аспектів соціальної безпеки як складника державної безпеки.

Метою статті є визначення головних аспектів соціальної безпеки як складника державної безпеки України.

Виклад основного матеріалу. В умовах війни в Україні особливої уваги заслуговує соціальна безпека. Термін «безпека» розглядався багатьма науковцями. Так, наприклад, В. Пасічник запропонував чотири підходи до трактування цього поняття:

- статичний підхід розглядає безпеку як сан захищеності від...;
- апофатичний підхід розглядає безпеку як відсутність від загроз і небезпек;
- діяльнісний підхід розглядає безпеку як систему заходів;
- пасивний підхід у безпеці визначає дотримання певних параметрів і норм, від забезпечення яких безпосередньо залежить безпека [1].

У словнику-довіднику з публічного управління безпека трактується як комплексна характеристика внутрішніх та зовнішніх умов буття індивіда, соціальної групи, державних інститутів, яка відображає здатність зберігати свою цілісність, стійкість та потенціал щодо ефективного функціонування і стійкого розвитку, а на їх основі – можливість надійного захисту від будь-яких деструктивних внутрішніх і зовнішніх дій [2, с. 18].

Р. Підлипна узагальнила наявні трактування категорії «безпека» і визначила основні її сутнісні ознаки:

- відсутність небезпеки, збереженість, надійність; стан, за якого не загрожує небезпека комусь, чомусь; стан, коли кому-небудь чи чому-небудь ніщо не загрожує;
- рівень захищеності життєво важливих інтересів людини, а також суспільства, держави, довкілля від реальних або потенційних загроз, що їх створюють антропогенні чи природні чинники;
- стан, тенденції розвитку й умови життєдіяльності соціуму, його структур, інститутів,

за яких забезпечується збереження їх якісної визначеності з об'єктивно зумовленими інноваціями, і вільне, притаманне власній природі, функціонування [3, с. 278].

Потрібно звернути увагу на те, що державна безпека є багатокомпонентним явищем і містить у собі різні напрями: політичний, економічний, соціальний, екологічний, продовольчий, воєнний, енергетичний і т. д.

У зв'язку з воєнними діями значно збільшилися соціальні ризики, які створюють додаткові загрози для державної безпеки, а особливо це зниження рівня життя людей, обмеження більшості населення, яке перебуває в окупації або на прикордонних з бойовими діями територіях, доступу до медичних, освітніх та соціальних послуг.

Гарантії соціальної безпеки в нашій державі закріплені у низці нормативних документів, зокрема основні правові положення соціальної безпеки в Україні визначені в Конституції України та Законі України «Про національну безпеку України». В інших законах України та нормативно-правових актах узгоджуються питання соціального захисту, соціального забезпечення та соціального розвитку України.

Так, у Конституції України зазначено, що людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканість і безпека є найвищою соціальною цінністю і держава відповідає перед нею за свою діяльність [4].

Аналіз наукової літератури дозволив визначити, що здебільшого науковці розглядають соціальну безпеку як стан гарантованої правової та інституціональної захищеності життєво важливих соціальних інтересів особи та суспільства від зовнішніх і внутрішніх загроз [5].

На думку Л. Кравченко, основу соціальної безпеки становить «захищеність життєво важливих інтересів людини, громадянина, суспільства, за якої забезпечуються соціальний прогрес та економічний розвиток, своєчасне виявлення, запобігання і нейтралізація реальних та потенційних загроз національним інтересам у соціальній сфері, зокрема у сфері соціальної політики та пенсійного забезпечення, міграційної політики, охорони здоров'я, освіти, культурного розвитку населення тощо» [6, с. 12].

Зокрема, О. Іляш [7, с. 24] розробила класифікацію визначень системи соціальної безпеки та обґрунтувала чотири основні напрями її дослідження:

- «вертикальний» – розгляд соціальної безпеки держави з позиції окремих елементів ієрархічної структури, що описує забезпечення формування та розвитку системи соціальної безпеки на мікроекономічному і регіональному рівнях (соціальна безпека держави детермінована соціальною безпекою регіонів і окремих територій);

– «горизонтальний» – наголошується на функціональній структурі соціальної безпеки: трудового потенціалу, соціальної сфери, ринку праці і зайнятості населення, міграційній безпеці;

– «зовнішньо-економічний» – визначає захищеність життєво важливих інтересів соціальних суб'єктів на макро- та мікрорівнях, збереження і розвиток людського потенціалу, підтримку ефективного стимулювання діяльності людей, систем їхньої соціалізації та життєзабезпечення, невмирущих цінностей, моральності тощо;

– «моністичний» – характеризує найважливіші пріоритети забезпечення соціальної безпеки, що пов'язані з вирішенням проблеми поширення тіньової економіки, корупції, «інституційних пасток».

Доречним є розгляд чинників, які сприяють соціальній безпеці в Україні. На нашу думку, доцільно виділити внутрішні та зовнішні чинники соціальної безпеки.

До внутрішніх чинників належить все те, що людина сама використовує та створює для своєї соціальної, а також те, на що вона може вплинути: збереження власного життя, дотримання власних життєвих ціннісних орієнтацій, саморозвиток, саморозвиток, збереження здоров'я, дотримання честі та гідності громадянина України.

До зовнішніх чинників належать: соціальні структури та інститути, які забезпечують соціальний захист і безпеку громадян на державному рівні: стабільність суспільно-політичної та соціально-економічної ситуації в країні, забезпечення гідного рівня життя та оплати праці, мінімізація загроз життю та здоров'ю людини, безпечне соціальне середовище, доступ до якісної освіти та медичних послуг, доступне житло, продовольча безпека тощо.

Якщо в умовах війни внутрішні чинники соціальної безпеки, а саме ті, які залежать від людини, хоч якимось дотримувалися, адже у більшості спрацьовував так званий «інстинкт самозбереження», то із зовнішніми чинниками почали виникати проблеми, адже сама держава не була готовою до війни.

Серед соціальних загроз, що виникли в ході війни, можна виділити такі:

– загроза з боку окремих груп населення правам і свободам громадян, суверенітету держави, територіальній цілісності, економічному, науково-технічному та оборонному потенціалу України;

– виїзд з країни вчених, спеціалістів та професіоналів внаслідок військових дій;

– прояви сепаратизму в окремих регіонах України;

– нелегальна торгівля зброєю, боєприпасами, вибуховими речовинами та наркотиками в країні, що може завдати шкоди населенню;

– конфлікти у сфері міжетнічних та міжконфесійних відносин;

– недосконала система соціального захисту діючих військовослужбовців та призовників;

– незадовільний стан з продовольчою безпекою.

Внутрішні фактори, що впливають на соціальне забезпечення у воєнний час, є такими:

1) підвищені ризики та небезпеки, пов'язані з війною в Україні;

2) низький рівень економічного розвитку країни;

3) зростання рівня бідності та безробіття в країні;

4) неефективність системи державного управління та дисбаланс між національною безпекою та соціальною політикою;

5) недосконала державна політика у сфері збереження людського потенціалу;

6) зростання соціальної нерівності у суспільстві;

7) деформація соціальної структури суспільства;

8) поглиблення морально-духовного занепаду у суспільстві;

9) нереалізованість державних стратегій соціальної орієнтації економіки;

10) погіршення криміногенної ситуації у суспільстві;

11) посилення соціального та майнового розшарування населення;

12) різке погіршення стану здоров'я населення та поширення соціальних хвороб;

13) посилення міграції молоді за кордон.

Зовнішні фактори, що впливають на соціальну безпеку:

1) посягання на територіальну цілісність країни та розв'язання повномасштабної війни Російською Федерацією;

2) втручання іноземних держав у внутрішні справи України;

3) орієнтація суспільного розвитку на європейські соціальні стандарти без урахування особливостей менталітету та ресурсів, необхідних для їх реалізації в Україні;

4) примноження рис суспільства споживання з раціональною культурою споживання в Україні, яка ще не сформувалася;

5) зростаюча енергетична залежність України;

6) світові фінансові кризи та їх негативний вплив на економічне становище країни;

7) прагнення перейняти інтелектуальні установки інших народів та їхніх культур у власну культуру, а також слабкість національної самосвідомості;

8) поширення міжнародної економічної та кримінальної злочинності і тероризму.

Загроза для держави від неналежного рівня соціальної безпеки в умовах війни:

- високий рівень корупції та низький професійний рівень керівників державних органів системи національної безпеки;

- недосконала державна політика, недостатня соціальна спрямованість;

- переважання особистих, корпоративних і регіональних інтересів над національними та зниження патріотизму правлячої еліти;

- недовіра населення до органів державної влади;

- тінізація національної економіки та її поширення на соціальну сферу;

- низька духовно-моральна свідомість державних службовців;

- неефективність державної політики у сфері праці, втрата цінності праці та працівника;

- порушення законодавства України, прав і свобод людини і громадянина з боку органів державної влади та місцевого самоврядування;

- відсутність політичної волі та готовності політичних лідерів взяти на себе соціальну відповідальність перед суспільством;

- брак поваги до соціально відповідальної поведінки у суспільстві;

- неефективна та розбалансована політична система, її нездатність своєчасно реагувати на загрози національній безпеці;

- слабкість громадянського суспільства та його контролю за діями влади;

- неефективність наявних державних структур та інтеграційних механізмів у забезпеченні національних інтересів у сфері міжнародної безпеки та глобальної стабільності;

- відсутність суспільного консенсусу з питань державотворення;

- недосконалість державної інформаційної політики;

- транснаціональна злочинність та поява нових форм злочинності.

Соціальна захищеність людей тісно і глибоко пов'язана з рівнем соціальної захищеності держави, її регіонів і суспільства загалом. Це відображає багаторівнева структура соціальної безпеки. Всі її складники взаємозалежні, і зміна стану однієї з них одночасно впливає на стан інших. Соціальна політика держави та система соціального забезпечення є, з одного боку, критерієм відповідальної влади, сильної та соціальної держави, а з іншого – дієвим інструментом формування та забезпечення певного рівня соціальної безпеки. Неефективна соціальна політика призводить до недовіри населення до влади, незахищеності прав і свобод та низького рівня соціальної безпеки. Мірилом ефективності соціальної політики та соціального захисту з боку держави, суспільства та громади є надання необхідних послуг населенню та ступінь задоволення індивідуальних потреб та інтересів [8].

В. Лисенко вважає, що виклики сьогодення, наявні ризики і накопичені впродовж десятиліть проблеми у соціальній сфері свідчать про несформованість і фрагментарність соціальної політики загалом, а частково і недосконалість механізмів забезпечення соціальної безпеки. Законодавча база у сфері соціального захисту та соціального забезпечення формувалася з прийнятих у різний часовий проміжок іноді суперечливих законодавчих актів. Нормативно-правова база соціальної сфери потребує доповнень у відповідь на виклики сьогодення. Окремі дії уряду в цьому напрямі, що спрямовані на забезпечення можливого рівня соціальної безпеки у суспільстві у складних умовах воєнного стану: Постанова Кабінету Міністрів України від 07 березня 2022 року № 214 «Про деякі питання надання державної соціальної допомоги на період введення воєнного стану»; Постанова Кабінету Міністрів України від 20 березня 2022 року № 332 «Деякі питання виплати допомоги на проживання внутрішньо переміщеним особам»; Розпорядження Кабінету Міністрів України від 6 березня 2022 року № 204 «Про затвердження переліку адміністративно-територіальних одиниць, на території яких надається допомога застрахованим особам в рамках Програми «єПідтримка» та ін. База нормативного регулювання соціальної сфери продовжує доповнюватися новими документами, що регулюють правове поле соціальних прав і гарантій. Проте рівень фінансового забезпечення зобов'язань держави у соціальній сфері істотно відстає від країн, що належать до демократичних перехідного типу. Мінливість законодавства вказує на наявність політичних ризиків, пов'язаних із забезпеченням ефективної реалізації соціальної політики державою [9, с. 168].

У межах досліджуваної проблематики нами було проаналізовано результати соціологічного опитування, що проводилося соціологічною службою Центру Разумкова з 22 лютого по 1 березня 2023 року в рамках проекту Програми MATRA, що фінансується Посольством Королівства Нідерландів в Україні. Це опитування проводилося методом face-to-face. Структура вибіркової сукупності відтворює демографічну структуру дорослого населення території, на яких проводилося опитування, станом на початок 2022 року (за віком, статтю, типом поселення). В опитуванні взяло участь 2020 респондентів віком від 18 років [10].

На основі аналізу отриманих результатів цього опитування нами було акцентовано увагу на тому, що:

- Більшість опитаних мають психологічні проблеми.

- Соціальний складник: освіта, охорона здоров'я, соціальний захист та пенсійне забез-

Таблиця 1

Результати соціологічного опитування щодо сфер соціальної безпеки людини, що проведене Центром Разумкова [10]

	Дуже добре справляється	Скоріше добре справляється	Скоріше погано справляється	Дуже погано справляється	Важко відповісти
Економіка	6,8	37,9	40,0	5,5	9,8
Оборона країни	25,4	56,4	11,0	2,2	4,9
Боротьба з корупцією	4,1	19,5	44,5	21,3	10,7
Боротьба зі злочинністю	4,9	33,3	35,6	11,7	14,5
Соціальний захист та пенсійне забезпечення	8,6	44,0	28,8	8,2	10,4
Охорона здоров'я	6,2	46,7	30,3	5,7	10,3
Освіта	6,3	49,5	24,1	5,4	14,7
Енергозабезпечення	18,0	61,6	12,9	3,4	4,0
Зовнішня політика	26,0	48,7	12,5	3,0	9,8
Правосуддя	3,7	25,0	37,3	10,8	23,2
Відбудова країни	5,6	32,3	26,7	9,1	26,2

печення перебувають в умовах війни у більш нормальному стані. Згідно з результатами опитування гірше оцінюється діяльність влади в економічній сфері, у сфері відбудови країни. Частіше негативно оцінюється діяльність у сфері боротьби зі злочинністю, правосуддя та боротьби з корупцією.

Тобто ми бачимо те, що в тих умовах, в яких опинилася наша країна, соціальна безпека як складник державної безпеки за результатами опитування перебуває на приблизно задовільному рівні. Також вважаємо, що потрібно негайно реагувати на вирішення проблем соціального характеру, а саме створювати соціальні кризові центри, які будуть надавати допомогу соціально-психологічного характеру людям, постраждалим внаслідок війни в Україні. Знижувати рівень корупції, змінювати нормативно-законодавчу базу щодо несення відповідальності за корупцію та інші злочини високопосадовців.

Висновки. Отже, ми вважаємо, що необхідно робити негайні зміни для підтримки найбільш вразливих верств населення, враховуючи їхні соціальні потреби, спричинені військовими діями в окремих регіонах нашої країни, вимушеним переселенням на території, які вже не є окупованими. Державна політика України у сфері соціального захисту населення базується на розгалуженій системі соціальних виплат, пільг та субсидій. Тому ефективність та якість реалізації державної соціальної безпеки визначають ставлення та довіру громадян, у тому числі до державних інституцій. Заходи зі стабілізації соціальної сфери в умовах воєнного стану продовжують здійснюватися представниками української влади, урядовими та неурядовими інститутами політичної системи, громадськими діячами та активістами громадянського суспіль-

ства, а також отримують широку фінансову та гуманітарну підтримку з боку міжнародної спільноти. Однак зростання ролі держави загалом підвищує очікування громадян щодо якості державного управління соціальною сферою в кризових умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Пасічник В.М. Філософська категорія безпеки як основа нової парадигми державного управління національною безпекою. *Демократичне врядування*. 2011. Випуск 7. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/DeVr_2011_7_7.
2. Завгородня С.П., Орел М.Г., Ситник Г.П. Публічне управління та адміністрування у сфері національної безпеки (системні, політичні та екологічні аспекти) : словник-довідник. Київ : видавець Кравченко Я.О. 2020. 380 с.
3. Підлипна Р.П. Методологічні засади тлумачення дефініції «соціальна безпека». *Науковий вісник НЛТУ України*. 2015. Випуск 25. С. 275–280.
4. Конституція України. № 254к/96-ВР. 1996. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254k/96>.
5. Гошовська В.А. Соціальна домінанта національної безпеки. *Стратегічна панорама*. 2003. № 2. С. 97.
6. Кравченко Л.В. Основи соціальної безпеки : навчальний посібник. Умань : Візаві, 2022. 127 с.
7. Іляш О.І. Системна парадигма соціальної безпеки на різних рівнях суспільної ієрархії. *Механізм регулювання економіки*. 2011. № 2. С. 23–32. URL: https://mer.fem.sumdu.edu.ua/content/acticles/issue_13/O_I_IlyashA_system_paradigm_of_social_security_is_on_the_different_levels_of_public_hierarchy.pdf.
8. Лисенко Ю.В. Соціальна безпека: виклики в умовах політичної нестабільності українського суспільства. *Науковий журнал «Політикус»*. 2022. Випуск 6. С. 24–28.
9. Лисенко Ю. Соціальна безпека: виклики і загрози в реаліях сьогодення (політологічні актуалітети).

Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф., 19–20 травня 2022 р. / ред. колег.: Н. Мякушко (голова), Р. Шаравара, Р. Басенко та ін. Полтава : ПІЕП, 2022. 667 с. С. 167–170. URL: <https://pl.uu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/08/>.

10. Оцінка громадянами ситуації в країні та дій влади, довіра до соціальних інститутів (лютий–березень 2023 р.). URL: <https://razumkov.org.ua/napriamky/sotsiologichni-doslidzhennia/otsinka-gromadianamy-sytuatsii-v-kraini-ta-dii-vlady-dovira-do-sotsialnykh-institutiv-liutyi-berезen-2023r>.

СЕКЦІЯ 3 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕГІОНАЛЬНИЙ АСПЕКТ (СОЦІОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ НА ПРИКЛАДІ КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСТІ)

MECHANISMS OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF SOCIAL WORKERS IN THE CONDITIONS OF WAR: REGIONAL ASPECT (SOCIOLOGICAL STUDY ON THE EXAMPLE OF THE KYIV REGION)

Роль емоційного інтелекту в умовах російсько-української війни є виключно важливою. Емоційний інтелект допомагає соціальним працівникам краще розуміти почуття і потреби постраждалих, ефективно керувати своїми емоціями, щоб залишатися компетентними та професійними. Він також сприяє виявленню та вирішенню конфліктів з клієнтами, сприяючи створенню сприятливого середовища для покращення їхньої ситуації. У цьому дослідженні емоційний інтелект визначається як здатність розуміти та виражати власні емоції, керувати ними, а також розуміти емоції інших людей та взаємодіяти з ними. Навички роботи з власними емоціями та розуміння емоцій інших є ключовими для успішної роботи у сфері соціальної роботи, особливо в умовах війни. Згідно з результатами пілотажного соціологічного дослідження, проведеного серед соціальних працівників Київської області (червень–серпень 2023 року), більшість респондентів визнає, що розвиток емоційного інтелекту є важливим аспектом їхньої роботи, особливо в умовах війни, і використовує різні методи для його підвищення та саморегуляції. Соціальні працівники вбачають позитивний вплив своїх міжособистісних навичок на роботу з клієнтами та готові розвивати емоційний інтелект, особливо в аспектах, що стосуються спілкування та стресостійкості. На основі результатів дослідження механізмів розвитку емоційного інтелекту соціальних працівників в умовах війни запропоновані такі практичні рекомендації для застосування у сфері соціальної роботи, як: підвищення компетентності та тренінги, психологічна підтримка та консультування, розвиток саморегуляційних практик, ґендерно-чутливі підходи, підвищення рівня свідомості про важливість емоційного інтелекту, управління емоціями на робочому місці, дослідження та моніторинг.

Ключові слова: емоції, емоційний інтелект, соціальні працівники, соціологічне дослідження, російсько-українська війна, механізми розвитку емоційного інтелекту.

Роль емоційного інтелекту в умовах російсько-української війни є виключно важливою. Емоційний інтелект допомагає соціальним працівникам краще розуміти почуття і потреби постраждалих, ефективно керувати своїми емоціями, щоб залишатися компетентними та професійними. Він також сприяє виявленню та вирішенню конфліктів з клієнтами, сприяючи створенню сприятливого середовища для покращення їхньої ситуації. У цьому дослідженні емоційний інтелект визначається як здатність розуміти та виражати власні емоції, керувати ними, а також розуміти емоції інших людей та взаємодіяти з ними. Навички роботи з власними емоціями та розуміння емоцій інших є ключовими для успішної роботи у сфері соціальної роботи, особливо в умовах війни. Згідно з результатами пілотажного соціологічного дослідження, проведеного серед соціальних працівників Київської області (червень–серпень 2023 року), більшість респондентів визнає, що розвиток емоційного інтелекту є важливим аспектом їхньої роботи, особливо в умовах війни, і використовує різні методи для його підвищення та саморегуляції. Соціальні працівники вбачають позитивний вплив своїх міжособистісних навичок на роботу з клієнтами та готові розвивати емоційний інтелект, особливо в аспектах, що стосуються спілкування та стресостійкості. На основі результатів дослідження механізмів розвитку емоційного інтелекту соціальних працівників в умовах війни запропоновані такі практичні рекомендації для застосування у сфері соціальної роботи, як: підвищення компетентності та тренінги, психологічна підтримка та консультування, розвиток саморегуляційних практик, ґендерно-чутливі підходи, підвищення рівня свідомості про важливість емоційного інтелекту, управління емоціями на робочому місці, дослідження та моніторинг.

The role of emotional intelligence in the conditions of the Russian-Ukrainian war is extremely important. Emotional intelligence helps social workers better understand the feelings and needs of victims, effectively manage their emotions in order to remain competent and professional. It also helps identify and resolve conflicts with clients, helping to create an enabling environment to improve their situation. In this study, emotional intelligence is defined as the ability to understand, manage, and express one's own emotions, as well as to understand and interact with the emotions of other people. The skills of dealing with one's own emotions and understanding the emotions of others are key to successful work in social work, especially in wartime. According to the results of pilot sociological research conducted among social workers of the Kyiv region (June–August 2023), the majority of respondents recognize that the development of emotional intelligence is an important aspect of their work, especially in war conditions, and use various methods for its improvement and self-regulation. Social workers see the positive impact of their interpersonal skills on working with clients and are ready to develop emotional intelligence, especially in aspects related to communication and stress resistance. Based on the results of the study of the mechanisms of the development of emotional intelligence of social workers in war conditions, the following practical recommendations for application in the field of social work are proposed: increasing competence and training, psychological support and counselling, development of self-regulatory practices, gender-sensitive approaches, raising the level of awareness of the importance of emotional intelligence, managing emotions in the workplace, research and monitoring.

Key words: emotions, emotional intelligence, social workers, sociological research, Russian-Ukrainian war, mechanisms of emotional intelligence development.

УДК 316.344.24:314.722

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.3>

Мещан І.В.

к.соціол.н., доцент,
директор департаменту соціального захисту населення
Київська обласна військова адміністрація

Вступ. У сучасному світі, де конфлікти і війни залишають глибокий слід на людських життях та суспільстві загалом, роль соціальних працівників стає особливо важливою. Вони мають функціонал надавати психоло-

гічну підтримку та соціальну допомогу тим, хто постраждав через війну, а також працювати з ветеранами та воїнами, які повертаються до цивільного життя після служби, або перебувають у зоні бойових дій. Одним із ключових

аспектів успішної роботи соціальних працівників в умовах війни є розвиток їхнього емоційного інтелекту. Особливої актуальності набуває ця тема в контексті російсько-української війни.

Роль емоційного інтелекту в умовах російсько-української війни є виключно важливою. Емоційний інтелект допомагає соціальним працівникам краще розуміти почуття і потреби постраждалих. Це дозволяє створювати більш емпатичні та відповідальні рішення. В умовах великого стресу та травм соціальні працівники повинні зберігати свою емоційну стійкість. Емоційний інтелект допомагає їм ефективно управляти власними емоціями, щоб залишатися ефективними та професійними. Він допомагає виявляти та розв'язувати конфлікти з клієнтами, сприяючи створенню сприятливого середовища для покращення їхньої ситуації. Здатність проявляти свої емоції стосовно клієнтів та ефективно спілкуватися є важливим саме для соціальної роботи. Емоційний інтелект сприяє покращенню комунікаційних навичок соціальних працівників.

Проблематику емоційного інтелекту займалися такі науковці Е. Торндайк [9], Д. Векслер [10], А. Маслоу [5], Г. Гарднер [2; 3], В. Пейн [7; 8], П. Саловей, Дж. Майер [6], Д. Големан [4], Р. Бар-Он [1].

Е. Торндайк пов'язував інтелект зі здатністю до співпраці з іншими [9]. Д. Векслер припустив, що афективні аспекти інтелекту можуть бути необхідними для соціальної взаємодії [10]. А. Маслоу описує, як індивіди можуть розвивати емоційну стійкість [5]. Г. Гарднер сформував ідею про багатофакторний інтелект [2; 3]. В. Пейн припустив, що слабкість у функціонуванні та регуляції емоцій можна подолати, виявляючи стійкість у подоланні страху або приборканні бажань [7; 8].

П. Саловей та Дж. Майер вперше використали термін «емоційний інтелект» у науковому дискурсі. Емоційний інтелект визначається цими авторами, як «форма інтелекту, яка включає здатність відстежувати власні та чужі почуття та емоції, розрізняти їх і використовувати інформацію для керування власним мисленням та діями» [6, с. 396–420]. Д. Големан визначив чотири ключові емоційні конструкти: «самосприйняття, самокерування, соціальна свідомість та управління відносинами» [4]. Р. Бар-Он сфокусувався на певних особистісних рисах та соціальних навичках, таких як самосприйняття, розуміння та виразність, а також соціальна свідомість, розуміння та формування відносин [1]. Необхідно при цьому зазначити, що механізми розвитку емоційного інтелекту соціальних працівників в умовах російсько-української війни на регіональному рівні практично не досліджені.

Виклад основного матеріалу. У цьому дослідженні емоційний інтелект визначається, як здатність розуміти, управляти та виражати власні емоції, а також розуміти та взаємодіяти з емоціями інших людей. Уміння працювати з власними емоціями і розуміти емоції інших є ключовим для успіху у сфері соціальної роботи, особливо в умовах війни.

Для визначення механізмів розвитку емоційного інтелекту соціальних працівників в умовах війни було проведено пілотажне соціологічне дослідження (червень–серпень 2023) серед соціальних працівників Київської області. Вибірка була побудована за територіальним (було опитано по 30 соціальних працівників з кожного району Київської області) та гендерним (у дослідженні взяли участь 168 жінок, 42 чоловіка) критеріями та становила 210 осіб.

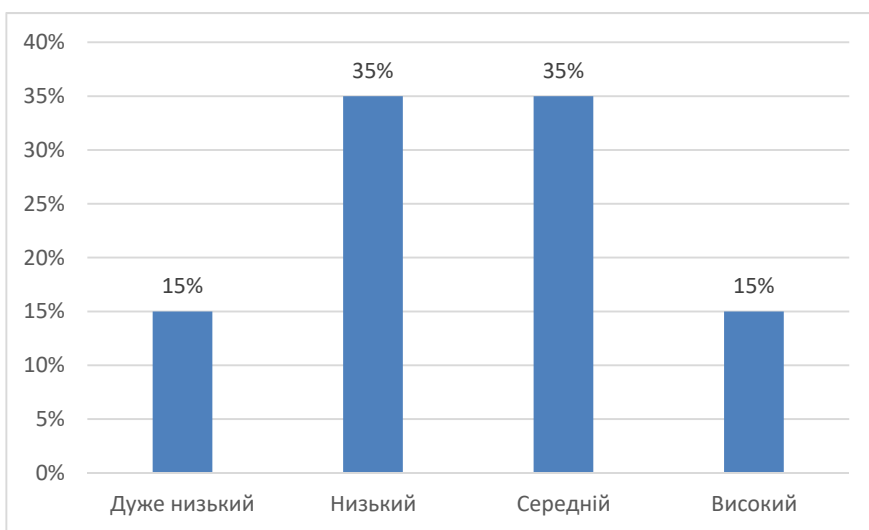


Рис. 1. Як ви оцінюєте свій рівень емоційного інтелекту?

За результатами пілотажного соціологічного дослідження можна констатувати таке. Більшість соціальних працівників оцінюють свій рівень емоційного інтелекту як середній (35%) або низький (35%), меншість вважає свій рівень високим (15%). Жінки більшою мірою оцінюють свій рівень емоційного інтелекту як середній (40% жінок проти 25% чоловіків). Водночас чоловіки частіше вважають свій рівень високим (20% чоловіків проти 10% жінок).

Значна частка респондентів використовують дихальні вправи, релаксацію (40%) та рефлексію, самопросвітництво (20%) для саморегуляції емоцій. Жінки більш активно використовують рефлексію та самопросвітництво для саморегуляції емоцій (25% жінок проти 15% чоловіків).

40% соціальних працівників намагаються зберегти спокій та концентрацію під час стресових ситуацій.

Жінки частіше намагаються зберегти спокій та концентрацію під час стресових ситуацій (45% жінок проти 35% чоловіків).

Більшість респондентів (45%) вважають, що їхні міжособистісні навички позитивно впливають на їхню здатність надавати підтримку та допомогу клієнтам. Жінки більш схильні вважати, що їхні міжособистісні навички позитивно впливають на їхню здатність надавати підтримку та допомогу клієнтам (50% жінок проти 35% чоловіків).

50% респондентів сприймають емоції та реакції інших людей доброзичливо і з розумінням. Жінки частіше сприймають емоції та реакції інших людей доброзичливо і з розумінням (55% жінок проти 40% чоловіків).

40% соціальних працівників стверджують, що російсько-українська війна змінила їхній рівень емоційного інтелекту, але не завжди

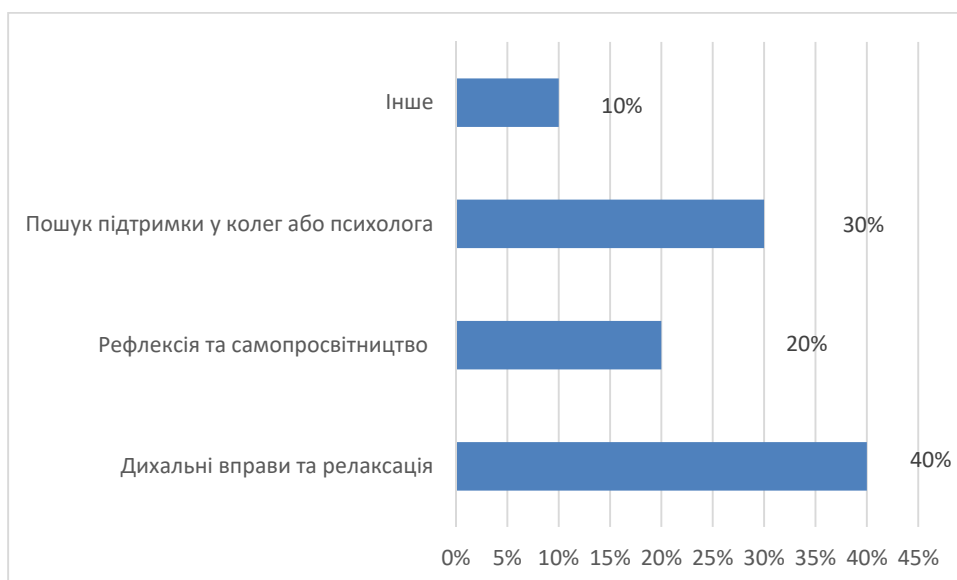


Рис. 2. Які методи або підходи ви використовуєте для саморегуляції ваших емоцій під час роботи в умовах війни?

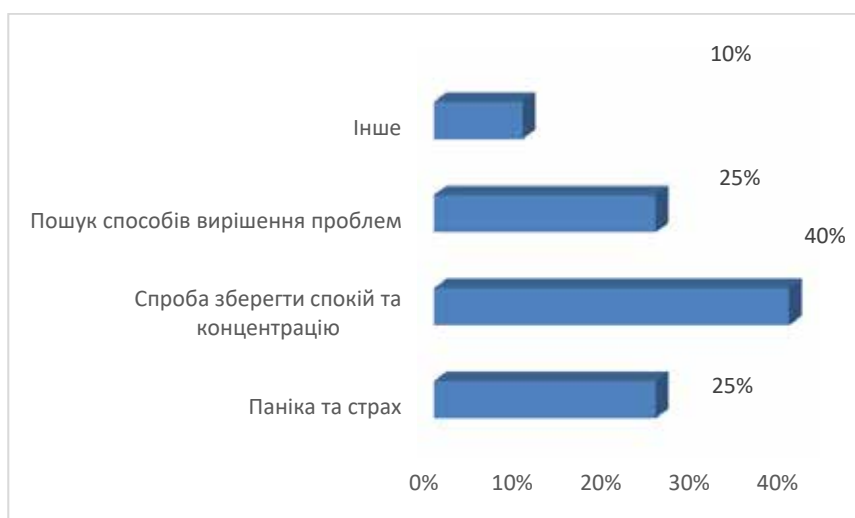


Рис. 3. Як ви реагуєте на стресові ситуації під час роботи в умовах війни?

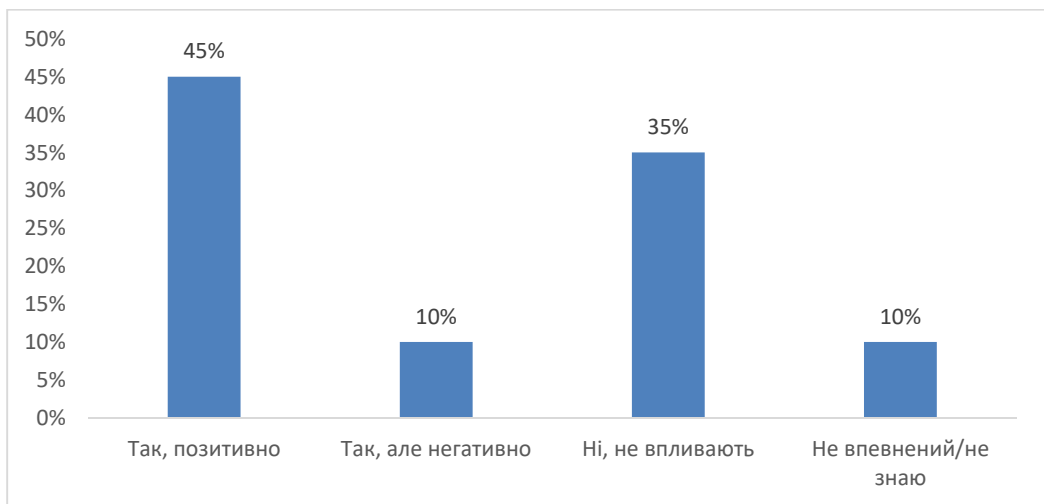


Рис. 4. Чи вважаєте ви, що ваші міжособистісні навички впливають на вашу здатність надавати підтримку та допомогу клієнтам в умовах війни?

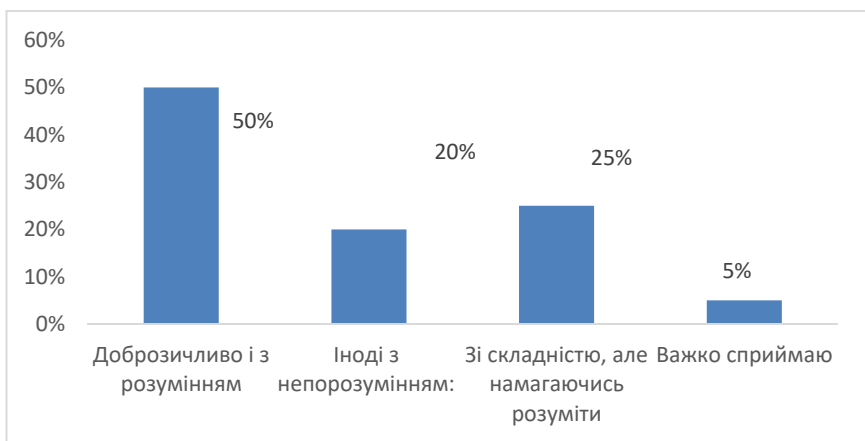


Рис. 5. Як ви сприймаєте емоції та реакції клієнтів під час вашої роботи в умовах війни?

на краще. Чоловіки частіше стверджують, що війна не має суттєвого впливу на їхній розвиток емоційного інтелекту (35% чоловіків проти 20% жінок).

Психологічна підтримка або консультування (35%) і завдання, що сприяють

самопізнанню (30%), є основними ресурсами для розвитку емоційного інтелекту. Жінки частіше використовують психологічну підтримку або консультування (40% жінок проти 30% чоловіків) для розвитку емоційного інтелекту.



Рис. 6. Як ви сприймаєте емоції та реакції клієнтів під час вашої роботи в умовах війни?

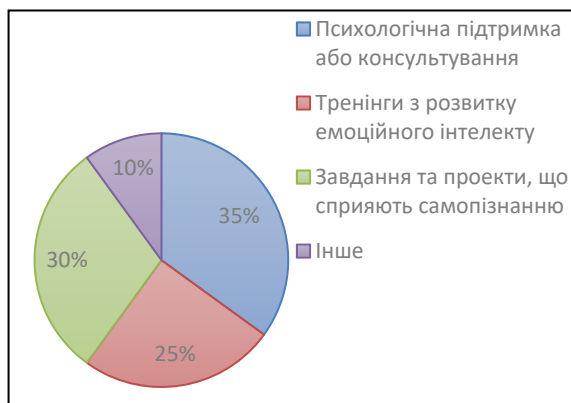


Рис. 7. Які ресурси або підтримку ви використовуєте для підвищення свого емоційного інтелекту та здатності допомагати клієнтам в умовах російсько-української війни?

Спілкування з клієнтами (35%), власна саморегуляція і стресостійкість (30%) розглядаються респондентами як найважливіші аспекти, що потребують найбільшого розвитку в контексті емоційного інтелекту. Чоловіки

частіше вказують на необхідність розвивати власну саморегуляцію і стресостійкість (35% чоловіків проти 25% жінок).

45% соціальних працівників не брали участі у програмах розвитку емоційного інтелекту, але мають намір це зробити у майбутньому. 30% чоловіків не мають наміру у майбутньому брати участь у програмах розвитку емоційного інтелекту, на відміну від жінок, які становлять лише 15%.

Більшість респондентів (65%) вважають розвиток емоційного інтелекту дуже важливим для своєї професійної діяльності в умовах війни. Як чоловіки, так і жінки вважають розвиток емоційного інтелекту дуже важливим, але жінки схильні більше вірити в його важливість (70% жінок проти 60% чоловіків).

Загалом, аналіз анкет вказує на те, що багато соціальних працівників розглядають розвиток емоційного інтелекту як важливий аспект їхньої роботи, особливо в умовах російсько-української війни, і шукають різні методи для його підвищення та саморегуляції. Більшість з них вважають, що їхні міжособистісні навички позитивно впливають на роботу з клі-



Рис. 8. Як ви вважаєте, які аспекти вашої роботи в умовах російсько-української війни потребують найбільшого розвитку емоційного інтелекту?

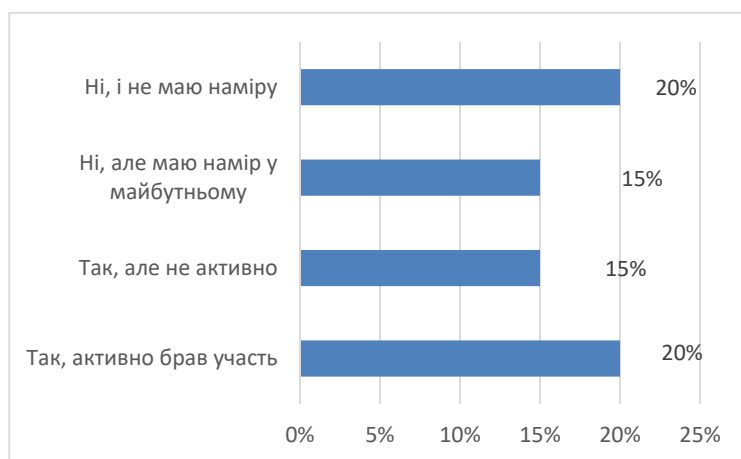


Рис. 9. Чи брали ви участь у програмах або тренінгах щодо розвитку емоційного інтелекту?

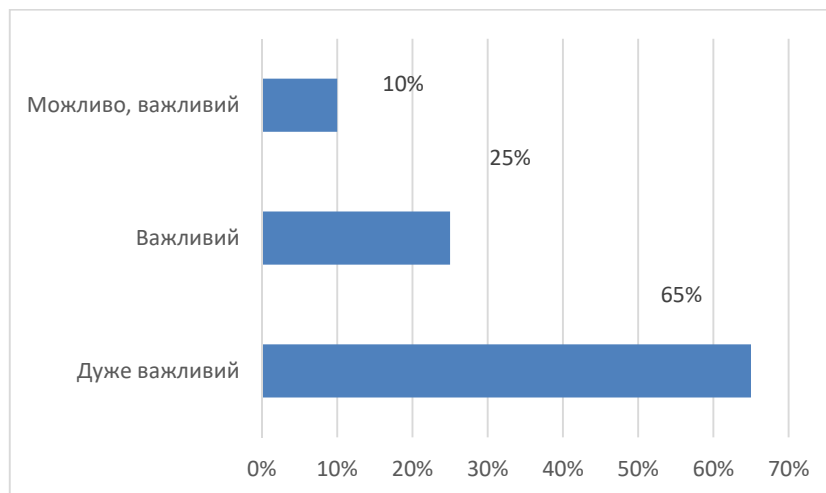


Рис. 10. Як ви оцінюєте важливість розвитку емоційного інтелекту для вашої професійної діяльності в умовах війни?

ентами, і готові розвивати емоційний інтелект, особливо в аспектах, що стосуються спілкування та стресостійкості.

На підставі результатів дослідження щодо механізмів розвитку емоційного інтелекту соціальних працівників в умовах війни можна запропонувати такі рекомендації для практичного застосування у сфері соціальної роботи:

Підвищення компетентності та тренінги. Органи державного управління у сфері соціальної роботи можуть надавати своїм працівникам доступ до тренінгів та навчальних програм, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту. Це може допомогти соціальним працівникам ефективніше впоратися з емоційними викликами, які виникають в умовах війни.

Психологічна підтримка та консультування. Забезпечення доступу до психологічної підтримки та консультування може допомогти соціальним працівникам краще розуміти та управляти своїми емоціями в умовах війни. Це може бути особливо корисним для тих, хто стикається зі стресом та травматичними ситуаціями.

Розвиток саморегуляційних практик. Сприяння впровадженню методів саморегуляції емоцій, таких як медитація, глибокі дихальні вправи, техніки релаксації, може бути корисним для соціальних працівників. Ці практики допомагають зменшити стрес, підвищити спокій та підтримати емоційне благополуччя.

Гендерно-чутливі підходи. Оскільки дослідження показало різницю в уявленнях чоловіків і жінок щодо розвитку емоційного інтелекту, важливо враховувати гендерні аспекти в розробці програм і підходів до підвищення емоційної компетентності.

Підвищення рівня свідомості про важливість емоційного інтелекту. Розробка освітніх кампаній та інформаційних матеріалів, які наголошують на важливості розвитку емо-

ційного інтелекту для соціальних працівників, може підвищити свідомість та зацікавленість у цій галузі.

Управління емоціями на робочому місці. Органи державної влади у сфері соціальної роботи можуть створити сприятливі умови для управління емоціями на робочому місці, включаючи можливість відпочинку, підтримку колег та психологічну безпеку.

Дослідження та моніторинг. Проведення подальших досліджень і моніторингу стану емоційного інтелекту серед соціальних працівників під час українсько-російської війни може допомогти вдосконалювати програми та підходи до підвищення їхньої емоційної компетентності.

Ці рекомендації спрямовані на підтримку та покращення роботи соціальних працівників в умовах війни та підвищення їхньої емоційної готовності та здатності надавати якісну підтримку клієнтам.

Висновки. Розвиток емоційного інтелекту серед соціальних працівників в умовах російсько-української війни є критично важливим, оскільки це допомагає забезпечити якісну підтримку для тих, хто постраждав через війну. Механізми розвитку емоційного інтелекту включають у себе самоусвідомлення, емоційну регуляцію, емпатію, міжособистісні навички та стресостійкість. Розробка і впровадження програм для підвищення емоційного інтелекту соціальних працівників допоможе покращити якість їхньої роботи і підтримати тих, хто потребує допомоги в умовах військових конфліктів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Bar-On R. Bar-On emotional quotient inventory: A measure of emotional intelligence : Technical manual. Toronto, Canada : Multi Health Systems. 1997.
2. Gardner H. The shattered mind: The person after brain damage. 1975.

3. Gardner H. *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York : Basic Books. 1983.

4. Goleman D. *Working with emotional intelligence. Why it matters more than IQ*. London, UK : Bloomsbury. 1998.

5. Maslow A. *Social Theory of Motivation*. / Inshore, M. (Ed), *Twentieth-century mental Hygiene*. 1950.

6. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D., Sternberg R.J. *Models of Emotional Intelligence*, / ed. Sternberg R.J. New York, NY : Cambridge University Press. 2000. P. 396–420.

7. Payne W. *A study of emotion: Developing emotional intelligence; self-integration; relating to fear, pain and desire*. 1985.

8. Payne W.L. *A Study of Emotion, Developing Emotional Intelligence, Self-integration relating to fear, pain and desire*. *Dissertation Abstracts, International*. 1986. № 47(01). P. 203–220 (University Microfilms No AAC 8605928).

9. Thorndike E.L. *Intelligence and its uses*. *Harper's Magazine*. 1920. № 140. P. 227–235.

10. Wechsler D. *Non intellective factors in general intelligence*. *Psychological Bulletin*. 1940. No. 37. P. 444–445.

СИМВОЛІЗАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ТА ІНСТРУМЕНТ МАСОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ SYMBOLIZATION AS A PROCESS AND TOOL OF MASS COMMUNICATION

Стаття присвячена розгляду процесу символізації в сучасному медіапросторі. Проаналізовано погляди соціологів, культурологів, антропологів на створення смислів та їх інтерференцію у масовій комунікації, яка складає значну частину сучасного соціокультурного середовища.

Картина світу, яку відтворює сучасне соціокультурне середовище, може визначатись як комплекс інтегральних типологічних характеристик культури. Розгортання комунікативних стосунків в сучасному світі невід'ємне від існування медіакомунікативного простору і не можливе без усвідомлення і дослідження мультикультуральних засад комунікації, які останнім часом привертають увагу соціологів мас-медіа, соціальних психологів, антропологів та культурологів. Якщо в гуманітарній культурі система знань будується на необхідності опанування причинно-наслідковими зв'язками, то в новому культурному типі особистості її взаємодія із суспільством є результатом випадкового, стихійного накопичення розрізнених елементів, які транслює та пропонує глобальний медіапростір. Сучасна людина відкриває для себе навколишній світ за законами випадку, в процесі спроб та помилок, сукупність її знань визначається статистично, вона черпає їх з новин мас-медіа, відомостей, здобутих з інтернет-мереж, її лише накопичивши певний обсяг інформації індивід починає знаходити в ній приховані структури.

Процес символізації є одним з найцікавіших для дослідника масової комунікації. Система образної візуалізації, інтерпретації випадковостей, які проте з часом стають суттєвими; навіть фрагментарні знання, складаючись у єдину картину за принципом мозаїки, формують структури свідомості. Досить щільно підігнані одне до одного, вони створюють компактний, з певним внутрішнім значенням, простір смислів. Творцями, провідниками та дизайнерами цієї «мозаїчної» культури є в сучасному світі засоби масової комунікації.

Ключові слова: медіапростір, символізація, естетична свідомість, масова комунікація.

The article is devoted to the consideration of the process of symbolization in the modern media space. The views of sociologists, culturologists, and anthropologists on the creation of meanings and their interference in mass communication, which is a significant part of the modern sociocultural environment, are analyzed.

The picture of the world, which is reproduced by the modern socio-cultural environment, can be defined as a complex of integral typological characteristics of culture. The development of communicative relations in the modern world is inseparable from the existence of the media communicative space and is not possible without awareness and research of the multicultural foundations of communication, which have recently attracted the attention of mass media sociologists, social psychologists, anthropologists and cultural scientists.

If in humanitarian culture the knowledge system is based on the need to master cause-and-effect relationships, then in a new cultural type of personality, its interaction with society is the result of a random, spontaneous accumulation of disparate elements broadcast and offered by the global media space. A modern person discovers the world around him by the laws of chance, in the process of trial and error, the totality of his knowledge is determined statistically, he draws it from mass media news, information obtained from Internet networks, and only after accumulating a certain amount of information does the individual begin to find in it has hidden structures. The process of symbolization is one of the most interesting for a researcher of mass communication. A system of figurative visualization, interpretations of accidents, which, however, become significant over time; even fragmentary knowledge, forming a single picture according to the mosaic principle, forms structures of consciousness. Quite tightly fitted to each other, they create a compact space of meanings with a certain internal meaning. The creators, leaders and designers of this 'mosaic' culture are the means of mass communication in the modern world.

Key words: media space, symbolization, aesthetic consciousness, mass communication.

УДК 316.733

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.4>

Сууська О.О.

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

Постановка проблеми. Символізація змісту сучасного мас-медійного простору, що помножена на «гіперреальне» як віртуальну риторику сучасності, стає, з одного боку, для дослідника цього процесу «семіозису» (термін У.Еко) нескінченним полем семіологічних розвідок. З іншого боку, саме процес семіозису як техніка породження і продукування смислів, які використовуються з метою спровокувати дискусію заради того, щоб у чомусь переконати, відкривають цілу «скарбницю змертвілих та надлишкових форм», за допомогою яких прагнуть укріпити адресата в його ж переконаннях, що є лише ілюзією суперечки, а насправді ж вичерпується апелюванням до його почуттів [4, с. 102–103]. Такою сферою «спонтанного

породження» смислів є сьогодні медіакомунікативний простір як простір інтерференції реальності і віртуальності, заміни образності та притаманний самій природі дискурсу мас-медій «надлишковості».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Традиційно семіотичний підхід до вивчення дискурсу мас-медій був пов'язаний зі способами інтерпретації значень та епістемологічним баченням смислоутворення. Натомість, інтерпретативний підхід, пов'язаний з іменами Е. Бетті, Г.-Г. Гадамера, М. Гайдеггера, П.Рікера, ін. та втілений у вдосконаленому вигляді в теорії інтерпретації Д. Девідсона – вилився в кінцевому результаті у становлення міждисциплінарної парадигми, яка подавала

всі форми людської діяльності як символічні тексти, що беруть своє походження із «світу значень». Необхідність осмислення суттєво радикалізованих Д. Девідсоном засад теорії інтерпретації під впливом культурної антропології (Кліфорд Гірц та ін.) також покликала до життя ряд активістських соціологічних підходів, суттєво підживлених «подвійною герменевтикою» Е. Гідденса.

У сучасних концепціях масової комунікації відчуваються спроби прояснення міжкультуральних витоків мас-медійного дискурсу, комбінуються теоретичні й емпіричні контексти. Якщо розглядати масову комунікацію переважно з позицій культурної перспективи, а її участь у відтворенні соціально структурованих процесів (зокрема, влади і контролю), як вплив на повсякденне життя людей, то формування людської індивідуальності може тлумачитися як трансмісія культурних значень і смислів у вигляді знань, цінностей, думок, переконань, навичок і зразків, – так у колективній монографії «Смислова морфологія соціуму» Н.В. Костенко артикулює важливий для нас висновок, що на візуальну презентацію уявлень про «сенс життя» цілком проектується матриця смислових порядків [14]. Дослідження мультикультуральних інтерференцій дозволяють спостерігати як від «порожньої самості» з її «гіпертрофованими свободами» (за висловом Маршала Бермана) [20], за нереалізованості повноти модерних потенціалів, людство знову стоїть перед «непережитим», «нездійсненим», «незнаним». Як влучно формулює Юджин Гелтон, «майбутній розвиток людства в даний момент історії обертається не навколо подальшої раціоналізації, або, в ім'я плюралізму, навколо більшої довільності, або ж навколо пустого постмодерного карнавалу багатоцільної випадковості, а навколо приборкання раціональності наново за допомоги її гуманного й усебічного прищартування» [3, с. 378].

Картину змін комунікативних умов взаємодії у віртуалізованому інтернет-просторі

глибоко аналізує М. Кастельс, наголошуючи, що «найважливіша роль Інтернету у формуванні соціальних стосунків – це його внесок у нову модель комунікабельності, побудовану на індивідуалізмі» [5, с. 130]. Вже перші десятиліття ХХІ ст. стали періодом перенесення поняття «індивідуалізм» стосовно нового стилю персоніфікованих контактів: суб'єктних, безсуб'єктних (анонімних) та суб'єктно-множинних (колективних та групових), що породило новий термін «мережевий індивідуалізм». Згідно з М. Кастельсом, «те, що ми спостерігаємо у наших суспільствах, – це розвиток комунікаційного гібриду, який поєднує фізичне місцеперебування та кібернетичне місцеперебування...Мережевий індивідуалізм – це соціальна модель, не купка ізольованих індивідуумів» [5, с. 131].

Постановка завдання. Традиції «фіксації настановлень» суб'єктів комунікації, а також вимірювання ефектів впливу мас-медіа на масову аудиторію поступово відходять у минуле та поступаються місцем іншим уявленням. Той соціальний резонанс, який масова комунікація сьогодні достеменно спричиняє, це не звичний «обмежений вплив» на аудиторію, а скоріше – репрезентація знань, цінностей і зразків поведінки, які присутні у метадискурсі мас-медіа. У зв'язку з цим **метою** даної статті є розгляд когнітивного та інтерпретативного компонентів символізації смислів, які залишаються центральними в цьому процесі, адже пов'язані з розумінням текстів, тлумаченням значень і думок, що транслюються, інтерферують та функціонують у сучасному медіапросторі.

Виклад основного матеріалу дослідження. На «перетині» тисячоліть відбулось й переоцінювання популярної культури. Культурні практики перших десятиліть ХХІ ст. підтверджують не тільки реальний зсув соціальних цінностей, соціологи фіксують, що в медіапросторі відбуваються культурні перетворення, які ведуть до появи нової естетики. Мультикульту-

Соціальна структура впливає на культуру:

		Так	Ні
Культура впливає на соціальну структуру:	Так	<i>Взаємозалежність</i> (двосторонній вплив)	<i>Ідеалізм</i> (суттєвий вплив медіа)
	Ні	<i>Матеріалізм</i> (медіазалежні)	<i>Автономія</i> (причинного зв'язку немає)

Рис. 1. Схема К. Розенгрена

ральна парадигма вивчення цих процесів стає все більш актуальною. В цьому сенсі показовою є схема (рис. 1), запропонована відомим представником соціокультурного підходу у вивченні масмедіа К. Розенгреном [9, с. 254].

Чотири види зв'язків, вказані на рис. 1, між культурою (включаючи мас-медійний контент) та суспільством досить яскраво демонструють типи впливів культури на соціальну структуру. Незаперечно, культура впливає на інститути суспільства, а також допомагає суспільним суб'єктам впливати на соціальні процеси. Цей процес значно активізувався завдяки розвитку інтернет-мереж [24], і це відбувається саме тому, що «неформальні» інструменти впливу культури не знаходяться більше під чийось офіційним контролем. Проте суспільна політика в галузі культури, спрямована на підтримку культурних преференцій у розвинутих державах, також залежна від культурних факторів, які, у свою чергу, можуть обмежувати суспільну політику, чи, навпаки, її формувати. Таким чином, обидва процеси інтерферують.

Сучасні критики «інтернет-філософії», а саме її когнітивного компонента, зокрема, філософ-постмодерніст Мануель Де Ланда (який належить до представників «теоретиків хаосу») та «технократів» кибернетичної ери) наголошує на тому, що у «теоретиків хаосу» називається «сингулярністю» – перехідною точкою, де в хаосі починає народжуватися «порядок», що стає каталізатором «життєподібної» поведінки неживої матерії. Коли первісно не пов'язані елементи досягають певної критичної точки і починають раптово взаємодіяти, щоб «утворити більш високорозвинений організм», то таким «організмом» може стати, «неконтрольоване зростання децентралізованого нелінійного Інтернету, що може призвести до появи глобального штучного розуму» [22, с. 7–15].

В історії становлення нової культури ери «інформаційного суспільства» саме культура і «контркультура» 60-х років ХХ ст. підготувала появу не тільки розвинутої системи мас-медіа, але й розуміння нових культурних надбань «електронної» ери». Тим самим вона сформувала передумови критики габермасівської «комунікативної раціональності», яка демонструє певну поляризацію із культурною естетикою постмодерну, що передбачає заперечення традицій і пошук новизни, нововведень та винаходів; швидкоплинного миттєвого задоволення (насолоди); ностальгії, безтурботності та непослідовності. На думку Ж. Ліотара – в постмодерному суспільстві не існує ані організаційних, ані інтерпретативних структур, ані будь-якого магістрального проєкту [23].

Символізація змісту як інструмент творення образів притаманна багатьом мистецтвам.

Відомі культурологічні начерки у пошуках «культурного коду». Але найбільш вагомим тут видається сама можливість виділення певного стрижня взаємодії мистецтв в метадискурсі мас-медій; як далекоглядно зосередив увагу на цьому У. Еко, попередивши про «недиференційований універсум», що спричиняє «відсутність структури», але саме «код наділяє смыслом щось таке, що первісно цим смыслом не володіло... Але доки коду немає й доки це дещо не кодифіковане, воно не може здійснювати безкінечну кількість сполучень, які тільки пізніше (*курсив автора – У. Еко*), після накладання коду, можуть стати носіями смислу» [4, с. 357].

Протягом всієї історії електронних медіа їхні аудіовізуальні можливості активно розвивались за допомогою нових технологічних винаходів й, починаючи з 50-х років ХХ ст., забезпечили прийом//передавання зображення і звуку на найбільш великі відстані. Таким чином, був зафіксований не тільки переворот в технологіях, але й роль мас-медіа в соціальних зрушеннях та історичному процесі взагалі. Саме бурхливий розвиток телебачення у другій половині ХХ ст. став предтечею «цивілізаційного переходу», який відбувся на зламі тисячоліть. Під впливом заміщення об'єктивної реальності її «знаковою формою», на очах одного покоління світ поступово перетворюється і виникає новий світ – світ знакових форм, де «культура умінь» змінюється «культурою знань» [7]. Проте ці «знання» може суттєво спотворити надлишкова «асиметрична» символізація медіадискурсу, яка призводить до утворення віртуального смислового простору, який Ж. Бодрійяр влучно назвав «гіперреальністю» [1].

Наскільки узвичаєним та «опрацьованим» в науковому дискурсі (поряд з вищезгаданим індивідуалізмом) є поняття символізму – сьогодні вирішує кожна наукова галузь окремо, але спільним є те, що вже на перетині століть, на порозі нової ери «інформаційного суспільства» обидва поняття поступово втрачають свій відтінок негативізму попередньої доби (що був особливо притаманний «антидемократичним» або авторитарним суспільствам) і піднімають своє значення до царини соціокультурних відносин. У першому випадку індивідуалізм суттєво підкріплюється персоналізацією нових комунікативних стосунків у мережах, а у другому – стає на перешкоді суто матеріалістичному розумінню символізму. Використання символізації дискурсу мас-медіа заради маркетингових цілей (в рекламі) перестає бути об'єктом критики; проте щодо маніпуляцій в політиці та використання «пропагандистських ефектів» мас-медіа розгортаються широкі наукові дискусії [16].

Розуміння символізму одночасно як інструменту та міфу, а також як засобу впливу на

свідомість людини розгорталась прямо пропорційно потребам вивчення психології мас (Г. Лебон, Г. Московічі, Х. Ортега-і-Гассет, Г. Тард, ін.). Зокрема, у політичній психології як найважливіше акцентується, що символізм міфу має психологічний смисл та визначається, що міф є продуктом людської свідомості, яка здатна до пізнання дійсності саме завдяки її символізації [2].

Здійснена Р. Бартом спроба вивести дискретність та фрагментарність в певні значущі відмінності міфу не стала визначальною, але суттєво змінила для того часу звичайні артикуляції щодо міфу та процесу міфологізації. Цей процес відзначався «безкінечним числом міфів», які створювали і просякали всю культуру людства. Одночасно їхня багатоманітність створювала той міфологічний простір, який саме і являв собою «поле міфологічних смислів», своєрідну «міфосферу», яка складає й сучасний соціокультурний контекст, куди завдяки цим міфам занурені й індивіди, й соціум взагалі. Найголовнішими, на думку Р. Барта, ознаками «міфотворення» є те, що, насамперед, сучасний міф є дискретним: він виявляється не у великих розповідних формах, а лише у вигляді «дискурсів»; таким чином, міф – це не більш ніж фразеологія, набір фраз, стереотипів; «міф як такий щезає, проте залишається ще більш підступне міфічне» [19].

У теперішній час, коли «гібридність» втручається у життя людей своїми найагресивнішими та найнегативнішими проявами, коли замість кастелівського «комунікаційного гібриду» український соціум вимушено постає перед реальними небезпеками і викликами «гібридної війни», характерні ознаки «підступного міфічного», визначені Р. Бартом, постають одночасно і передбаченням, і попередженням.

І сучасна аудиторія мас-медіа, й самі журналісти в Україні стали більш критично реагувати на надлишкову «асиметричну» символізацію медіадискурсу, його «псевдонаповнення» змістом так званого гібридного або «міфічного» характеру. Це є актуальним для сучасного телебачення та аудіовізуальних інтернет-платформ. Використання «асиметричної» символізації стосується процесу сприйняття зорових образів, що відбувається набагато спонтанніше, ніж сприйняття друкованого тексту, і має дворівневу структуру – словесний текст плюс смисл відео-образів, тобто візуальний або аудіовізуальний дискурс. На зміну «ефірному мовленню», яке довгий час було домінуючою формою дискурсу електронних медіа, приходять різновид публічного мовлення, заснований на використанні різноманітних можливостей сучасних засобів масової комунікації, нових цифрових технологій інформаційного обміну. Комплекс відтворення аудіовізуальних образів, які від телебачення успадкував, наприклад,

YouTube, маніфестує прагнення, з одного боку, максимально зберегти особливості усного мовлення, з іншого, використовує ймовірні для своєї сфери функціонування засоби впливу інших мистецтв, зокрема: музичного, драматичного, образотворчого, кіномистецтва, ін. Адже сучасними інтернет-платформами в мережах використовується цілий комплекс засобів творення смислів і образів, що з усією повнотою реалізується аудіовізуальними засобами (фрагментами програм телебачення, виступами експертів та блогерів на платформах YouTube тощо).

Використання та розуміння візуальних образів регулюється за допомогою соціально обумовлених (як зазначалось вище) встановлених символічних «кодів». Візуальні образи будуються за законами відповідних візуальних мистецтв та можуть бути сприйнятими чи зруйнованими (спотвореними) відповідно до законів психіки та можливостей людського сприйняття. Подібну думку – про вплив способів та інструментів створення образів і технік передавання зображень на подальший розвиток мислення, науки і технологій – ми знаходимо через кілька десятиліть у М. Маклюєна: «Це точне відтворення зображень мало дійсно неосяжні наслідки для розвитку знання і мислення, науки і технології. Не буде перебільшенням сказати, що з часів винаходу писемності не було іншого більш важливого винаходу, ніж спосіб точного відтворення зображувальних повідомлень» [10, с. 117].

Для розуміння впливу інтерференції мистецтв у сучасному медіапросторі є важливим перенесення філософсько-культурологічних інтерпретацій та «теоретичних інспірацій» (вислів – П. Штомпки [26]) на загальне теоретичне тло соціологічної науки, що спричиняє більш глибоке розуміння процесів, які донедавна досліджувались лише у царині мистецтвознавства. Саме у взаємодії філософських та соціологічно-візуалістичних студій народжуються теоретико-методологічні засади нової галузі – візуальної соціології [25].

Виходячи із соціокультурологічних позицій наукового аналізу продуктів екранних мистецтв, необхідно відзначити специфіку їхньої взаємодії, а також співвіднесеність естетичного сприйняття з іншими формами створення художньої образності. Це пов'язане з відомими розробками та оновленими концепціями естетичного, що були здійснені Г. Гумбрехтом, Ж. Делезом, У. Еко, ін., які суттєво вплинули на подальше теоретичне опанування низкою важливих естетичних проблем, серед яких, насамперед, треба виділити «проблему візуального». Як справедливо зауважує Н. Костенко, найближче майбутнє культурної теорії «проглядається в увазі до процесуального, мобільного, випадкового, прагматичного характеру

соціальних і культурних феноменів. Звідси і до таких концептів, як «складність, збирання, потік і турбулентність, аутопойезис, ко-пойезис и ко-емерджентність», які в змозі багато про ці феномени сказати (Venn, 2007: 49). Саме такими міркуваннями випереджаються дебати щодо зміщувань й зсувів у культурній теорії» [6, с. 3]. Саме на перетині мистецтвознавства, філософії, соціології та культурології відбувається осмислення форм, механізмів та інструментів впливу естетичного та фіксуються особливості сприйняття відеопродукту сучасними аудиторіями – суб'єктами медіапростору.

За свідченням мистецтвознавців та культурологів (В. Беньямін, П. Вілірью, М. Мерло-Понті, ін.) імовірним висновком слугує те, що мистецтво може існувати одночасно як форма естетичної діяльності [18] та як форма естетичної свідомості. Отже, всі контексти, що становлять базовий екзистенціальний досвід кожної людини (у пропонованому П. Штомпкою переліку [26]) зустрічаються у більшості людських культур та відображають певні імперативи суспільних форм буття (з відповідними драмами колективного існування): освіта, політика, релігія, наука (пізнання), мистецтво, відпочинок (рознага), спорт, війна та природні катастрофи; в кожному з цих контекстів П. Штомпка виділяє шість аспектів: діючих осіб, їхні дії, взаємодію (та суспільні відносини), колективність (та її структуру), культуру та оточення (середовище) [26, с. 33]. Оптика соціологічного бачення не повинна упускати жоден з цих контекстів, адже тут вбачається найголовнішою роль естетичної практики, активність та різноманітність форм якої є запорукою формування власної культури кожного індивіда. Увага соціологів до цих практик останнім часом фокусується не на дослідженні «медіакультур», а певного діапазону практик, які включають «споживання, обговорення медіа, вибір медіа-змістів та медіаносіїв» [21].

Багатоманітність сучасної естетичної практики в процесі медіакомунікації доповнюється конструюванням власного інформаційного поля особистості [15] та використанням його «цифрових елементів»: сайтів, сторінок у соціальних мережах, каналів у блогосфері. Вони також несуть певне естетичне, символічне, знакове навантаження, яке доповнює зміст, структурує його і породжує нові смисли, інтегровані у багатогранність сприйняття індивідом загальної символічної палітри медіапростору.

Динамічне соціокультурне середовище, в якому іноді втрачається «цілісність простору і часу», тісно пов'язане з новими умовами сучасності, де, згідно спостережень М. Кастельса, панує спонтанність, як багатовекторне перетинання думок, ідей, здогадок, неясних обра-

зів, символів, їхнє виявлення для себе і відкидання, що створює певний мисленнєвий хаос, який і стає об'єктом упорядкування, але вже на інших засадах: «Ді Мадджіо, Харгіттай, Ньюмен та Робінсон (2001) повідомляють про результати досліджень участі в громадському житті, які показують, що користувачі Інтернету (після перевірки інших змінних) відвідують більше мистецьких подій, читають більше літератури, частіше ходять в кіно, більше дивляться спортивні заходи та займаються спортом більше, ніж некористувачі» [5, с. 121].

Визначаючи специфіку символізації медіапростору як частини естетичного сприйняття, ми виходимо з розуміння естетичної свідомості як знання, а також з очевидного факту наявності двох найзагальніших і найдавніших інструментів одержання знання про зовнішній світ – образності й понятійності. Визначаючи мистецтво як художнє мислення (мислення образами), підкреслимо, що переважно слід співвідносити образність з мистецтвом, а понятійність – з наукою. В артикуляції Н. Лумана, «всі висловлювання про реальність все-таки пов'язані із системними референціями, що не допускають подальшої генералізації (трансценденталізації). ...Вчені можуть бути абсолютно впевнені, що вони краще знають реальність, ніж вона зображується в мас-медіа, приречених на те, щоб займатися «популяризацією». ...Це здійснюється завдяки суспільним настроям, оскільки суспільство приймає наукові описи за автентичне пізнання реальності» [8, с. 17].

Процеси символізації змісту та інтерференції мистецтв у медіапросторі втілюють, зокрема, його специфічну особливість – мультимедіативність або багатоканальність та семіотичну різнобарвність контенту, коли одночасно йде сприйняття і обробка інформації на різних рівнях (від емоцій – до формування концептуальних оцінок). Як визначає О. Пушонкова, «поняття «мультимедіа» як сполучення медіаформ, у яких присутні різні форми тексту: вербальні і візуальні, статичні і динамічні, виникло ще на початку цифрової доби. Медіаконвергенція у соціальних практиках стає процесом розширення медіа, обумовлює появу тих платформ, які не просто тиражують інформацію, а й змінюють можливість і умови її поширення, вдосконалюють пошук аудиторії, способи трансляції через нові цифрові носії. Цей процес носить характер поступового освоєння різних медіа з поглибленням інтерактивності та ефектів присутності» [12, с. 107].

Крім зв'язку з елементами естетичної свідомості, процес символізації у медіапросторі має всередині своєї структури і внутрішній зв'язок всіх різноманітних компонентів. Прагнення забезпечити комплексне сприйняття цих компонентів зумовлює наявність у суб'єкта

медіакомунікацій тих або інших якостей, засобів, знань (естетичного смаку, своєрідності почуттів, усвідомлення цінностей, ідеалів, уявлень про норму, ін.). Додамо, що їх втілення є конструювання власного інформаційного поля [15], яке неможливо без оперування візуальними образами.

Актуальний науковий аналіз масової комунікації, відмовляючись від артикуляції «обмежених ефектів», а також уявлення про «всеомгутність» мас-медіа, тим не менш, фіксує, що вони не зникли без наслідків для прийдешніх теорій. Насамперед, вони поширюються на сучасну аудіовізуальну медіакомунікацію і втілюються в моделях глобального масштабу [11]; також саме розвиненим засобам масової комунікації приписують визначну роль у формуванні нового етапу культури [9], нових культурних парадигм комунікації, інформаційних процесів і взаємодії між людьми. Сучасне мистецтво створює новий культурний контент, нове конотаційне тло міжкультурної взаємодії, відтворення і поширення інформації, створює тим самим нові синергетичні системи з їх власними внутрішніми законами, внутрішньою специфікою [17]. Протягом другої половини XX ст. увага дослідників масових комунікацій найчастіше зупинялась на ефектах, тобто наслідках інформаційного впливу, адже владні інститути цікавились саме цими наслідками, чи просто найчастіше були їх прямими замовниками. З появою Інтернету ситуація різко змінилась і у царині культури, і в економіко-соціальних галузях виробництва. Звичайно, поширення Інтернету залежить не стільки від підприємницької активності, скільки від науково-дослідних та університетських спільнот, де створюються нові ідеї, нові критерії досконалості та фахової оцінки, народжується нова культура. «Інтернет-культура» – це культура творців Інтернету, як називає її М. Кастельс, «під терміном «культура» я розумію набір цінностей і переконань, які визначають поведінку людини. Повторювані моделі поведінки породжують звичаєві норми, дотримання яких контролюється інституціями та неформальними соціальними організаціями. Культура відрізняється від ідеології, психології та проявів окремої індивідуальності» [5, с. 34].

Проте необхідно зауважити, що традиційні підходи соціальних антропологів і культурологів переважно не враховували динаміки людських взаємодій, а також взаємостосунків між людиною та її соціальним оточенням. У той же час у глобальному мас-медійному просторі постійно відбувається взаємодія і навіть інтерференція між різними культурами. З одного боку, протягом перших десятиліть становлення інформаційного суспільства теорія «міжкультурного навчання» постала перед серйозними проблемами, пов'язаними перш за все

з уявленням про сутність культурних систем як досить стабільних і відмежованих одна від одної, з їх чіткими культурними правилами [28]. З іншого боку, ставлення до культури як статичної величини дозволило (на перетині XX і XXI століть) операціоналізувати і уточнити поняття культури. Саме завдяки мас-медіа та допомогою «культурних правил» стало можливим транслювати культуру (особливо це акцентувалося під час пандемії COVID-19), що було завжди виправданим як у фокусі поточної дидактики, так і з точки зору спадковості цивілізацій. Завдяки використанню соціокультурного підходу в соціології, будь-яка культурна поведінка легше піддається прогнозуванню та ідентифікації.

На синхронному зрізі необхідно відзначити збільшення уваги соціологів до «візуального документалізму». В цьому контексті соціологія спирається на праці Едварда Тафті, присвячені візуалізації інформації [27]. Кількісні параметри та зв'язки візуальна соціологія використовує для презентації соціологічних та антропологічних досліджень документалістів та етнографів, найбільш відомими з яких є Маргарет Мід та Грегорі Бейтсон, Конрад Лоренц та Деніел Мілер, Фредерік Вайзман та Роберт Флаерті. Як наголошує Л. Скокова, «стає популярним поняття «інтерпретативних спільнот», етнографічний аналіз котрих виходить на передній план, навіть йдеться про «етнографічний» поворот, порівнюваний за впливовість з попередніми «лінгвістичним» і «семіотичним» поворотами» [13, с. 19].

З розвитком комп'ютерних комунікацій, заснована на варіативності та швидкоплинності зміни аудіовізуальних образів реальність ілюзорних світів стає все більш відчутною. Так, завдяки своїй колоритності та різноманітності, вони постають перед нами як щось цілком реальне, яке не поступаються в достовірності повсякденному життю. Символізм візуальних образів, насамперед, кінематографу і телебачення як головних засобів «екранної» комунікації, яким підвладні будь-які проблеми соціуму, індивідів і спільнот, породжує різноманітні міфологічні конструкції. Матеріали теленовин, розтиражовані на платформах YouTube, або рекламні кліпи є типовими їх «пошланнями», засвоєння яких дає досить поверхове уявлення про сутність речей, але, водночас, надає можливість орієнтуватися в повсякденному житті. Таким чином, дискурс масової комунікації, що є невід'ємною частиною сьогодення та займає чільне місце в житті й пересічної людини, й соціальних груп і спільнот, стає носієм символічних смислів та наративів.

Паралелі між процесом символізації в мас-медіа і в культурі наводять на думку, що образи і соціальні форми, що колись виникли у свідомості конкретних людей – творців,

які реалізують їх через нові усвідомлені ними норми і задуми, так чи інакше відтворюються у свідомості звичайних людей. Проте реакція цієї свідомості може бути неоднозначною і базується переважно на таких компонентах, як досвід суб'єкта, логіка відбору інформації, інтуїція, затвердження результатів відбору в пам'яті суб'єкта як закріплення тих чи інших образів, пов'язаних з визначеними смислами. Як наголошував М. Кастельс, «мистецтво завжди було будівничим мостів між різноманітними суперечливими виразами людського досвіду. ...У світі розбитих дзеркал, створеному з текстів, не придатних для спілкування, мистецтво могло би, без жодного спеціально розробленого сценарію, лише своїм існуванням, бути протоколом спілкування і інструментом соціальної відбудови. ...Мистецтво – все більше і більше гібридне поєднання віртуальних і фізичних матеріалів – можливо, буде принциповим культурним мостом між Мережею і особистістю» [5, с. 204].

Різка інтенсифікація комунікативних процесів (зокрема, в інтернет-просторі) провокує небезпеку надмірної спеціалізації та емоційної загальмованості, що може призвести до певного ступеня деперсоналізації та психічного автоматизму. В умовах сучасних розвинутих медіа як частини соціокультурного середовища, (особливо треба підкреслити ускладнення та інтенсифікацію комунікативних процесів обміну смислами), багатство можливостей вибору ставить перед особистістю величезну кількість етичних, життєвих і психологічних проблем, що зокрема позначається на визначенні індивідуального стилю життя і відповідного йому стилю спілкування за умови збереження цілісності особистості.

Суб'єкт медіакомунікацій бере участь у створенні не тільки власного інформаційного поля, але й власної культури, і тим самим набуває питомої ваги його цілепокладання на шляху до самореалізації. Соціокультурний підхід в соціології допомагає релятивувати уявлення про вплив символізації, визначальний для розвитку культури особистості, оскільки, виходячи з динаміки комунікативної взаємодії, можуть виникати нові форми поведінки, які, будучи передбачуваними чи непередбачуваними, визначаються не стільки цінностями і нормами відповідних культур, скільки практикою взаємодії та власними інтерпретаціями смислів, що втілюються у поведінці суб'єкта.

Висновки. Роль індивіда у загальній культурі полягає у тому, що він володіє тими знаннями, які дозволяють йому усвідомлено сприймати світ і діяти в даному оточенні. Здійснення цієї ролі можливе тільки за умови, що сам індивід, який інтерпретує навколишній світ у пошуках смислу та орієнтується в ньому, реалізує самого себе як діючого

й самостворюючого суб'єкта. Носій культури як творець нових смислів – це конкретна людина, яка володіє індивідуальною структурою пояснень, усвідомлення і відтворення картини світу. Візуальні мистецтва (кіно, телебачення, візуальні засоби мереж) реалізують через символізацію той самий принцип значущості, усвідомленості всіх елементів ситуації із зосередженням на всьому, що протидіє цій усвідомленості. Мультикультурний дискурс мас-медій створює особливий семіотичний простір – простір смислів, які створюються та транслюються у процесі символізації медіадискурсу. Перспектива виявлення суспільного значення інтеркультурної комунікації лежить у площині переходу від досліджень «медіакultur» до аналізу смислорозпізнавання та смислоутворення, що дозволяє розглядати символізацію у медіапросторі одночасно і як процес, і як інструмент масової комунікації в царині загального соціокультурного середовища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бодріяр Ж. Симулякри і симуляція / пер. з фр. Київ : Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2004. 230 с.
2. Васютинський В.О. Психологічні виміри спільноти. НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. Київ : Золоті ворота, 2010. 119 с.
3. Гелтон Ю. Модерний заблуд, або Нестерпне просвітлення буття. Глобальні модерності / За редакції М. Фазерстоуна, С. Леша, Р. Робертсона; пер. з англ. Київ : Ніка-Центр, 2008. С. 361–384.
4. Еко У. Відсутня структура. Вступ до семіології / Пер. з іт. В. Резник и А. Погоняйло. Видавництво : «Петрополіс», 1998. 432 с.
5. Кастельс М. Інтернет-Галактика. Міркування щодо Інтернету, бізнесу і суспільства / пер. з англ. Київ : ТОВ «Ваклер», 2007. 304 с.
6. Костенко Н.В. Наздогнати реальне, коли медіа всюди: онтологічний інтерес у культурних дослідженнях та теорії медіа. Соціологія: теорія, методи, маркетинг. 2010. № 1. С. 3–15.
7. Кюблер Х.-Д. Міфи про суспільство знань / пер. з нім. Київ : Видавничий дім Дмитра Бураго, 2010. 264 с.
8. Луман Н. Реальність мас-медіа. / За ред. Іванова В. та ін. Київ : ЦВП, 2010. 158 с.
9. Мак-Квейл Д. Теорія масової комунікації / Пер. з англ. Львів : Літопис, 2010. 538 с.
10. Мак-Люен М. Галактика Гутенберга. Київ : Ніка-центр, 2001. 464 с.
11. Мартен Д., Мецжер Ж.-Л., П'єр Ф. Соціологія глобалізації / Пер. з франц. Київ : Вид. дім «КМ Академія», 2005. 302 с.
12. Пушонкова О. Досвід образотворення та ідентичність у викликах трансмедійності. Вісник Львівського університету. Серія філос.-політолог. студії. 2022. Вип.44. С. 105–115.
13. Скокова Л. Поширення практико-орієнтованих підходів в якісних дослідженнях медіа. Габітус. Вип. 6. Одеса, 2018. С. 17–22.

14. Смысловая морфология социума / За ред. Н.В. Костенко. Київ : Інститут соціології НАН України, 2012. 422 с.
15. Суська О.О. Інформаційне поле персоніфікованого суб'єкта в медіапросторі сучасного суспільства : дис. ... доктора соціол. н. Київ, КНУ ім. Т. Шевченка, 2020. 579 с.
16. Суська О.О. Комунікативний тип особистості та його використання в політичній діяльності. Мова і культура. Вип.4. Т. 1, Ч. 2. Філософія мови і культури. Київ, 2002. С. 80–91.
17. Суська О.О. Міжкультурна взаємодія в інформаційному просторі у вимірах толерантності. Толерантність на кордонах Європи: вимір для України. Мат-ли міжнародної науково-практичної конференції. Ужгород, 2019, С. 6–64.
18. Benjamin W., Zohn H. The Work of Art in the Age of Mechanical Reproduction: An Influential Essay of Cultural Criticism. Research Triangle, NC. Lulu Press, Inc. 2018. 38 p.
19. Bensmaja R. The Barthes Effect: The Essay as Reflective Text, trans. Pat Fedkiew, Minneapolis : University of Minnesota Press, 1987. 160 p.
20. Berman Marshall. All That Solid Melts into Air. New York : Simon & Schuster, 1982.
21. Couldry N. Theorising Media as Practice. Brauchler B., Postill J. (eds.) Theorising Media and Practice. New York : Berghahn Books, 2010. P. 55–75.
22. Landa M. de. War in the Age of Intelligent Machines. New York, 1991. P. 7–15.
23. Lyotard J. F. The Postmodern Condition: a Report on Knowledge. Manchester : Manchester University Press, 1986.
24. Miller D., Costa E., Haynes N., et al. How the World Changed Social Media. London : UCL Press, 2016. 262 p.
25. Sztompka P. Socjologia wizualna: fotografia jako metoda badawcza. Warszawa : Wyd. Naukowe PWN, 2005.
26. Sztompka P. Socjologia zmian społecznych. Kraków : Wyd. Znak, 2005.
27. Tufte Edward R. Seeing with Fresh Eyes: Meaning, Space, Data, Truth. Graphics Press LLC. NY.2020. 176 p.
28. Turner G. British Cultural Studies. An Introduction. Routledge, 2003. 272 p.
29. Watts P. Roland Barthes' Cinema / Edited by D. Andrew, Y. Citton, V. Debaene, and S. D. Iorio. Oxford University Press, 2016. 216 p.

СУЧАСНІ ОСВІТНІ ІННОВАЦІЇ У ВИЩІЙ ОСВІТІ: ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД

MODERN EDUCATIONAL INNOVATIONS IN HIGHER EDUCATION: EUROPEAN EXPERIENCE

Стаття присвячена питанням соціологічного осмислення місця вищої освіти у сучасній соціальній реальності у зв'язку із її радикальними трансформаціями під впливом становлення «суспільства знань» і викликів глобалізації. Автор наголошує на необхідності впровадження у вищих навчальних закладах нових парадигм навчання. В роботі описані різноманітні освітні інновації, які впроваджує сучасна вища освіта. Це і хмарні технології, які дозволяють формувати ефективне і динамічне інформаційно-освітнє середовище. Також сучасні проєктні, дискусійні, пошукові формати з високим ступенем самостійності та активності студентів; когнітивні інститути – дослідницькі мережі, віртуальні лабораторії, які гнучко організують ресурси вищої школи чи науково-дослідних установ. Також у роботі описана така освітня інновація, як проєктна діяльність університету та її можливості. Автор описує досвід роботи Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана у цьому напрямку. У статті наданий досвід створення авторського освітнього проєкту «Формування Soft Skills учасників освітнього процесу» в рамках міжнародного стажування 2023 року «Фандрейзинг та організація проєктної діяльності в закладах освіти: європейський досвід». Метою стажування було ознайомлення з інструментами проєктного менеджменту та формування практичних навичок розроблення власних освітніх проєктів. Автором розглянута програма міжнародного стажування та проаналізовані основні етапи та освітні інструменти, які необхідні при створенні освітніх проєктів у вищих навчальних закладах. При роботі над підготовкою власного освітнього проєкту автором використовувались різноманітні інструменти проєктного менеджменту. В статті описані можливості використання таких інструментів, як SMART-аналіз, методика 7 START, SWOT-аналіз, Ієрархічна структура робіт освітнього проєкту (ICP), Діаграма Ганта та інші.

Ключові слова: соціологія освіти, вища освіта, освітні інновації, проєктна діяльність, студенти, міжнародне стажування, професійні компетентності викладачів, soft skills.

The article is devoted to the issues of sociological understanding of the place of higher education in modern social reality in connection with its radical transformations under the influence of the formation of the 'knowledge society' and the challenges of globalization. The author emphasizes the need to introduce new learning paradigms in higher educational institutions. The work describes various educational innovations introduced by modern higher education. These are also cloud technologies that allow creating an effective and dynamic information and educational environment. Also, modern project, discussion, search formats with a high degree of independence and student activity; cognitive institutes are research networks, virtual laboratories that flexibly organize the resources of higher education institutions or research institutions. The work also describes such an educational innovation as the project activity of the university and its possibilities. The author describes the work experience of Vadym Hetman Kyiv National University of Economics in this direction. The article describes the experience of creating the author's educational project 'Formation of Soft Skills of participants in the educational process' as part of the international internship in 2023 'Fundraising and organization of project activities in educational institutions: European experience.' The purpose of the internship was to get acquainted with project management tools and to develop practical skills for developing one's own educational projects. The author reviewed the international internship program and analyzed the main stages and described the educational tools that are necessary for the creation of educational projects in higher educational institutions. When working on the preparation of his own educational project, the author used various project management tools. The article describes the possibilities of using such tools as SMART analysis, the 7 START method, SWOT analysis, Hierarchical structure of works of an educational project (ISR), Gantt chart and others.

Key words: sociology of education, high education, educational innovations, project work, students, international internship, professional competences of teachers, soft skills.

УДК 378-051:005.336.5]:005.8
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.5>

Федоренко Н.І.

к.соціол.н.,

доцент кафедри соціології

Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана

У наш час ми спостерігаємо процес інституційної трансформації вищої освіти, яка визначається особливостями нових ринків праці. Вища освіта та вищі навчальні заклади, як її головні актори, змушені адаптуватися до нових тенденцій на ринках праці, які потребують постійного оновлення високоспеціалізованих професійних знань, нових форм їх трансляції та використання у навчанні. Якщо в індустріальну епоху професійна діяльність переважно здійснювалася як майже незмінне довготермінове виконання однотипних завдань, використання готових схем діяльності в стандарт-

них ситуаціях, то сучасна економіка потребує постійної зміни соціально-професійних ролей.

Сьогодні відбувається становлення нової соціальної реальності, яка отримала робочу назву «суспільство знань». Це вимагає радикального концептуального перегляду соціологічного осмислення вищої освіти.

По-перше, принципово змінюється роль, вага та функції вищої освіти у сучасному світі. Накопичення та практичне використання науково-технічного знання стає визначальним фактором успішного економічного розвитку будь-якої країни, забезпечення її конкурентно-

здатності на світових ринках. Без розвиненої й сучасної вищої освіти неможливі розбудова наукоємних виробництв і, відповідно, участь країни в сучасному міжнародному розподілі праці. Але роль і значення вищої освіти цим не обмежуються. Вона перетворюється на визначальний чинник глобального цивілізаційного розвитку, чинник, який формує зміст і головні тренди останнього. Вища освіта детермінує соціально-економічні, соціально-політичні параметри та соціокультурну динаміку як окремих націй держав, так і міжнародної світової спільноти.

По-друге, стрімко виникають нові глобальні ринки висококваліфікованих кадрів, загострюється міжнародна конкуренція за залучення кваліфікованого персоналу, посилюється проблема «відтоку мозків».

По-третє, в самій вищій школі стрімко розвиваються ринкові стосунки і механізми, виникає конкуренція між традиційними закладами вищої освіти і так званими «новими провайдерами». Останні функціонують в освітньому просторі, який не має фізичних, географічних, адміністративних, політичних і культурних кордонів, використовують принципово нові моделі організації і донесення знань, які базуються на інформаційно-комунікативних технологіях [1].

У цих умовах заклади вищої освіти постійно впроваджують освітні інновації у навчальний процес. Серед інноваційних технологій у вищій школі використовуються хмарні технології, які дозволяють формувати ефективно і динамічне інформаційно-освітнє середовище. На зміну класичним лекційно-семінарським заняттям у вищій освіті прийшли сучасні проектні, дискусійні, пошукові формати з високим ступенем самостійності та активності студентів. Зараз вже сформувались нові когнітивні інститути – дослідницькі мережі, віртуальні лабораторії, які гнучко організують ресурси ЗВО чи науково-дослідних установ. Одним із пріоритетних напрямків діяльності сучасних ЗВО є активна проектна діяльність.

Аналіз останніх досліджень і публікацій засвідчив, що проблеми розвитку сучасної вищої освіти досліджуються в роботах українських соціологів Бакірова В.С. [1], Чудовської І.А. [2], Оксамитної С.М. [3]. Інноваційно-зорієнтований підхід до організації навчального процесу в ЗВО та проектування викладачами навчальних технологій як перспективний напрям інноваційного розвитку вищої освіти описують такі науковці, як М. Артюшина, Г. Романова [4]. М. Уйсімбаєва описує у своїх роботах теоретичні аспекти проектної діяльності [5]. Проектну діяльність як фактор соціально-професійної адаптації студентів проаналізувала у своїй роботі С. Ізбаш [6]. Проектна діяльність як фактор підвищення конкурентоспроможності вітчизня-

них закладів вищої освіти розглянута в роботах вітчизняних учених Криховецької З.М., Кропельницької С.О., Кондура О.С. [7]. Визначення стратегій, які забезпечують формування і підвищення конкурентоспроможності ЗВО, продемонстровано у працях Сацика В. [8], Кравченко К. [9]. Водночас питання, що стосуються алгоритмів створення освітніх проектів, на сьогодні є малодослідженими, хоча мають суттєві особливості. Зважаючи на це, тема статті є актуальною для сьогодення.

Метою статті є аналіз основних етапів та опис освітніх інструментів, які необхідні при створенні освітніх проектів у вищих навчальних закладах.

Для пришвидшення інтернаціоналізації освітньої, наукової, креативної та організаційно-фінансової діяльності ЗВО та забезпечення на цій основі їх високої конкурентоспроможності в європейському освітньому та науковому середовищі в багатьох ЗВО створені структурні міжнародні підрозділи. Наприклад, в Київському національному економічному університеті імені Вадима Гетьмана створений відділ міжнародної академічної мобільності. Проектна діяльність кафедр університету є важливою складовою роботи цього відділу. За останні роки викладачі КНЕУ ім. В. Гетьмана взяли участь у роботі таких міжнародних проектів, як: Проект ErasmusPlus PAGOSTE, Проект ErasmusPlus 'ITE-VET', проект GUMLog – Німецько-Українська Магістерська програма у галузі логістики, Проект GENIUS (Gender Initiative for Universities and Society), Проект UTTERLY «Центри сертифікації викладачів: інноваційні підходи до досконалості викладання» Європейського Союзу Еразмус+ з розвитку потенціалу вищої освіти; В рамках Програми Європейського Союзу Еразмус+ та напрямку Жан Моне проект «European integration impact on economic security of EU members-states» та багато інших.

Якісно організована проектна діяльність у закладах вищої освіти відкриває нові можливості щодо покращення інфраструктури та впровадження новітніх технологій в освітній процес. В рамках проходження у 2023 році міжнародного стажування «Фандрейзинг та організація проектної діяльності в закладах освіти: європейський досвід» автор ознайомилась з алгоритмом та основними етапами створення освітнього проекту. Міжнародне стажування було організоване Європейською фундацією «Зустріч» (Польща), кафедрою Польсько-Українських Студій Ягеллонського університету (Польща), Центром розвитку кар'єри ГО «Соборність» (Україна) і Луганським обласним інститутом післядипломної педагогічної освіти (Україна). Програма Міжнародного стажування була розроблена для педагогічних та науково-педагогічних

працівників. Метою стажування було сформува-ти в слухачів загальне уявлення щодо проектного менеджменту та сформувати практичні навички розроблення власних освітніх проєктів. Міжнародне стажування складалося з лекцій, тренінгів, роботи в малих групах з презентацією результатів, дискусій, опитувань, виконання комплексу індивідуальних завдань. Всі заняття проводилися в активних формах навчання. Це дало можливість слухачам оволодіти необхідними знаннями, уміннями та навичками через різноманітні заходи та вправи.

Організатори міжнародного стажування зробили акцент на розвитку наступних професійних компетенцій слухачів:

- методична компетентність: знання методичних і теоретичних засад організації проектної та фандрейзингової діяльності в закладі освіти та пошук грантів з різних інформаційних ресурсів;

- фінансово-економічна компетентність: здатність створення кошторису освітнього проєкту;

- соціально-комунікативна компетентність: здатність забезпечувати власні потреби та досягати цілей шляхом створення партнерських відносин з іншими, уміння організувати командну роботу в закладі освіти та підтримувати позитивний мікроклімат;

- ціннісно-сміслова компетентність: усвідомлення цінності командної взаємодії та необхідності створення сприятливого середовища для розвитку творчих здібностей учасників освітнього процесу.

Програма міжнародного стажування «Фандрейзинг та організація проектної діяльності в закладах освіти: європейський досвід» складалася з двох частин: базової та індивідуальної. Базова частина (90 годин) – це навчальні модулі, лекції, семінари, тренінги, тести та завдання, однакові для всіх учасників стажування. Індивідуальна частина (90 годин) – це навчальні модулі, завдання, тести та консультації відповідно до розробленого проєкту. На самостійне вивчення матеріалу, виконання завдань, написання власного проєкту відводилося приблизно 60 % загального часу [10].

Базова частина міжнародного стажування включала такі модулі:

Модуль 1. Проектна діяльність та нова освітня парадигма. Цей модуль включає розгляд таких тем, як: квінтесенція сучасних реформ та їхній фронезис; компетентнісний підхід у проектній діяльності; демократичне врядування та толерантність; теоретико-методичні засади проектної діяльності в закладах освіти.

Модуль 2. Ефективний фандрейзинг. У цьому модулі висвітлюються наступні питання: основні методики роботи фандрейзера; алгоритм пошуку коштів; робота з між-

народними організаціями та донорами; організація фандрейзингу та проектної діяльності у Варшавському та Ягеллонському університетах.

Модуль 3. Mini-MBA в управлінні проєктами. Слухачі розглядали біфуркаційна модель адміністрування та критичне мислення; комунікацію в проєктах та особливості роботи зі стейкхолдерами; управління часом та фінансовими ресурсами; інструментарій проектного менеджменту.

Модуль 4. Soft Skills та командна робота: нестандартні рішення стандартних проблем. Разом з тренерами ми розбирали складові емоційного інтелекту та говорили про розвиток Soft skills; фронезис та особливості розвитку креативного мислення; Life Long Learning як основа лідерства; Мотивація та траєкторія особистісного розвитку.

Модуль 5. Проектний менеджмент: від плану дій до проєкту. Учасники міжнародного стажування почали знайомитися з передпроектною стадією, яка в ключає стадію планування та цілісне бачення проєкту; стадію реалізації та Моніторингу; закриття проєкту та звітність.

Модуль 6. Інновації в педагогіці як основа проектної діяльності. Ми розглянули: педагогічні інновації у світових освітніх системах; ключові відмінності нових педагогічних підходів від застарілих педагогічних стандартів; формування персональних завдань особистісного та професійного розвитку; особливості світових педагогічних систем; основи педагогічної психології та сучасні освітні технології [10].

Індивідуальну частину міжнародного стажування складав Модуль 7. Розроблення власного освітнього проєкту: від теорії до практики. Для виконання індивідуальної частини стажування необхідно було виконати комплекс індивідуальних завдань, пройти підсумкове тестування та захистити проєкт.

Першим завданням індивідуальної частини роботи стало обговорення тем проєктів. Кожен учасник міжнародного стажування запропонував цікаву для нього тему проєкту. Організатори опрацювали всі запропоновані теми і створили 12 командних тематичних проєктів. Автор у складі команди працювала над підготовкою освітнього проєкту: «Формування Soft Skills учасників освітнього процесу».

Спочатку команда працювала над формулюванням актуальності та унікальності проєкту, цілей і завдань проєкту, опису складових проєкту та результатів, що очікуються. За результатами обговорення актуальність проєкту обумовлена динамічними змінами, які відбуваються у підготовці компетентного фахівця, який повинен бути конкурентоспроможним на сучасному ринку праці. Великий попит серед сучасних українських роботодавців мають фахівці з певними навичками. Це

навички комунікабельності, роботи в команді, гнучкості, ініціативності, критичного мислення, наявності емоційного інтелекту. Сучасна освіта в Україні повинна задовольняти цей попит. Проект спрямований на здійснення самодіагностики сформованості soft skills; використання інструментів професійно-особистісного саморозвитку; застосування навичок і вмій ефективного спілкування з урахуванням особливостей емоційного інтелекту (активне слухання, профайлінг, управління власними емоціями, техніки нетворкінгу); володіння засобами протидії інформаційно-психологічному маніпулюванню. Унікальність цього освітнього проекту полягає у застосуванні міждисциплінарного підходу в його реалізації; гнучкості та поєднанні теоретичного та практичного навчання.

При роботі над підготовкою освітнього проекту слухачами широко використовувались різноманітні інструменти проектного менеджменту. З ціллю опрацювання мети і завдань проекту, команда використала SMART-аналіз. SMART – це абревіатура, яка використовується для оптимізації постановки цілей усередині організації, зокрема в таких аспектах, як керування проектами, рекламні кампанії, керування ефективністю й особистісний розвиток. Отже, команда аналізувала освітній проект з точки зору його цілей: конкретність цілі, вимірність, досяжність, релевантність і обмеженість у часі.

За результатами SMART аналізу мета освітнього проекту – формування навичок Soft Skills

учасників освітнього процесу через розробку та запровадження відповідних інструментів. Завдання є такими:

- сприяти розумінню сутності та значущості soft skills у професійній діяльності сучасного фахівця;
- розвинути особистісну динаміку учасників освітнього процесу;
- сформувати здатність до самоорганізації;
- сприяти набуванню майбутніми фахівцями досвіду співпраці та кооперації з іншими.
- розробка та використання інструментів для формування відповідних навичок,
- реалізація проекту - залучення учасників освітнього процесу до тренінгових програм, навчальних курсів, семінарів, майстер-класів,
- оцінка результатів проекту, постійний моніторинг.

Командне опрацювання наступної методики 7 START допомогло не тільки визначити справжню цінність проекту, а також виявити сильні та слабкі сторони проекту. Результати роботи з цією методикою представлені в таблиці (рис. 1).

Наступним кроком підготовки проекту став SWOT-аналіз. Цей інструмент є одним із найпоширеніших аналітичних методів, який дозволяє в комплексі оцінити сильні й слабкі сторони проекту, а також можливості й загрози, що впливають на нього. Матриця SWOT містить:

S (strengths) – сильні сторони проекту. Потрібно було проговорити і сформулювати ці сильні сторони.

7 START

Запитання	Відповідь
Для чого проект?	Формування та розвиток soft skills учасників освітнього процесу за допомогою сучасних освітніх технологій. Пошук інноваційних засобів для розкриття потенціалу слухачів, формування комунікативних компетентностей (вміння переконувати, вміння презентувати проекти та виступати публічно; вміння спілкуватися; вміння працювати в команді та інш.)
Де ми робимо проект?	Заклади вищої освіти, освітні заклади для підвищення кваліфікації, освітні заклади
Що саме ми робимо?	Воркшопи, освітні хаби, тренінги, онлайн курс, майстер-класи, практикуми онлайн та офлайн
Коли і як довго ми будемо робити проект?	Протягом року з оцінкою результатів навчання (презентація та самопрезентація, вирішення кейсів; написання CV та мотиваційного листа; моделювання ситуацій ділової взаємодії)
З ким (цільова аудиторія)?	Учасники освітнього процесу: студенти, здобувачі освіти, працівники структурних підрозділів закладів освіти, стейкхолдери
Хто (наш персонал)?	Фахівці з поставленої проблематики, фахівець з іноземної мови, фахівець з ІТ, фахівець з бухгалтерського обліку, фахівець з юридичних питань
Як (будемо впроваджувати проект і наша поведінка в процесі)	Розробка та використання інструментів для формування відповідних навичок, популяризація проекту, оцінка результатів проекту, постійний моніторинг. Створення міждисциплінарних тренінгів, майстер-класів та вебінарів Залучення учасників освітнього процесу до тренінгових програм, навчальних курсів, семінарів, майстер-класів.

Рис. 1. 7 Start-аналіз проекту «Формування soft skills учасників освітнього процесу»

W (weaknesses) – слабкі сторони. Ознаки, які роблять проект вразливим і неможливим для ефективного впровадження.

O (opportunities) – можливості. Їх команді може використовувати для розвитку свого проекту.

T (threats) – загрози проекту.

Використовуючи мозковий штурм команда проговорила всі аспекти і сформулювала основні можливості й загрози проекту. На рисунку 2 представлений SWOT-аналіз проекту «Формування Soft Skills учасників освітнього процесу».

Наступний освітній інструмент з яким ми озайомились в процесі підготовки нашого проекту – це Work breakdown structure (WBS) – ієрархічна структура робіт (ICP). Цей інструмент застосовується з ціллю планування роботи над проектом. Він є основою для оцінки та контролю ходу робіт у проекті, визначення ресурсів та призначення відповідальних за виконання робіт. Також ICP допомагає чітко визначити взаємозалежність між задачами.

Чітко визначена ICP впливає на успішність проекту. Існують різні підходи до побудови ієрархічної структури робіт, незважаючи на те, що всі вони описують один і той самий проект. Однак різні підходи до побудови ICP вимагають різних організаційних структур і стилів управління під час реалізації проекту. Ієрархічна структура робіт – це ієрархічна декомпозиція повного змісту робіт, виконуваних командою проекту для досягнення цілей проекту і створення необхідних результатів. Сьогодні ієрархічна структура робіт – це сучасна методика управління, яка може визначати успіх проекту.

Підхід ICP дозволяє проектній команді візуально бачити роботу, яка необхідна для завершення проекту. ICP орієнтована на основні результати проекту, що визначають його предметну область. Кожен нижчий рівень структури є деталізацією вищого рівня проекту. Ієрархічна структура робіт є основним входом для чотирьох основних і одного допоміжного процесів: визначення робіт; планування ресурсів; оцінка вартості; бюджетування; визначення ризиків. Розробка ICP має дві основні мети: забезпечення планування всіх необхідних робіт проекту; забезпечення відсутності непотрібних робіт, не пов'язаних з реалізацією проекту. Для керівника проекту важливі обидві ці цілі. Якщо в плані відсутні всі необхідні роботи, проект буде затриманий, бюджет швидше за все буде перевищено. Якщо виконуються роботи, що не відносяться до даного проекту – гроші замовника витрачаються нецільовим чином. Якщо WBS не об'єднує обидві ці цілі, проект може зазнати невдачі [11].

На рисунку 3 представлена розробка ICP освітнього проекту «Формування Soft Skills учасників освітнього процесу».

Для чіткої організації роботи над освітнім проектом нам було цікаво попрацювати ще з таким освітнім інструментом, як Діаграма Ганта. Діаграма Ганта – це візуальне відображення списку задач згідно з часом. Діаграма Ганта дозволяє побачити проект з різних сторін та оцінити об'єм і строки задач, які необхідно виконати. Чим більше задач та підзадач, то гірше працюватиме візуалізація. Щоб створити грамотну діаграму Ганта, необхідно дотримуватися певних правил. Потрібно знати

SWOT

Сильні сторони	Слабкі сторони
1.Універсальність 2.Мультифункціональна професійна команда 3.Міждисциплінарність 4.Гнучкість (адаптивність) 5.Форма реалізації проекту (поєднання онлайн та офлайн навчання)	1.Адаптація до конкретного навчального закладу 2.Широкий спектр компетентностей 3.Розбіжність критеріїв вимірів результатів 4.Моніторинг результатів 5.Невизначеність стресостійкості слухачів
Можливості	Загрози
1.Зацікавленість стейкхолдерів 2.Залучення зовнішніх професійних тренерів 3.Залучення іноземних професіоналів до проекту 4.Академічна мобільність 5.Можливості безкоштовного навчання представників закладів, на платформі яких реалізується проект	1.Невизначеність періоду 2.Воєнний стан 3.Конкуренція 4.Технічні труднощі в реалізації онлайн навчання 5. Зміна вибору роботодавців здобувачами, а відповідно зміняться потреби в скілах. 6. Зміна складу команди.

Рис. 2. SWOT-аналіз проекту «Формування soft skills учасників освітнього процесу»

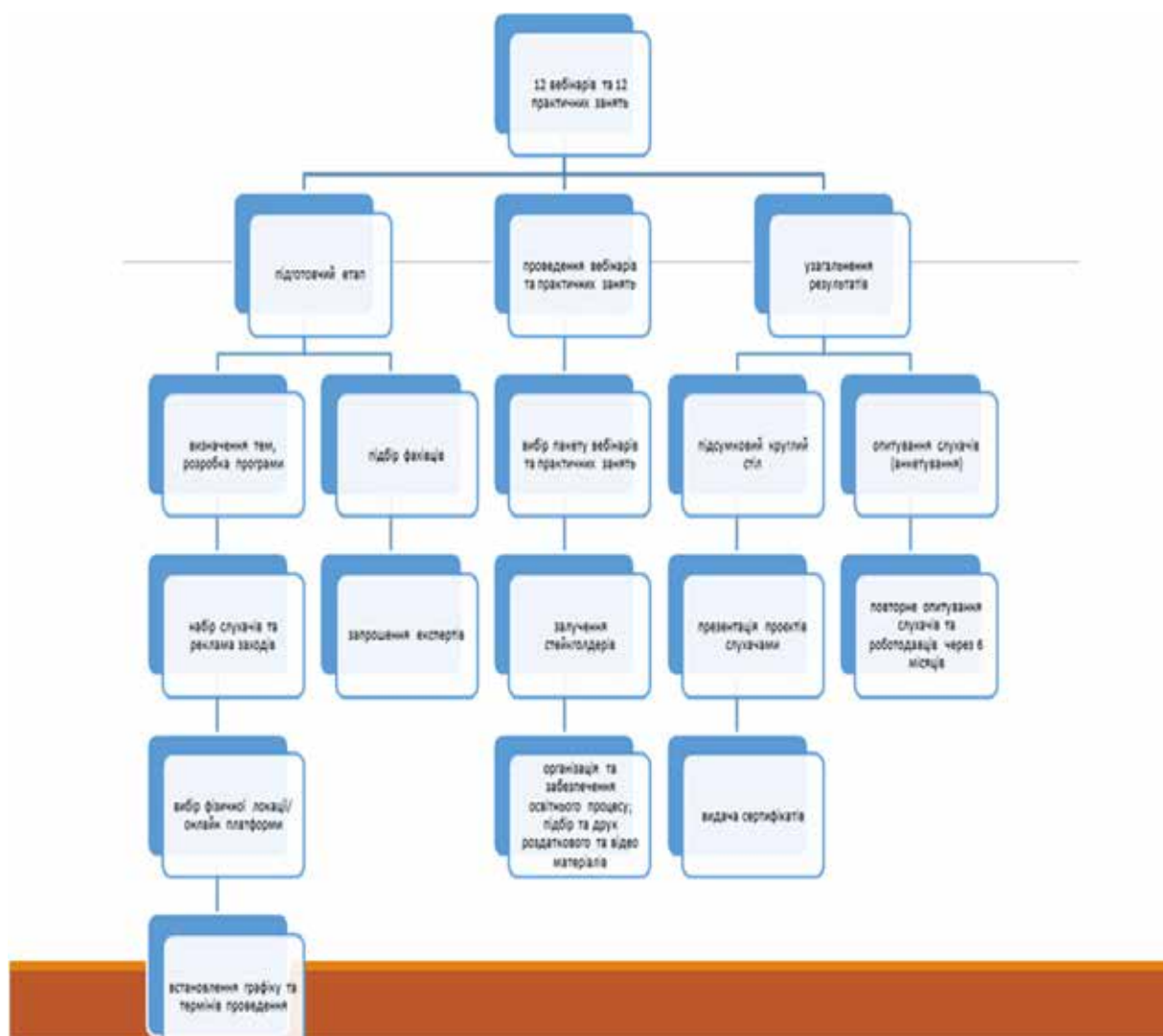


Рис. 3. Ієрархія структури робіт проекту «Формування soft skills учасників освітнього процесу»

в чому суть проекту, розуміти яких проміжних віх необхідно досягти та знати, яку роботу для цього треба виконати. Готуючи освітній проект команда розглянула різноманітні технології організації проектної та фандрейзингової діяльності, в тому числі різні інструменти проектного менеджменту. Команда слухачів складала Діаграму Ганта, розробляла бюджет проекту, опрацьовувала різноманітні стратегії роботи зі стейкхолдерами та обговорювала можливі перспективи проекту, Досвід підготовки проекту «Формування Soft Skills учасників освітнього процесу» продемонстрував, що такі міжнародні освітні проекти є ефективним засобом інтеграції українських науково-педагогічних працівників в європейський освітній простір.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бакіров В.С. Сучасна вища освіта як предмет соціологічної рефлексії. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/46589434.pdf> (дата звернення: 10.09.2023).
2. Чудовська І.А. Чи є шанс у вищій освіті залишитися «вищою»? –URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/322535334.pdf> (дата звернення: 12.09.2023).
3. Оксамитна С.М. Експансія вищої освіти та нерівність освітніх можливостей. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/149244022.pdf> (дата звернення: 12.09.2023).
4. Організація навчального процесу в умовах інноваційного розвитку економічного університету : навч.-практ. вид. / Л.О. Савенкова, М.В. Артюшина, Г.М. Романова та ін. ; за ред. М.В. Артюшиної, Г.М. Романової. Київ : КНЕУ, 2014. 321, [7] с.
5. Уйсімбаєва М. Проектна діяльність: теоретичні аспекти. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/2932/1/Uisimbaeva.pdf> (дата звернення: 15.08.2023).
6. Ізбаш С.С. Проектна діяльність як фактор соціально-професійної адаптації студентів педагогічного університету. URL: <http://www.disslib.org/proektna-dialnist-jak-faktor-sotsialno-profesijnoyi-adaptatsiyi-studentiv.html> (дата звернення: 25.08.2023).
7. Криховецька З.М., Кропельницька С.О., Кондур О.С. Проектна діяльність як фактор підвищення конкурентоспроможності вітчизняних закладів

вищої освіти (ЗВО). URL: http://pev.kpi.zp.ua/journals/2019/6_17_ukr/30.pdf (дата звернення: 20.08.2023).

8. Satsyk Volodymyr. Global Competitiveness of Universities: Key Determinants and Strategies (International and Ukrainian cases). Academia. URL: https://www.academia.edu/10233950/Global_Competitiveness_of_Universities_Key_Determinants_and_Strategies_International_and_Ukrainian_cases (дата звернення: 25.08.2023).

9. Кравченко К.В. Управління конкурентоспроможністю вищого навчального закладу. *Науковий вісник Донбасу*. 2011. № 3. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvd_2011_3_17 (дата звернення: 25.08.2023).

10. Програма Міжнародного стажування «Фандрейзингта організація проєктної діяльності в закладах освіти: європейський досвід». URL: http://conference-ukraine.com.ua/data/uploads/programs/2--07-2021-_.pdf (дата звернення: 15.08.2023).

11. Онпченко Є.В. Підходи до побудови ієрархічної структури робіт проєкту (WBS) та обґрунтування вибору на прикладі проєкту створення сокового бару «Dnipro & the juice». URL: <http://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/45-p-yatnadtsyata-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/306-pidkhodi-do-pobudovi-ierarkhichnoji-strukturi-robit-proektu-wbs-ta-obg> (дата звернення: 20.08.2023).

СЕКЦІЯ 4

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ДОСЛІДЖЕННЯ СОРОМУ ТА ЙОГО РЕЦЕПЦІЯ У ТВОРАХ МИСТЕЦТВА

STUDY OF SHAME AND ITS RECEPTION IN ARTWORKS

Сором – це складна емоція, яка відіграє важливу роль у нашому житті та культурі. Попри те, що сором уперше згадувався ще у давньогрецьких філософів, дослідження цієї емоції довгий час оминалось у науковій площині, оскільки сором часто заперечується або не схвалюється, виникає поза усвідомленням тощо. Причиною цього було те, що досить довгий час розуміння людської природи не було об'єктом інтенсивного методичного дослідження, відповідно, весь цей час дослідники оминали все, що стосується людських емоцій, серед яких і сором. Часто це пов'язують з тим, що Зигмунд Фрейд сорому приділяв порівняно мало уваги, тоді як акцент робив на вині. А згодом увага дослідників була зосереджена саме на почутті «провини» через різні історичні фактори. Таким чином, дослідження такого почуття, як «сором», почались лише в другій половині минулого століття, коли він стає більш цікавим для науковців і з'являються дослідження, які насамперед спираються на антропологічний аспект. Згідно із сучасними дослідженнями встановлено, що хоча природа сорому є незмінною скрізь у світі, наявні різні способи визначення, переживання, розпізнавання та передачі сорому. Тобто є велика кількість інтерпретацій такої емоції, крім того, з огляду на національні та культурні особливості ця емоція несе абсолютно різний зміст, що яскраво видно, порівнюючи культури Заходу та Сходу. Ця стаття пропонує огляд історії дослідження сорому, його розуміння в західній та східній культурах, а також проявів цієї емоції у зображальному мистецтві. Зокрема, як візуалізація сорому у мистецтві наводяться приклади з образотворчого мистецтва, серед яких – давньогрецька скульптура Афродіта Кнідська та картина одного з ключових представників братства прерафаелітів Вільяма Голмана Ганта – «Пробуджений сором», де митцями проведена рецепція цього почуття у власних творах. Підсумовуючи, ця стаття має на меті пролити світло на історію дослідження сорому, культурні варіації в його розумінні та вираженні, а також його представлення у візуальному мистецтві. Саме міждисциплінарний підхід сприяє глибшому розумінню

складності сорому, охоплюючи його як індивідуальні, так і соціокультурні виміри.
Ключові слова: емоція, сором, психологія, культура, мистецтво.

Shame is a multifaceted emotion that plays a significant role in both individual and collective contexts. Although ancient Greek philosophers such as Plato and Aristotle briefly mentioned shame, systematic scientific inquiry into this emotion was lacking for an extended period. This knowledge gap can be attributed to various factors, including the disapproval and denial often associated with shame, its unconscious nature, and the limited attention given to shame by influential figures like Sigmund Freud, who primarily emphasized guilt. The scientific exploration of shame gained momentum in the latter half of the 20th century when scholars began to recognize its importance and anthropological relevance. Studies emerged that focused on various aspects of shame, including its universal nature and the distinct but culturally influenced ways in which it is defined, experienced, recognized, and communicated. Comparisons between Western and Eastern cultures revealed significant variations in the interpretations and meanings attributed to shame. Cultural and societal norms, as well as individual experiences, shape the understanding and expression of shame. This article provides a comprehensive overview of the historical development of shame studies, with particular emphasis on its manifestation in Western and Eastern cultures, as well as its portrayal in visual arts. It highlights notable examples from fine arts, such as the ancient Greek sculpture "Aphrodite of Knidos" and the painting "Awakened by Conscience" by William Holman Hunt, a key figure in the Pre-Raphaelite brotherhood. These works exemplify how artists have captured and represented the essence of shame throughout history. In summary, this article aims to shed light on the history of shame research, the cultural variations in its understanding and expression, and its representation in visual arts. Through an interdisciplinary approach, it contributes to a deeper comprehension of the complexities surrounding shame, encompassing both its individual and sociocultural dimensions.

Key words: emotion, shame, psychology, culture, art.

УДК 159.9.07
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.6>

Миرونюк О.Ю.
асистент кафедри історії мистецтва
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Сердобольський А.В.
студент магістратури
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Останніми роками сором як особлива властивість людини все частіше привертає увагу науковців. Соціологи вивчають його соціальний характер, історики досліджують феномен виникнення цього феномена, культурологи – його культурні різновиди, а етнологи наголошують на етнічній зумовленості його проявів. Однак протягом нетривалого проміжку часу виникла ціла низка переважно психологічних та психоаналітичних робіт,

присвячених проблемі сорому. Велика кількість дослідників наголошує на особливості сорому, оскільки він є суто прерогативою людини. Сором вважається найбільш ранньою формою моральної самооцінки як історично, так і психологічно.

Християнство вважає саме почуття сорому першим переживанням людини після гріхопадіння. Для сучасних уявлень про сором характерне розуміння його як особливої форми

моральної самосвідомості, тісно пов'язаною із совістю, честю, гідністю.

Людство загалом давно цікавилось цією емоцією, а перші згадки про сором можна побачити ще у працях Платона та Арістотеля, які підкреслювали його соціальний характер, говорячи про те, що походження та умови сорому слід шукати у суспільстві.

Проте досить довгий час розуміння людської природи не було об'єктом інтенсивного методичного дослідження, ситуація докорінно почала змінюватись лише 200 років тому. Відповідно, весь цей час дослідники оминали все, що стосується людських емоцій. До прикладу, дослідження такого почуття, як «сором», почались лише в другій половині минулого століття [3]. Частково це пояснюється тим фактом, що на початку сучасної психології в 1900-х роках Зигмунд Фрейд, який тоді був головним рушієм цієї нової ще дисципліни, сорому приділяв порівняно мало уваги, тоді як акцент робив на вині. Це провалля було неодноразово помічено науковцями ще багато років тому, зокрема Еріксон уже у 1950-х стверджував, що сором – це емоція, яка вивчена не досить, тому що в нашій цивілізації вона занадто рано поглинається почуттям провини через різні історичні фактори [7, с. 227].

До того ж у західній культурі тривалий час переважав акцент на почутті провини. Зокрема, Кауфман також стверджував, що навколо сорому існують сильні культурні табу та бракує адекватної універсальної мови для опису цієї емоції [10]. Крім того, західна психологічна література з вивчення сорому в наступні десятиліття здебільшого пов'язувала цю емоцію як шкідливу або навіть патологічну для добробуту людини [5; 10; 18]. Таким чином, сором західні науковці називають негативною та руйнівною для душі емоцією. Це включало такі визначення, як «емоція, що пожирає душу», за Юнгом [9, с. 23], або ж Томкінсове визначення сорому як «хвороби душі» [22, с. 118].

На думку того ж Кауфмана, американське суспільство як культура взагалі засноване на соромі, але сором тут лишається прихованим, оскільки табу на нього настільки суворе, що люди поводяться так, ніби сорому не існує взагалі. Попри це, Кауфман підкреслює, що «сором є основною перешкодою в усіх стосунках, будь-то батьки–діти, вчитель–учень чи терапевт–клієнт» [10, с. 7]. Насправді, сором не дарма називають головною емоцією повсякденного життя [19, с. 239], і існує величезна кількість емпіричних доказів провідних дослідників, які вказують на те, що сором є основною емоцією, яка викликає багато психологічних проблем людини.

Однак абсолютно протилежним є сприйняття сорому на Сході, де сором має не таке негативне сприйняття, а часто сприймається

більш позитивно. У китайській культурі його, зокрема, називають «людською здатністю, яка спрямовує людину всередину для самоперевірки та спонукає її до соціально та морально бажаних змін» [12, с. 769]. Таким чином, сприйняття глобального розколу, пов'язаного із соромом, виглядає дещо різним: первинні культури Заходу сприймаються більше як такі, що базуються на почутті провини, підкріплені причинно-наслідковим мисленням, тоді як у східному суспільстві, сором підкріплює культурну ідентичність та є частиною світогляду в їхньому групово-орієнтованому мисленні [6; 21]. Тобто індивідуалізм Заходу передбачає, що жителі Заходу є більш самостійними, а отже, більше зосередженими на провині за власні неправомірні дії, тоді як колективістські цінності Сходу роблять жителів Сходу більш взаємозалежними, а отже, вони більше стурбовані своїм соромом в очах громади [12; 14].

Однак, оскільки сором є емоцією, притаманною всім людям, правильніше буде сказати, що однакова динаміка сорому спостерігається в кожній культурі, хоча в різних суспільствах вона формується по-різному та в різному ступені [16].

Вже в більш сучасних дослідженнях, які насамперед спираються на антропологічний аспект, встановлено, що хоча природа сорому є незмінною скрізь у світі, існують різні способи визначення, переживання, розпізнавання та передачі сорому [20]. Однак треба все ж таки наголосити, що цілеспрямованих досліджень сорому все ж було не досить через те, що сором як афект важко вивчити. Це пояснюється тим, що сором настільки болючий, що його часто відмовляються визнавати, заперечують або не схвалюють, і тому сором в основному виникає поза усвідомленням або ховається за вторинними емоціями, такими як гнів, страх або горе [11]. До прикладу, якщо говорити про страх, то він попереджає нас «боротися або тікати» перед обличчям небезпеки. Але якщо ми боїмося всього, то в нас з'являється параноя і ми не можемо нормально функціонувати. З іншого боку, якщо ми будемо занадто безстрашні, навіть коли стоїмо вічна-віч з хижаким, нас з'їдять. Подібним чином і сором у своїй функціональній та адаптивній формі є здоровою емоцією, яка робить нас більш людьми, сигналізує про межі наших стосунків. Оскільки люди є соціальними істотами з природною схильністю до групових зв'язків, що потребують підтримувати зв'язок з іншими індивідами, а не бути виключеними ними. Тобто здоровий сором допомагає регулювати соціальну поведінку людини, сигналізуючи нам, коли ми діяли неприйнятним чином поза соціальними нормами.

Швидкочинне або короткочасне відчуття сорому, яке супроводжується достатньою

кількістю зовнішніх проявів, таких як збен-теження, сором'язливість або знеохочення, сигналізує іншим про те, що ми визнаємо неправомірні дії та готовність внести зміни, щоб уникнути відмови. Таким чином, здоровий сором може керувати нашою соціальною поведінкою, сприяти соціальній згуртованості та навіть змушувати нас бути більш чуйними та співчутливими до себе та інших. Однак також правильно, що сором може функціонувати дезадаптивно, що призводить до гострого почуття сорому або його заперечення, що породжує безсоромність. Сором'язливість чи безсоромність змусять нас поводитися нерационально. Дійсно, нейронаука говорить нам, що коли викликається сором, виникає дуже дестабілізуюча емоційна реакція, яка запускає панічну емоційну систему. Відчуттям і образам тепер важко злитися в єдине ціле. Оскільки висока активація лімбічної системи відповідає зниженій активності префронтальної кори, наша регуляція емоцій часто дає збій на цьому етапі [15]. Порушення регуляції емоцій призводить до порушення обробки вищого порядку, необхідного для прийняття правильних рішень [8; 13; 17]. Це означає, що логічні процеси мислення тепер недоступні для регулювання правого відділу мозку. Зважаючи на це порушення, люди можуть почати поводитися безвідповідально.

Сором є важливим інтимним духовним почуттям людини, яке має велике значення і потребує особливої обережності й чутливості з боку оточуючих осіб. У сучасному суспільстві найбільш видимими формами прояву сорому є:

1) свідомість особи про свою невідповідність моральним цінностям, стандартам і ідеалам, які домінують у суспільстві;

2) сором за відхилення від норм високої моральності та цивілізованих форм спілкування;

3) почуття сорому виникає, коли інтимні психічні стани особи неочікувано втручаються та розкриваються перед іншими людьми, що призводить до почуття незахищеності;

4) людина може відчувати сором за відкрите виявлення теплих почуттів та емоцій щодо іншої особи, що призводить до відсутності емоційного накалу у спілкуванні й загальної негативної ситуації. З огляду на ці фактори сором стає значним елементом людського існування, який впливає на якість міжособистісних взаємин і може сприяти розширенню негативних аспектів життя [17].

З огляду на те, наскільки велике значення ця емоція займає в житті людини, не дивно, що над нею рефлексували й різні світові митці. Певно, вперше ми бачимо умовне зображення сорому у скульптурі «Афродіта Кнідська» (приблизно 350 до н. е.), автором якої є дав-

ньогрецький скульптор Праксітель. Важливо зауважити, що це є першим у давньогрецькому мистецтві монументальним зображенням повністю оголеної жіночої фігури, але ми бачимо, що скульптор зробив акцент на тому, що богиня закриває дітородний орган. Саме ця скульптура стала поштовхом для створення великої кількості інших творів мистецтва з оголеними жінками, але для всіх них є характерним моментом прикриття тіла, зокрема, «Венера Медичі». Враховуючи той аспект, що жіноче тіло на цих мистецьких творах усе ж таки оголене, то його прикриття символізує саме почуття сорому, оскільки сексуалізація тіла довгий час була чимось табуованим. Тому використання подібного мотиву у мистецьких творах не є дивним [4].

Наступним етапом зображення сорому у мистецтві варто враховувати релігійні зображення сцени вигнання з раю Адами та Єви, адже згідно з книгою Буття саме це вони відчували. Як зазначається: «...дала вона плід Адамові, і він їв. І одразу ж вони побачили, що голі, і засоромилися. Сталося щось жахливе. Щось змінилось... Адам і Єва спробували сховатися від Бога і позбутися сорому, вкривши себе листям. Але в них нічого не вийшло, бо їхня проблема була не зовнішньою, а внутрішньою. Сором став результатом гріха, а гріх діяв подібно до отрути» [1]. Тоді прабатьки стали символами уособлення всього людського сорому, що яскраво зобразив Мазаччо у Капелі Бранкаччі (Флоренція), а згодом цей же сюжет неодноразово повторювався митцями у різний час, що свідчить про яскравий їхній інтерес до дослідження цього почуття через мистецькі практики.

Крім того, наслідуючи давньогрецькі традиції, у своєму творі «Народження Венери» торкнувся сорому італійський художник Сандро Боттічеллі. У цій картині він зобразив сюжет народження Венери із мушлі. Її поза та жести свідчать про цнотливість та сором свого тіла, тобто це той же канон, що розробив ще Праксітель.

Іншим відомим твором мистецтва, де особливо характерно зображено досліджувану нами емоцію, є картина Вільяма Голмана Ганта, видатного англійського митця та одного із засновників Братства прерафаелітів – «Пробуджений сором». Звісно, що інтерпретації картини можуть бути різними й не всі дослідники однаково її характеризують, однак варто зосередитись суто на зображеному. Молода дівчина встає з колін пана, який навряд чи є її законним чоловіком. Вони обидва не мають каблучок, крім того, капелюх і рукавичка чоловіка, розкидані по кімнаті, свідчать, що у цьому будинку він гість. Обличчя дівчини вказує на духовне одкровення: вона раптово побачила все, що її оточує: і гріх, і втрачений час,

і помилковий шлях, що веде тільки до пекла. Ймовірно, що сором є однією з емоцій, що спонукало її до цього. Майже всі елементи в інтер'єрі картини несуть певний алегоричний сенс. Годинник із закритою кришкою символізує даремно витрачений час, а музичні ноти – це атрибут стислості та ефемерної природи життя [2].

Але досить цікавим є й інше спостереження, яке враховує не візуалізацію емоції сорому у творах мистецтва, а відчуття сорому глядачем від перегляду того чи іншого твору. Свого часу саме це наробило значного галасу, а згодом зробило роботи надзвичайно популярними. Зокрема, серед подібних робіт необхідно згадати твори імпресіоністів з оголеною натурою («Олімпія» та «Сніданок на траві» Мане), а також багато інших, які суттєво відрізняються від прийнятих норм.

Отже, дослідження сорому є надзвичайно актуальним, оскільки ця первинна емоція, яка притаманна всім людям, довгий час перебувала поза інтересами науковців. У попередніх дослідженнях її часто вважали шкідливою чи по суті плутали з іншими почуттями, як то вини чи провини. Однак сором має й важливі позитивні складники, саме тому їх виокремлення є на часі доцільним. Крім того, сприйняття сорому є абсолютно різним у західному та східному світі, що є важливим для подальшого дослідження.

Також важливо зазначити, що емоція сорому безпосередньо впливає на формування моралі людей, а отже, у сучасних умовах надзвичайно значуща насамперед у зв'язку зі зростаючими вимогами до формування активної творчої особистості, здатної знайти своє місце в житті, самовизначитися та реалізувати себе. На базі культурологічних та антропологічних теорій формується уявлення про сором як про регулятивний механізм соціального контролю, що виник разом з появою соціальних норм, стандартів та ідеалів. Звісно, що умовні дослідження цієї емоції не могли вплинути на мистецтво, то широко використовувались у зображальному мистецтві. Слід зазначити важливість досліджень феномену сорому у загальнолюдському значенні, оскільки він є дуже важливим інструментом як у соціалізації людини та вихованні дітей, так і в таких вузькоспецифічних галузях, як психотерапія нарцисичних розладів.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Біблія або Книги Святого Письма Старого і Нового Заповіту. Ілюстрації Гюстава Доре. Київ : Мультимедійне видавництво Стрельбицького, 2023. 570 с.

2. Barringer T.J. Pre-Raphaelites. New Haven, CT : Yale University Press, 1998. 176 p.

3. Berman J. Exposing shame. *Death Studies*, 35(8), 2011. P. 768–774.

4. Christine Mitchell Havelock. The Aphrodite of Knidos and Her Successors: A Historical Review of the Female Nude in Greek Art. University of Michigan Press, 2007. 158 p.

5. Creighton M.R. Revisiting shame and guilt cultures: A forty-year pilgrimage. *Ethos*, 18, 1990. P. 279–307.

6. Crystal D.S., Parrott W.G., Okazaki Y., & Watanabe H. Examining relations between shame and personality among university students in the United States and Japan: A developmental perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 2001. P. 113–123.

7. Erikson E.H. Childhood and society. London, England : W.W. Norton, 1950. 448 p.

8. Gross J.J., & Thompson R.A. Emotion regulation: Conceptual foundation. / In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* New York, NY : Guilford, 2007. P. 3–24.

9. Jung C.G. The undiscovered self. New York, NY : American Library, 1957. 88 p.

10. Kaufman G. The psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes. 2nd ed. New York, NY : Springer, 1996. P. 364.

11. Lewis H.B. Shame and guilt in neurosis. New York, NY : International University Press, 1971. 525 p.

12. Li J., Wang L., & Fischer K.W. The organization of Chinese shame concepts. *Cognition and Emotion*, 18(6), 2004. P. 767–797.

13. Mende-Siedlecki P., & Ochsner K.N. Emotion regulation: Neural bases and beyond. / In J. Decety & J.T. Cacioppo (Eds.), *The Oxford handbook of social neuroscience*, 2011. P. 278–284.

14. Muller R. Honor and shame: Unlocking the door. Philadelphia, PA : Xlibris, 2001. 230 p.

15. Panksepp J. Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions. New York, NY : Oxford University Press, 2005. 480 p.

16. Peristiany J.G., & Pitt-Rivers J. Honour and grace in anthropology. Cambridge, England : Cambridge University Press, 1992. 260 p.

17. Phan K.L., & Sirpada C.S. Emotion regulation. / In J. Armony & P. Vuilleumier (Eds.), *The Cambridge handbook of human affective neuroscience*, 2013. P. 376–394.

18. Schneider C.D. Shame, exposure, and privacy. Boston, MA : Beacon, 1977, 180 p.

19. Scheff T.J. Shame in self and society. *Symbolic Interaction*, 26(2), 2003. P. 239–262.

20. Shweder R.A. Toward a deep cultural psychology of shame. *Social Research*, 70, 2003. P. 1109–1130.

21. Sue D.W., & Sue D. Counselling the culturally diverse: Theory and practice. 5th ed. New York, NY : Wiley, 2008. 200 p.

22. Tomkins S.S. Affect, imagery, consciousness: The negative affects. Vol. 2, 1963. 580 p.

СЕКЦІЯ 5 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ВІДЧУЖЕННЯ ЯК ФЕНОМЕН ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН ALIENATION AS A PHENOMENON OF CHILD-PARENT RELATIONSHIPS

Статтю присвячено вивченню проблеми відчуження в системі дитячо-батьківських відносин. У результаті проведеного дослідження встановлено, що в психології феномен відчуження набуває особливого значення, оскільки розглядається як втрата людиною почуття власної суб'єктності в спілкуванні з референтними оточуючими (а інколи і з самим собою, коли йдеться про самовідчуження людини). Бути відчуженим означає відчувати самовтрату, не відчувати зв'язку з близькими.

Відчуження у звичному розумінні – це неповнота, обмеженість, неповноцінність свого Я, воно свідчить про невідповідність того, хто віддзеркалюється, тому що є віддзеркаленням. Особливого значення ця проблема набуває в онтогенетичному контексті, у дитячо-батьківських відносинах. У такому контексті ми розглядаємо відчуження як втрату дитиною почуття своєї суб'єктності в спілкуванні з батьками, переживання неможливості мати справжню свободу самопрояву.

У статті припущено, що основним механізмом породження реакції відчуження в дітей є порушення так званого «кільця самонаслідування» дитини в спілкуванні з дорослими, коли вона не відчуває себе віддзеркаленою в спілкуванні з дорослим, що провокує зниження самооцінності, прояв негативних почуттів, закритість тощо.

У контексті дитячо-батьківських відносин виділяють полярні форми реагування дорослих на неординарні прояви дитини: прийняття їх (лояльність) та неприйняття (відчуження).

Ознаки відчуження з'являються в дітей у присутності батьків, що дистанціюються, і зникають поза контактом із ними; діти батьків, що характеризуються лояльністю, не виявляють ознак відчуження.

Ключові слова: відчуження, самонаслідування, неординарність, лояльність, самоставлення.

The article is devoted to the study of the problem of alienation in the system of child-parent relations. As a result of the conducted research, it was established that in psychology the phenomenon of alienation acquires special importance, since it is considered as a person's loss of a sense of his own subjectivity in communication with referent others (and sometimes with himself, when it comes to a person's self-alienation). To be alienated means to feel a loss of self, not to feel a connection with loved ones.

Alienation in the usual sense is the incompleteness, limitation, flaw of one's self, it indicates the incompatibility of the one who is mirrored with that which is the mirror. This problem acquires special importance in the ontogenetic context, in child-parent relations. In this context, we consider alienation as the child's loss of a sense of subjectivity in communication with parents, experiencing the impossibility of having true freedom of self-expression.

It is assumed that the main mechanism of the generation of the reaction of alienation in children is the violation of the so-called "ring of self-imitation" of the child in communication with adults, when the child does not feel reflected in communication with an adult, which provokes a decrease in self-esteem, the manifestation of negative feelings, closedness, etc.

In the context of child-parent relations, polar forms of adults' response to the child's extraordinary manifestations are distinguished: their acceptance (loyalty) and rejection (alienation).

Signs of alienation appear in children in the presence of distancing parents, and disappear outside of contact with them; children of loyal parents do not show signs of alienation.

Key words: alienation, self-imitation, originality, loyalty, self-attribution.

УДК 159.942-055.52
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.7>

Барінова Л.Я.
к.психол.н.,
доцент, практичний психолог

Постановка проблеми. У психологічній науці феномен відчуження розглядається як втрата людиною почуття власної суб'єктності в спілкуванні зі значущими іншими (та навіть із собою, коли мають на увазі особливий випадок – самовідчуження людини). Такий погляд тотожний інтуїтивному значенню цього слова: «бути відчуженим» означає відчувати самовтрату, не відчувати зв'язку з близькими.

Відчуження у звичному розумінні – це неповнота, обмеженість, неповноцінність свого Я, воно свідчить про невідповідність того, хто віддзеркалюється, тому що є віддзеркаленням. Якщо повноцінне Я передбачає тотожність індивіда як віддзеркалюваного (хто) та віддзеркалення індивіда в собі самому (що), то

в разі відчуження людина відчуває протиріччя: вона, наприклад, діє як суб'єкт (про це говорять плоти її активності), але при цьому не відчуває себе як активну особу. Щоразу можна констатувати відчуття втрати суб'єктності, свого життєвого авторства: чи це ініціатива в будь-якій справі, чи ефект самої дії. Відчуження як екзистенційна проблема особистості починає формуватися дуже рано та на ранніх стадіях онтогенезу може розглядатися як особливий феномен дитячо-батьківських відносин.

Виклад основного матеріалу. Різна інтерпретація уявлень про відчуження склалася у філософській (Аристотель, К. Ясперс), гуманістичній та екзистенційній психологічній думках (К. Роджерс, Ж.-П. Сартр, А. Валлон),

психоаналітичній парадигмі (Е. Еріксон, Е. Фромм, К. Хорні, Е. Шахтель), а також у вітчизняній теоретико-емпіричній психологічній науці [2; 3].

Саму сутність відчуження особистості як результату невираженості її суб'єктності в суб'єктивному дзеркалі іншої людини ми розглядаємо за допомогою ідеї про існування кільця опосередкованого самонаслідування індивіда як умови становлення його суб'єктності [1]; при цьому розрив кільця опосередкованого самонаслідування може розглядатися, як причина відчуження.

Розглянемо докладніше кільце самонаслідування в дії. Перед нами ланцюжок процесів: спочатку (старт) дитина щось робить спонтанно та мимоволі. Якщо дорослі сприймають цю дію, як нову та незвичайну, то вони, як правило, підхоплюють, повторюють її, часто також мимоволі; наприклад, дорослий посміхається у відповідь на усмішку дитини. Дитина ж, у свою чергу, підхоплює цю дію дорослого, копіюючи його. Таким чином, виявляється, що вона нібито наслідує себе саму. До дитини ніби повертаються її власна посмішка, слово, дія. Коло відповідно замикається: опосередковане самонаслідування виявляється наслідуванням своїм наслідувачам.

Таким є кільце опосередкованого самонаслідування в нормі. Психологи-теоретики та практики справедливо ставлять запитання: «Що станеться, якщо значущі прояви індивідуальності дитини не будуть «підхоплені» дорослими?» Кільце опосередкованого самонаслідування, втрачаючи «посередника», у цьому випадку не буде мати очікуваного ефекту, виникне реакція відчуження – переживання індивідом втрати власної суб'єктності.

Отже, загальне припущення нашого дослідження полягає в тому, що реакція відчуження є результатом дисфункції кільця самонаслідування індивіда в контакт з іншими людьми.

Емпірична перевірка цього припущення передбачає необхідність конкретизації вихідних понять. У цьому контексті ми використовуємо два важливі поняття, що уточнюють сутність реакції відчуження в системі міжособистісних відносин.

Перше поняття – неординарність. «Бути неординарним» означає діяти за межами загальноприйнятого, очікуваного, стандартного, подібного встановленим правилам. Важливо відмітити, що феномен неординарності схожий на надситуативну активність особистості як прояв неординарної активності. Однак поняття «надситуативна активність» вужче за поняття «неординарність». У випадку надситуативності індивід діє над порогом ситуативної необхідності, виходячи в площину внутрішньо невирішених результатів дії.

Неординарність, що фіксується, як така, зовнішніми спостерігачами (наприклад, неординарні прояви активності дитини в сприйнятті дорослих), може бути внутрішньо мотивована (наприклад, надією дитини отримати заохочення, високу оцінку тощо). Діючи надситуативно, людина завжди діє на свій страх і ризик. Неординарність не передбачає обов'язковості такої дії. Ось чому реакція оточуючих, якщо вона розходиться з очікуваною індивідом, може породжувати зовсім несподівану фрустрацію (у разі надситуативності негативний результат сприймається, як один із можливих).

Перелічені особливості неординарних проявів активності індивіда зумовлюють значущість зустрічних проявів активності інших людей.

Друге поняття в нашому дослідженні – лояльність, яке ми визначаємо як тенденцію одного індивіда (наприклад, дорослого) підтримувати неординарні прояви активності іншого індивіда (дитини). Теоретично існує кілька способів реагування на неординарну активність іншого: ігнорування, осуд, прийняття та заохочення. Змісту поняття «лояльність» відповідають два останні способи та суперечать два перші.

Специфіка лояльності у співвідношенні з психологічною підтримкою та супроводом як більш загальними поняттями полягає в тому, що предметом підтримки та супроводу виявляються не всі прояви іншої людини, а неординарні.

Теоретичне припущення про реакцію відчуження як результат дисфункції кільця самонаслідування, конкретизована в парадигмі неординарності та лояльності (реакція відчуження є результатом нелояльності дорослого до неординарних проявів дитини), вивчалось в нашому дослідженні за допомогою методик, що фіксують різні аспекти відчуження дитини від дорослого та специфіку батьківської лояльності.

Оскільки предмет нашого дослідження складає породження реакції відчуження дитини в контакт з дорослими, головним теоретичним методом ми обрали саме метод відображеної суб'єктності, сутність якого полягає в реєстрації зрушень, що індукуються у свідомості та поведінці досліджуваних реальною або уявною присутністю іншої референтної людини в ситуації випробування. Нас цікавили можливі ефекти віддзеркалення батьків у дітях, зумовлені мірою їхньої лояльності до неординарних проявів індивідуальності малюків.

Емпіричними референтами ступеня відчуження дитини від дорослих, що її виховують, для нас виступили:

– наявність негативних почуттів до батьків (ворожість);

– рівень конфліктності (вивчений за допомогою авторської модифікації методики «Автопортрет»);

– рівень закритості дитини (для цього також застосовувалася розроблена нами методика «Будиночок») у ситуаціях реальної та уявної присутності батьків.

Динаміку зазначених вище індивідуальних проявів за умов актуалізації образу дорослого, що виховує дитину, ми розглядали як показник актуальної залученості цих дорослих у процес виникнення реакцій відчуження в дітей.

Крім того, нами використовувалися методика «Малюнок сім'ї» та дитяча проективна методика Р. Жіля, яка діагностує різні сфери міжособистісних відносин дитини та сприйняття нею внутрішньосімейних відносин.

Ці надійні та валідні методики дозволяють встановити деякі додаткові характеристики відчуженості дитини, вірогідно пов'язані з особливостями внутрішньосімейного спілкування.

Схарактеризуємо дві базові методики оцінювання ступеня відчуженості дитини.

Запропонована нами ігрова методика «Будиночок» дозволяє визначити дистанцію спілкування з дорослим, що обирає дитина, тенденцію до відчуження або близькості її від батьків. Гра полягає в тому, що дитина та експериментатор по черзі розміщують на умовній території свої будиночки, при цьому психолог керує розміщенням батьківських будиночків (окремо «батькового» та «матусинового»).

Гра передбачає серію кроків на зближення-віддалення будиночків дорослого та дитини. Передбачається, що реакція дитини на кроки дорослого характеризує її ставлення до партнера, і таким чином може бути виявлена дистанція, якій дитина надає перевагу в спілкуванні.

Методика «Автопортрет» полягала в тому, що у всіх серіях експерименту (їх було три) дитина малювала саму себе – автопортрет. В одній із серій це був малюнок, що виконується поза уявним контактом із батьками; у двох інших дитина мала уявити, що поруч із нею зараз присутній дорослий (в одному випадку – мати, у другому випадку – батько).

Простежуються можливі зміни, що виникають у дітей в процесі малювання себе під впливом ідеальної взаємодії з референтним іншим.

Про характер дитячо-батьківських відносин ми робили висновки за допомогою тесту-опитувальника батьківського ставлення (О.Я. Варга, В.В. Столін) та авторської методики дослідження батьківської лояльності, яка відноситься до групи проективних технік та дозволяє оцінити ставлення дорослого до неординарних проявів дитячої активності. Стимульний матеріал є схематичним малюнком, де зображено кілька людей, серед яких знаходиться дитина (дитячий персонаж)

і дорослий (дорослий персонаж). Вони можуть відрізнятися за статтю, віком та іншими характеристиками.

У всіх випадках дитина на картинці поводить себе нестандартно, ставлячи в незвичне становище дорослого. Для показу ненормативної поведінки дітей було запропоновано 20 малюнкових ситуацій, які були поділені на чотири групи відповідно до особливостей психологічного змісту. Схарактеризуємо їх.

1. Нестандартність інтелектуальних проявів дитячого персонажа, креативність, дотепність.

2. Псевдообрази. У цих випадках дитина, не знаючи будь-яких життєвих фактів, не розуміючи деяких фразеологічних зворотів, значення деяких слів, відгукується про когось або про щось у неприємній, образливій чи неприйнятній формі.

3. Емоційне потрясіння. У цих випадках слова або дії дитини викликають у дорослого психічний стан, близький до відчаю.

4. Псевдоблюзнірство. Через відсутність ясного розуміння моральних норм і цінностей дитина поводить себе ніби по-блюзнірськи, зневажаючи установки дорослих.

Відповідно до інструкції досліджуваній (дорослий, що виховує дитину) має написати можливу відповідь дорослого персонажа на питання чи дію дитячого персонажа.

Робота проводилася індивідуально з дітьми, батьками, а також із дитиною та батьками спільно. В емпіричному дослідженні взяли участь 80 сімей із дітьми 6–7 років.

При обробці отриманих даних застосовувалися кореляційний, факторний аналіз.

Констатовано полярні форми реагування дорослих на неординарні прояви дитини, а саме: прийняття їх (лояльність) та неприйняття (усунення).

Лояльність виявляла себе в тому, що дорослі намагалися зрозуміти мотиви, приховану логіку поведінки дитини, приймали її позицію, сприймали її як суб'єкта міжособистісної взаємодії.

Усунення представлено авторитарною гіперсоціалізацією батьків, відкиданням, симбіотичними відносинами.

Було виявлено чотири найбільш розповсюджені типи реакцій батьків на неординарні прояви дітей:

1. Покарання. Негативна реакція засудження до вербального чи фізичного покарання. Прикладом може бути ситуація: «Син із матір'ю сидять за обіднім столом: «Мамо, а ти за мільйон гривень з'їла б дохлу кішку?» Реакція дорослого – буде лаяти дитину, не з'ясовуючи причини такого питання» тощо.

2. Відлуння, ігнорування. Досліджуваний демонструє реакцію байдужості, залишає поведінку дитини поза увагою чи жартує, переходячи в умовно-ігровий план. Наприклад:

– Ти чому плачеш? – запитує батько в дитини.

– Тату, ти сьогодні назвав маму куркою, а вона тебе слонем, то хто ж я? Відповідь дорослого: «Підростеш, зрозумієш» тощо.

3. Пояснення. Досліджуваний намагається прояснити для дитини ситуацію, відкоригувати її поведінку, не вникаючи в мотиви слів або вчинків дитини. Наприклад:

– Навіщо ти посадив бджолу в банку та мучиш її? Випусти!

– Як же випусти! Я її доїтиму. Вона мені мед даватиме!

Реакція батька: «Бджіл не доять» тощо.

4. Децентрація. Досліджуваний намагається зрозуміти мотиви, приховану логіку дитини, приймає її позицію, сприймає її як суб'єкта міжособистісної взаємодії. Наприклад: «Хлопчик заліз у сміттєвий бак і кричить батькові: “Тату, лізь сюди, тут цікавіше, ніж у нас удома!” Реакція дорослого: “Ти так вважаєш? Ти хочеш перевірити? Подивися, що тут, і підемо, порівняємо з тим, що вдома”».

Розглянемо деякі дані, отримані під час роботи з проективною методикою «Батьківська лояльність».

Реакція покарання неординарних проявів у батьків зустрічалася у 29% випадків, жартування – у 20%, пояснення – у 46,5%, децентрація – у 4,5%.

Таким чином, частіше батьки виявляють лояльність до дітей (принаймні до персонажів проективних малюнків). Лояльність батьків при цьому набуває форм швидше розумового ставлення до дітей; спроба прийняти неординарний погляд або поведінку дитини зустрічається в поодиноких випадках.

Через зіставлення окремо взятих відповідей матерів і батьків з'ясувалося, що матері лояльніші до неординарних проявів дитини, ніж батьки. Матері частіше пояснюють дитині те, що відбувається, прагнуть нехай не прийняти, але хоча б зрозуміти її позицію, мотиви, приховану логіку, прояснити для дитини ситуацію. Найчастіше це зустрічалось за обставин, зазначених вище, як нестандартність інтелектуальних проявів і псевдообразу.

Батьки жорсткіше ставляться до неординарної поведінки дитини – у їх проективній продукції більше байдужості, неприйняття та засудження вчинків часто й самої дитини, вербальне та фізичне покарання. Нерідко негативні реакції зустрічалися в батьків у ситуаціях емоційного потрясіння та псевдообразу.

У лояльних батьків (матерів і батьків, досліджуваних спільно) діти характеризуються відкритістю та товариськістю, адекватною самооцінкою, неконфліктним, довірчим та дружнім ставленням до батьків.

До батьків, які відсторонюються, діти виявляють негативні почуття; ці діти харак-

теризуються ворожістю, зниженим відчуттям самоцінності, нетовариськістю, підвищеною конфліктністю та закритістю в присутності батьків.

Коли ж батьки відсутні, багато хто з цих дітей товариські, відкриті, не тривожні, самостійні. Тобто симптоми відчуження з'являються лише в присутності батьків і зникають із їхнім виходом із кімнати. У цій ситуації розкривається віяло залежностей. Наприклад, негативні відчуття дитини (ворожість, конфліктність і тривожність) у присутності матері пов'язані з такими змінними, як авторитарна гіперсоціалізація, симбіоз, нелояльність з боку матері, інфантилізація дитини, а також із такими проявами ставлення батька до дитини, як мимовільна стимуляція в неї тенденцій і покарання дитини.

Самовідчуття дитини в присутності батька залежить від проявів відчуження, наявності симбіотичного зв'язку, авторитарної гіперсоціалізації, лояльності батька до дитини.

На наш погляд, цей феномен дозволяє побачити першопричину відчуження в батьківській нелояльності (дистанціюванні). У процесі роботи нам здавалося, що на наших очах розкривається відчуження дитини від батьків, викликане відповідним ставленням до неї.

Механізм породження цього феномена – дисфункція кільця опосередкованого самонаслідування, який підтверджується методом відображеної суб'єктності, діє не тільки тимчасово – у штучних умовах експерименту, але й постійно – протягом років. Саме в цьому, на наш погляд, прихована причина неблагополуччя дитини в сім'ї батьків, які «дистантуються» від неї. Довготривалий характер дистанціювання дорослих від дитини в сім'ї, їхня нелояльність до неординарних проявів активності дітей пояснює зв'язок між тим, що можна назвати симптомокомплексом відчуження та характером сімейного спілкування.

Так, за отриманими нами даними, тривожність та нетовариськість дітей негативно корелюють із рівнем батьківської лояльності ($p < 0,05$). На основі факторного аналізу нами було виявлено значний взаємозв'язок між відчуженням дитини та деперсоналізуючими формами спілкування батьків. Відчуження в дитячо-батьківських взаєминах залежить від таких чинників, як жорсткий вплив матері (вага 27,5%), обмеження з боку батьків (вага 17,5%), сімейне неблагополуччя (вага 16,4%), гіперсоціалізація з боку матері (вага 11,8%). Ці чинники можуть бути примножені, вони добре узгоджуються з даними наукових джерел щодо специфіки зв'язку емоційного неблагополуччя (благополуччя) дитини в сім'ї та особливостей сімейного спілкування.

Однак у межах нашого дослідження ми змогли спостерігати щось більше: безпо-

середню причину цих ефектів – суб'єкту невіддзеркаленість дитини в очах та вчинках дорослого.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. У результаті проведеного дослідження встановлено, що в психології феномен відчуження набуває особливого значення, оскільки розглядається як втрата людиною почуття власної суб'єктності в спілкуванні з референтними оточуючими (а інколи і з самим собою, коли йдеться про самовідчуження людини). Бути відчуженим означає відчувати самовтрату, не відчувати зв'язку з близькими.

Відчуження у звичному розумінні – це неповнота, обмеженість, неповноцінність свого Я, воно свідчить про невідповідність того, хто віддзеркалюється, тому що є віддзеркаленням. Особливого значення ця проблема набуває в онтогенетичному контексті, у дитячо-батьківських відносинах. У такому контексті ми розглядаємо відчуження як втрату дитиною почуття своєї суб'єктності в спілкуванні з батьками, переживання неможливості мати справжню свободу самопрояву.

Нами було припущено, що основним механізмом породження реакції відчуження в дітей

є порушення так званого «кільця самонаслідування» дитини в спілкуванні з дорослими, коли вона не відчуває себе віддзеркаленою в спілкуванні з дорослим, що провокує зниження самоцінності, прояв негативних почуттів, закритість тощо.

У контексті дитячо-батьківських відносин виділяють полярні форми реагування дорослих на неординарні прояви дитини: прийняття їх (лояльність) та неприйняття (відчуження).

Ознаки відчуження з'являються в дітей у присутності батьків, що дистанціюються, і зникають поза контактом із ними; діти батьків, що характеризуються лояльністю, не виявляють ознак відчуження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ковальова А.А. Нейробіологія розвитку та навчання. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2022. 325 с.
2. Крива Н.Л. Особливості прояву довіри дитини старшого дошкільного віку до соціального оточення : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2021. 20 с.
3. Цуркан Т.Г. Взаємини дитини та батьків як визначальний фактор впливу на формування особистості. Наука і освіта. 2015. № 3. С. 120–124.

АФІЛІАТИВНІ ТЕНДЕНЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ БАГАТОДІТНИХ СІМЕЙ

AFFILIATIVE TENDENCIES OF TEENAGERS FROM LARGE FAMILIES

У статті висвітлено результати дослідження афіліативних тенденцій у підлітків із багатодітних сімей. Зроблено спробу обґрунтувати особливості сімейної конфігурації як умови задоволення потреби особистості в спілкуванні, встановленні теплих, довірливих стосунків на основі взаємної довіри та поваги. Розглянуто, яке значення має спілкування (і, зокрема, афіліація) для розвитку особистості в підлітковому віці. Описано наявні в психологічній науці погляди на афіліацію, що у своїй більшості визначають її як особливий вид стосунків, які базуються на взаємній повазі, бажанні приносити задоволення співрозмовнику та отримувати його прихильність, одночасному збагаченні обох сторін. Зроблено акцент на тому, що мотивація афіліації у своїй структурі містить дві протилежні тенденції – прагнення до прийняття та страх знехтування. Узагальнено дані стосовно прояву цих тенденцій у підлітків. Наголошено на негативних наслідках (емоційний дискомфорт, фрустрація та інші дисгармонійні емоційні стани), що виникають при домінуванні тенденції «страх знехтування». За результатами емпіричного дослідження встановлено, що підлітки з багатодітних сімей та сімей з однією дитиною чи двома не мають значних відмінностей у прояву тенденції «страх знехтування»: в обох групах ці показники входять до діапазону значень середнього рівня. При цьому прагнення до прийняття, як було виявлено, є вищим у підлітків із контрольної групи, відтак, вони більшою мірою потребують встановлення надійних стосунків, в основу яких лягають відчуття приналежності та прихильності. Отримані результати вказують на підтвердження припущення про існування певних особливостей афіліації в підлітків із багатодітних сімей і дозволяють нам зробити висновок про те, що велика сім'я, наявність постійної можливості спілкування (із сиблінгами) можуть виступати тими умовами, що сприяють задоволенню афіліативної потреби.

Ключові слова: афіліація, афіліативні потреби, підлітковий вік, сім'я, спілкування.

The article presents the results of a study of affiliation tendencies in adolescents from large families. An attempt is made to substantiate the peculiarities of the family configuration as a condition for satisfying the personality's need for communication, establishing warm, trusting relationships based on mutual trust and respect. The author considers the importance of communication (and, in particular, affiliation) for the development of personality in adolescence. The views on affiliation available in psychological science are described, which for the most part define it as a special type of relationship based on mutual respect, the desire to please the interlocutor and gain his favor, and the simultaneous enrichment of both of them. The emphasis is placed on the fact that the motivation of affiliation in its structure contains two opposite tendencies – the desire for acceptance and the fear of rejection. The data on the manifestation of these tendencies in adolescents are summarized. The author emphasizes the negative consequences (emotional discomfort, frustration and other disharmonious emotional states) that arise when the "fear of rejection" tendency dominates. The empirical study found that adolescents from large families and adolescents from families with one or two children do not have significant differences in the manifestation of the "fear of rejection" tendency – in both groups, these indicators are within the range of average values. At the same time, the desire for acceptance was found to be higher in adolescents from the control group, which means that they need to establish reliable relationships based on a sense of belonging and attachment to a greater extent. The findings confirm the assumption that there are certain features of affiliation in adolescents from large families and allow us to conclude that a large family and the availability of constant communication (with siblings) can be conditions that contribute to the satisfaction of the affiliation need.

Key words: affiliation, affiliation needs, adolescence, family, communication.

УДК 159.922.736.4
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.8>

Вдовіченко О.В.

д.психол.н.,
професор кафедри теорії та методики
практичної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Мартинюк Д.О.

здобувачка II курсу другого
(магістерського) рівня вищої освіти
соціально-гуманітарного факультету
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Постановка проблеми. Період переходу від дитинства до дорослості, як і будь-який етап сходження на більш високу сходинку розвитку, супроводжується кризою, що відображає суперечливі тенденції особистісного зростання. З одного боку, у підлітка відбувається зниження навчальної мотивації, виникають конфлікти з батьками та вчителями, формується протестна поведінка, підвищується емоційна збудливість, що призводить до частих змін настрою, а з іншого боку, розширюється сфера продуктивної діяльності, розвиваються вольові якості, з'являється відчуття дорослості. У цей час закладаються основи свідомої поведінки, вибудовується загальна спрямованість у формуванні моральних установок, виникає ідеал особистості, починає

утворюватися система особистісних цінностей. Основними психологічними потребами підлітка стають наступні: самоствердження, незалежність від дорослих, визнання своїх прав з боку інших людей, спілкування та прийняття однолітками. Остання знаходить своє відображення в понятті афіліації, адже підліток прагне саме до створення довірливих, теплих, емоційно значущих стосунків.

У підлітковому віці афіліативні потреби формуються на тлі зміни провідного типу діяльності – з навчальної на інтимно-особистісне спілкування. Саме в процесі спілкування реалізуються намагання заслужити повагу та визнання, заробити авторитет серед однолітків, підтвердити свою унікальність. Зв'язок між комунікативними здібностями та задоволені-

стю афіліативних потреб не є одностороннім: комунікативна активність та здатність особи до встановлення контактів, побудови ефективного діалогу впливають на задоволеність афіліативної потреби, а наявність афіліативних мотивів, у свою чергу, підштовхує юну особистість до пошуку нових форм спілкування та вдосконалення своїх навичок. Метою афіліації в будь-який віковий період є не лише пошук підтримки та симпатії з боку інших, але й прагнення цю підтримку надавати, вибудовувати стосунки, що задовольнятимуть потреби обох сторін. З огляду на те, що потреба в афіліації стає рушійною силою у взаєминах саме підлітка, сприяє розвитку комунікативних здібностей та соціалізації загалом, досить актуальним стає вивчення умов, що сприяють їй задоволенню.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Одна з перших згадок про афіліацію належить Г. Мюрею, який у 1938 році визначив її як прагнення до тісного контакту з близькими людьми, вірної дружби, бажання принести задоволення співрозмовнику та досягати його прихильності. Варто зазначити, що певні особливості, що збігаються з характеристикою таких стосунків, наданих Г. Мюреєм, ще раніше були описані А. Адлером при розкритті явища соціального інтересу. Так, соціальний інтерес ним розумівся як прагнення до співпраці та близькості, готовність виявляти довіру, співчуття, турботу – усі ті явища, що частково становлять зміст афіліації.

Подальший розвиток ідей про афіліацію можна віднайти в працях Д. Макклелланда, Х. Хекхаузена, Д. Макадамса. Д. Макклелланд розглядає мотив афіліації як один із провідних, серед яких також виокремлює мотиви влади та досягнення та розуміє під ними несвідоме прагнення людини до тісних зв'язків і дружніх взаємин з іншими. Людей, що мають високу потребу в афіліації, він характеризує як таких, що є зацікавленими в теплих, довірливих стосунках, схильними до співпраці [9].

Д. Макадамс, натхнений ідеями М. Бубера, Г. Салівана, А. Маслоу, створює концепцію мотиву близькості. Мотивація близькості осмислюється цим ученим як стан людини, сутність якого розкривається через такі характеристики: 1) радість та взаємна зацікавленість; 2) безперервний діалог; 3) відкритість, зв'язок, єдність, обопільна налаштованість; 4) гармонійність взаємин; 5) піклування про добробут іншого; 6) уникнення маніпуляцій у спілкуванні та зверхнього ставлення; 7) входження до самоцінного контакту своїм буттям, а не прагненням до побудови стосунків чи отримання зовнішньої винагороди [8].

Х. Хекхаузен розглядає афіліацію значно ширше – як певний клас повсякденних і водночас фундаментальних соціальних взаємодій,

що умістовлюється в спілкуванні з іншими, яке приносить задоволення та збагачує обидві сторони. Основними перешкодами на шляху до встановлення афіліації він вважає нерівний розподіл ролей у спілкуванні та прагнення однієї зі сторін використовувати співрозмовника у власних інтересах і для задоволення своїх потреб [7].

У сучасній психології бажання особистості встановлювати близькі, довірливі стосунки з іншими частково розглядається в межах теорії самодетермінації Р. Райана та Е. Десі. Учені виокремлюють три основні потреби людини, що є вродженими та постають «внутрішніми психологічними умовами, необхідними для постійного психологічного зростання, цілісності та благополуччя» [6, с. 229]. До них належать: 1) потреба в автономії – самостійному ініціюванні та контролі своєї поведінки; 2) потреба в компетентності – впевненості в ефективності своєї діяльності, відчутті успішності; 3) потреба у зв'язках з іншими – побудові надійних стосунків. Задоволення цих потреб, на думку авторів теорії, є запорукою ефективного функціонування та оптимального розвитку людини. Отже, встановлення надійних стосунків, в основу яких лягають відчуття приналежності та прихильності, постають однією з умов особистісного зростання та самоактуалізації [6].

Погляди на афіліацію вітчизняних дослідників суттєво не відрізняються від уявлень, поширених у зарубіжній психології. Так, під нею розуміють особливий вид стосунків, що будується на емоційному зв'язку між людьми та характеризується їх взаємним прийняттям і прихильністю [1].

Афіліація розглядається і як елемент мотиваційно-потребової сфери. Мотив афіліації осмислюють як складову губристичної мотивації, в основі якої лежить потреба в самоствердженні, самовдосконаленні та досягненні успіху [1].

Людину, у якої мотив афіліації є актуалізованим та здійснює вплив на її діяльність, наділяють такими властивостями, як впевненість у собі, невимушеність та соціальна сміливість. Ініціативність та висока активність у спілкуванні пояснюються її бажанням отримати схвалення з боку інших, жагою самоствердження, утім, зазвичай вона користується симпатією та повагою оточення, оскільки намагається вибудувати стосунки з ними на основі довіри, вірності та дружби [1; 5].

Формування мотиву афіліації пов'язують як з умовами сімейного виховання особистості, так і з особливостями її спілкування з однолітками. Вважається, що він може актуалізуватися на будь-якому етапі життя людини [6].

Як зазначалося вище, у підлітковому віці афіліація становить одну з основних потреб,

і те, наскільки вона буде задоволеною, багато в чому залежить від комунікативної компетентності особистості. Варто зауважити, що попри всю значущість, якої набувають для підлітка спілкування та взаємодія з однолітками загалом, ці процеси можуть ускладнюватися певними психологічними особливостями, зумовленими віковими характеристиками. Так, перешкодами на шляху до побудови ефективної комунікації можуть ставати соціальна незрілість, конформізм, нездатність до передбачення повною мірою наслідків своїх дій, інтолерантність, відмова від традиційних моральних цінностей тощо [2; 3]. Напевно, цим і пояснюється те, що в цей період відзначається підвищення двох протилежних афіліативних тенденцій: зростає як прагнення до встановлення теплих, довірливих стосунків, так і страх бути відкинутим [5]. Страх знехтування стає причиною незадоволення таких важливих потреб, як прийняття, схвалення, повага, віднаходження свого місця серед інших, і призводить до переживання особистістю емоційного дискомфорту, фрустрації та інших дисгармонійних емоційних станів [4].

Постановка завдання. З огляду на вищевикладене, вкрай важливим є продовження пошуків тих чинників, що сприяють задоволенню афіліативної потреби, а також визначення умов, за яких це відбувається. На нашу думку, однією з таких умов може ставати конфігурація сім'ї, оскільки у великій родині підліток завжди має співрозмовників у особі своїх братів та/або сестер і, відтак, набуває можливості вдосконалювати свої комунікативні навички, та задовольняти потреби в спілкуванні. Мета статті полягає у визначенні особливостей прояву афіліативних тенденцій у підлітків із багатодітних сімей.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 60 респондентів віком від 13 до 15 років, 30 із яких увійшли до експериментальної вибірки (належали до багатодітних сімей) і 30 – до контрольної (походили з сімей з однією або двома дітьми). Для вивчення афіліативних тенденцій застосовувалася методика «Мотивація афіліації» А. Меграбяна, що містить дві шкали відповідно до запропонованої структури цієї мотивації – прагнення до прийняття та страх знехтування. Проаналізуємо розподіл отриманих показників у вибірці підлітків із багатодітних сімей (табл. 1).

Більшість досліджуваних експериментальної вибірки має середній рівень прагнення до прийняття та середній рівень страху знехтування. У 9 осіб було виявлено низький рівень потреби в прийнятті, що свідчить про те, що вони не прагнуть до створення довірливих, теплих взаємин, не намагаються налагоджувати позитивні стосунки з іншими людьми. 4 досліджувані мають високий рівень сподівання на афіліацію, тобто їм притаманне очікування схвалення з боку оточення, самоствердження в спілкуванні. Наявність такої потреби може спонукати їх до прояву активності та ініціативи у взаємодії, виборі стратегії співпраці з іншими.

Більшість досліджуваних експериментальної вибірки (21 особа) має середній рівень прояву страху відкидання. 4 респонденти мають високий страх знехтування, що може ставати на заваді встановленню довірливих стосунків з іншими, перешкоджати самореалізації особистості у сфері спілкування. 5 підлітків мають низький рівень прояву страху бути відкинутим, отже, їм властиве відчуття задоволеності від комунікації з іншими, пошук нових контактів.

Важливим при інтерпретації результатів застосованої методики є також і встановлення співвідношення розглянутих тенденцій. Так, на основі індексів прагнення до прийняття та страху знехтування (за допомогою визначення медіан у кожному ряді показників) можна виокремити ще чотири типи мотивів: високий–низький (прагнення до прийняття вище медіани, а страх знехтування – нижче), низький–низький (показники за обома шкалами нижче медіани), високий–високий (показники за обома шкалами вище медіани), низький–високий (прагнення до прийняття вище медіани, страх знехтування – нижче). Результати наведено в табл. 2.

Таблиця 2

Співвідношення афіліативних тенденцій в експериментальній вибірці

Тип мотиву	К-сть досліджуваних	%
В–Н	8	26,67
Н–Н	7	23,33
В–В	7	23,33
Н–В	8	26,67

Таблиця 1

Розподіл досліджуваних експериментальної вибірки за рівнями прояву мотивів афіліації

Шкала	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	К-сть осіб	%	К-сть осіб	%	К-сть осіб	%
Прагнення до прийняття	9	30	17	56,67	4	13,33
Страх знехтування	5	16,67	21	70	4	13,3

Таблиця 3

Розподіл досліджуваних експериментальної вибірки за рівнями прояву мотивів афіліації

Шкала	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	К-сть осіб	%	К-сть осіб	%	К-сть осіб	%
Прагнення до прийняття	4	13,33	20	66,67	6	20
Страх знехтування	6	20	19	66,33	5	16,67

Отже, 8 підлітків мають мотиви типу В–Н, що характеризує їх як таких, що прагнуть до спілкування, не відчують страху перед новими знайомствами, переважно отримують позитивні емоції від комунікації. До групи Н–Н увійшло 7 підлітків, яких можна охарактеризувати як таких, що не відчують ані позитивних, ані негативних емоцій від спілкування та почуваються комфортно як при взаємодії, так і без неї. 7 досліджуваних мають співвідношення мотивів В–В, тобто може бути наявний внутрішній конфлікт, що полягає в бажанні встановлювати довірливі, емоційно значущі стосунки з іншими людьми та наявності страху, через який вони не можуть це бажання втілити. 8 осіб увійшли до групи Н–В, вони уникають спілкування, полюбляють самотність.

Розглянемо тепер, яким чином розподілилися досліджувані за рівнями прояву афіліативних тенденцій у контрольній групі (табл. 3).

Як ми бачимо, середній рівень прагнення до прийняття наявний у 20 осіб, що більше, ніж у експериментальній вибірці. Менша кількість осіб (4 підлітки) порівняно з першою групою має низькі показники за шкалою «Сподівання на афіліацію», і в більшій кількості осіб (6 підлітків) ці показники високі.

Розглянемо, як саме співвідносяться афіліативні тенденції в контрольній вибірці (табл. 4).

Таблиця 4

Співвідношення афіліативних тенденцій у контрольній вибірці

Тип мотиву	К-сть досліджуваних	%
В–Н	6	20
Н–Н	8	26,67
В–В	9	30
Н–В	7	23,33

Більшість підлітків цієї групи має мотиви типу В–В, тобто в них однаково високі потреба в прийнятті та страх знехтування. У 8 осіб було виявлено співвідношення мотивів Н–Н, отже, рівень прояву тенденцій до прийняття та страху знехтування є низьким. У 6 досліджуваних вищою є потреба в прийнятті, а в 7 – страх знехтування.

Для того, щоб підтвердити наявність статистично значущих відмінностей у рівні прояву прагнення до прийняття та страху знехтування залежно від розміру сім'ї порівняємо показ-

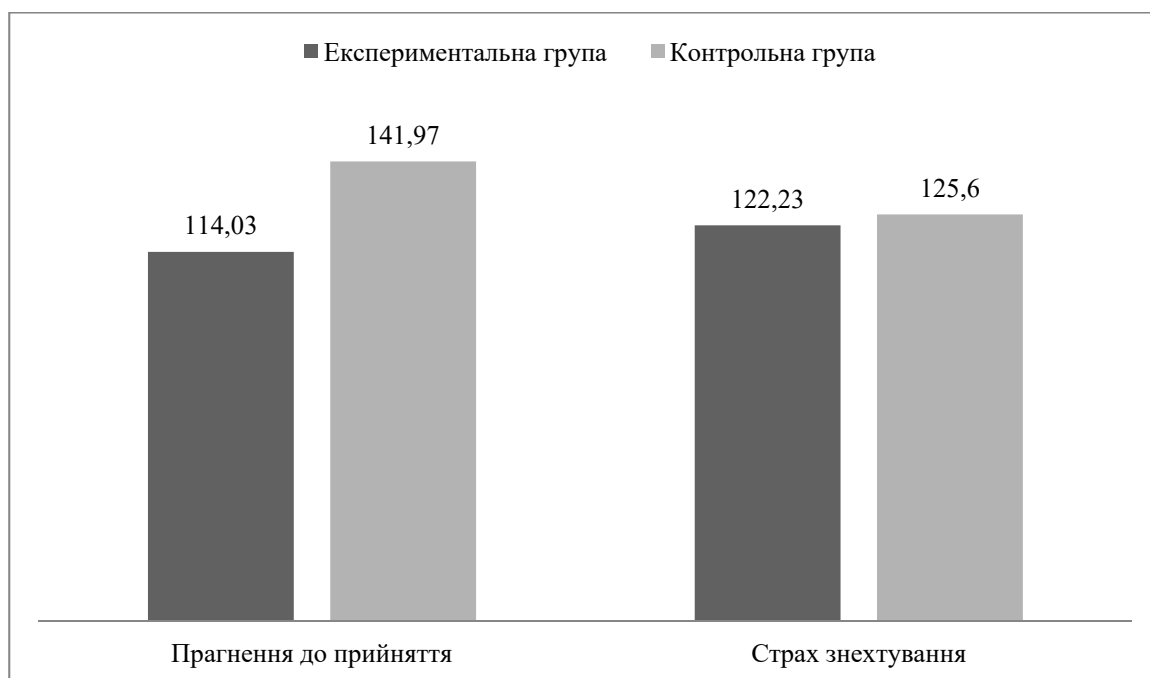


Рис. 1. Показники афіліативних тенденцій у експериментальній та контрольній вибірках

ники, отримані в першій вибірці, із показниками контрольної групи (рис. 1).

Помітними є відмінності між середніми значеннями показників двох груп за шкалою «Прагнення до прийняття». У контрольній вибірці, як ми бачимо, вони значно вище, що свідчить про те, що досліджувані, які до неї увійшли, відчувають значно більшу потребу у встановленні емоційно значущих контактів, прихильності, прийнятті. Статистична значущість виявлених відмінностей підтверджувалась за допомогою t -критерію Стьюдента ($t_{\text{емп}} = 2,628$, отже, відмінності достовірні на рівні значущості $p = 0,05$).

Середні значення за шкалою «Страх знехтування» майже не відрізняються. Застосування t -критерію Стьюдента підтвердило, що наявні розбіжності не є статистично значущими ($t_{\text{емп}} = 0,291$). Отже, можна зробити висновок про те, що експериментальна та контрольна вибірки не відрізняються за проявами саме цієї тенденції.

Викликає зацікавленість співвідношення показників за шкалами в кожній групі. У контрольній вибірці прагнення до прийняття є вищим, ніж страх знехтування, у той час, як в експериментальній із незначною різницею перевищує страх знехтування. Цей факт може потребувати проведення додаткових досліджень.

Висновки з проведеного дослідження.

Афіліація, що являє собою встановлення теплих, довірливих, емоційно значущих стосунків з іншими, у підлітковому віці постає для особистості засобом самоствердження, досягнення визнання, підтвердження своєї унікальності, а, отже, відіграє значну роль у його особистісному становленні. Однією з умов, що уможливорює задоволення афіліативної потреби, як було встановлено в проведеному дослідженні, виступає конфігурація сім'ї. Наявність у підлітка братів і сестер, повсякденне спілкування з ними, змога вдосконалювати свої комунікативні навички, отримувати досвід теплих і щирих стосунків виступають основою для формування в нього відчуття прийняття іншими. При цьому слід зазначити, що страх знехтування в цьому віці не залежить від вказаних умов – у підлітків з обох типів сімей він

знаходиться на середньому рівні, що може пояснюватися певною мірою набуттям високої значущості середовища однолітків для підлітка, актуальністю пошуків свого місця серед них, загостренням переживання проблеми самотності. Подальші пошукування будуть спрямовуватися на визначення інших соціально-психологічних особливостей, що відрізняють підлітків із багатодітних сімей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бабатіна С.І., Скрипка Н.А. Мотивація афіліації у структурі потребнісно-мотиваційної сфери особистості. *Інсайд: психологічні виміри суспільства* : матер. міжнар. конф. Херсон : ВД «Гельветика», 2019. Вип. 1(16). С. 25–27.
2. Вінс В., Сіренко О. Особливості розвитку міжособистісних інтеракцій у підлітковому віці. *Актуальні проблеми сучасної психології: шляхи становлення особистості* : збірник наукових статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної офлайн-онлайн конференції учнівської молоді, студентів, аспірантів, молодих учених та науковців, м. Переяслав-Хмельницький, 14–16 травня 2019 р. Переяслав-Хмельницький : «Видавництво КСВ», 2019. С. 320–325.
3. Купрєєва О.І. Психологічні особливості розвитку комунікативної компетентності підлітків. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2019. Т. IX. Вип. 12. С. 134–146.
4. Степаненко Л.В. Вивчення мотивації афіліації як чинника прояву дисгармонійних емоційних станів підлітків. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Серія 12 «Психологічні науки». Київ, 2013. Вип. 40. С. 329–334.
5. Юдіна Н.О. Особливості мотивації спілкування у підлітків з різним типом комунікативного реагування. *Психологія і особистість*. 2020. № 2(18). С. 177–188.
6. Deci E.D., Ryan R.M. The “What” and “Why” of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*. 2000. Vol. 11. № 4. P. 227–268.
7. Heckhausen J., Heckhausen H. *Motivation and Action*. New York : Springer, 2018. 909 p.
8. McAdams D.P., Constantian C.A. Intimacy and affiliation motives in daily living: An experience sampling analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1983. № 45(4). P. 851–861.
9. McClelland D.C. *Human Motivation*. New York : Cambridge University Press, 1987. 642 p.

ПЕРЕЖИВАННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

EXPERIENCE OF INTRAPERSONAL CONFLICTS BY STUDENT YOUTH IN THE CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE

У статті здійснено теоретичний та емпіричний аналізи специфіки переживання внутрішньоособистісних конфліктів юнаками та дівчатами. Було проведено онлайн-опитування, щоб виявити особливості переживання внутрішньоособистісних конфліктів студентською молоддю в період повномасштабної війни в Україні, зокрема емоційні стани, фактори внутрішніх конфліктів юнаків та дівчат у період повномасштабного вторгнення; способи подолання таких конфліктів; самооцінку ефективності зусиль досліджуваних стосовно подолання внутрішніх конфліктів. Виявлено, що юнаки та дівчата схильні до переживання амбівалентних станів із переважанням тривожності, проявів стресу та апатії як емоційних реакцій на поточну ситуацію в країні. У половині опитаних стани внутрішнього конфлікту виникали раніше та є на момент дослідження. Визначено, що провідними факторами внутрішньоособистісних конфліктів є насамперед невизначеність та загроза життю поряд із необхідністю ухвалювати важливі рішення. Основними шляхами вирішення таких конфліктів є спілкування з людиною, якій опитані довіряють; аналіз власної поведінки, переживань; виконання справ, що приносять задоволення; проведення часу в соцмережах, за переглядом новин. Виявлено такі змістові особливості внутрішньоособистісних конфліктів: зв'язок із вітальними потребами особистості, соціальною взаємодією в умовах невизначеності; екзистенційний характер вибору; наявність моральних дилем, необхідність роботи примусовий вибір альтернатив. Найбільш виражені зони внутрішніх конфліктів у мотиваційно-особистісній сфері молоді включають матеріально забезпечене життя, здоров'я, щасливе сімейне життя та кохання.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, юнаки, переживання, вибір, невизначеність.

A theoretical and empirical analysis of the specifics of experiencing intrapersonal conflicts by young men and women was carried out. An online survey was conducted with university students in order to reveal the peculiarities of experiencing their intrapersonal conflicts during the full-scale war in Ukraine. We studied emotional states, factors of internal conflicts of students during the full-scale invasion; ways to overcome such conflicts; their self-assessment of effectiveness of efforts to overcome internal conflicts. It was revealed that participants are prone to experience ambivalent states, with predominance of anxiety, stress and apathy as emotional reactions to the current situation in the country. In half of the respondents, states of internal conflict arose few months ago and are still present at the time of the study. It was determined that the leading factors of intrapersonal conflicts are primarily uncertainty and threat to life, along with the need to make important decisions. The main ways of solving intrapersonal conflicts are communication with people whom students trust; analysis of one's own behavior, experience; doing things that bring pleasure; spending time in social networks, watching the news. The substantive features of intrapersonal conflicts were revealed. Conflicts are connected with vital needs of the individual, with social interaction in conditions of uncertainty; choice in conflict often has existential nature, youth needed to make a forced choice of alternatives. A quarter of students have moral dilemmas related to their responsibilities and relationship with their family members. The most pronounced zones of internal conflicts in the motivational and personal sphere of youth include financially secure life, health, happy family life and love.

Key words: intrapersonal conflict, youth, experiences, choice, uncertainty.

УДК 159.923.2:37.091.8-052]:355.01(477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.9>

Власенко І.А.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет імені Бориса Грінченка

Кутішенко В.П.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет імені Бориса Грінченка

Вінник Н.Д.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет імені Бориса Грінченка

Вступ. Суперечливість нинішніх соціально-політичних умов в Україні, зміни в системі цінностей, інформаційні впливи призводять до підвищення напруженості як у суспільстві, так і в бутті окремої людини. Повномасштабне вторгнення РФ в Україну загострило ситуацію. Зросла кількість українців, котрі втрапили близьких, домівки, роботу, кардинально змінили своє життя, професійну діяльність, вимушено переїхали. Так, кількість біженців з України до Європи станом на 26.09.2023 р. становила 5 834 400 осіб [6].

Одна з вразливих вікових груп українців – особи юнацького віку. Юнаки та дівчата мають основне спрямування в майбутнє, вибудовують стратегічний план власної життєдіяльності. В умовах невизначеності вони стикаються з труднощами самоідентифіка-

ції та реалізації своїх планів. Частина молоді перебуває в умовах кризових ситуацій, тож юнаки та юнки переживають стреси, стан фрустрованості, внутрішні та міжособистісні конфлікти. Як зазначає С. Каліщук, «у кризових ситуаціях людина, незалежно від досвіду інших людей..., переживає непередбачувану втрату власної здатності використовувати надбані раніше ефективні навички знаходження засобів вирішення проблеми» [4]. Також людина втрачає здатність спиратися на персональний досвід подолання труднощів.

Мета наукової розвідки – теоретично визначити та емпірично дослідити психологічні особливості переживання внутрішньоособистісних конфліктів у осіб юнацького віку в умовах повномасштабної війни в Україні.

Виклад основного матеріалу статті.

Внутрішньоособистісні конфлікти трактуємо, як зіткнення різних особистісних утворень у результаті заострення протиріч, що набуло для індивіда особистісного смислу та відображає його суперечливі зв'язки з навколишнім середовищем.

Внутрішньоособистісні конфлікти в зарубіжній психології розглядаються відповідно до розуміння особистості в межах певної наукової парадигми. Виділено такі напрями дослідження згаданих конфліктів:

– психоаналітичний, що трактує внутрішньоособистісний конфлікт, як зіткнення свідомих і несвідомих структур (З. Фрейд, К.Г. Юнг, К. Хорні);

– теорію групової динаміки, яка розглядає конфлікт, як одночасну актуалізацію різних мотивів (К. Левін, Д. Креч, Р. Кратчфілд, Н. Лівсон);

– гештальтпсихологічний, що розглядає внутрішній конфлікт, як порушення цілісності структури «Я» (Ф. Перлз);

– когнітивний, об'єктом вивчення якого є когнітивний конфлікт, зумовлений зіткненням суперечливих, несумісних уявлень, понятійних схем (Л. Фестінгер, Дж. Келлі, А. Елліс);

– гуманістичний, що трактує внутрішній конфлікт, як характеристику самоактуалізації (А. Маслоу, К. Роджерс);

– екзистенційний, він сконцентрований на конфлікті, обумовленому духовними факторами (Р. Мей, В. Франкл, Р. Ассаджолі) [1].

У широкому розумінні внутрішньоособистісний конфлікт є психічним (внутрішнім, інтрапсихічним) конфліктом, що характеризується безперервним зіткненням потягів, бажань, психічних систем і сфер особистості. Як форма переживання суперечностей внутрішньо-зовнішньої дійсності, він є постійним елементом душевного життя людини. На думку Т. Маланьїної, такий конфлікт є суперечністю в ціннісно-мотиваційній сфері особистості, протистоянням альтернативних уявлень, ставлень і дій людини щодо себе, інших людей, предметів і світу в цілому [5].

Українські дослідники розглядають внутрішньоособистісний конфлікт у соціально-психологічному контексті, як результат заострення протиріччя між рольовими позиціями особистості, її можливостями та відповідною рольовою поведінкою. П.П. Горностаї розуміє рольові конфлікти не лише як неузгодженість між ролями партнерів зі спілкування, а також як суперечність між поведінкою одних та очікуваннями інших [2]. О.А. Донченко, Т.М. Титаренко поділяють внутрішньоособистісні рольові конфлікти на такі групи: 1) конфлікт неприйняття ролі; 2) конфлікт розчинення в ролі, злиття з нею; 3) внутрішнє зіткнення різних ролей [3, с. 80–85]. Т.М. Титаренко зазначає, що рольові конфлікти

можуть виявлятися у міжособистісній і внутрішньоособистісній сферах. Особистісний вибір в умовах рольового конфлікту завжди містить вибір між зовнішньою та внутрішньою системами цінностей.

Т.М. Маланьїна описує внутрішньоособистісний конфлікт через прояви в таких сферах, як когнітивна, емоційна, поведінкова та соматична. У когнітивній сфері проявами означеного конфлікту є розузгодження в образах себе та інших, зіткнення суперечливих знань, сумніви, усвідомлення наявності проблеми вибору, усвідомлення свого стану, як психологічної безвиході тощо. В емоційній сфері проявами конфлікту є негативне самоствалення, самозвинувачення, високий рівень тривоги та інших дисгармонійних переживань. У поведінковій сфері внутрішні конфлікти виявляються через суперечливі дії, затримку в прийнятті рішення, зниження якості й задоволеності діяльністю та стосунками, невідповідність поведінки заявленим позиціям, а в соматичній сфері – через психофізіологічне напруження, психосоматичну симптоматику [6].

Важливим вважаємо потенційну наявність у внутрішньоособистісному конфлікті як конструктивного, так і деструктивного потенціалу, внаслідок чого він може стимулювати розвиток особистості або ж стримувати можливості її зростання.

У нашому дослідженні було використано опитувальник «Внутрішньоособистісні конфлікти: особливості переживання» (авторський) та методику «Рівень співвідношення “цінності” – “доступності” у різних життєвих сферах» О. Фанталової [1]. Дослідження ми провели на вибірці студентів Київського університету імені Бориса Грінченка (n=97 (93% юнок)) у період з травня по серпень 2023 р. Опитаним надсилали Google Форму з текстом методик після оголошення мети дослідження та інструкції. Дані підлягали математичній обробці, аналізу та узагальненню. На першому етапі векторами дослідження були такі: 1) емоційні стани опитаних на момент дослідження; 2) факт переживання внутрішньоособистісних конфліктів наразі; 3) фактори конфліктів у період повномасштабного вторгнення; 4) способи подолання таких конфліктів; 5) самооцінка ефективності зусиль досліджуваних стосовно подолання внутрішніх конфліктів. Пропонувалося також описати один із внутрішніх конфліктів для розуміння характерних рис конфліктів студентської молоді в період війни в Україні.

Соціально-психологічні дані респондентів наступні: вік – 17–26 років (M =19,2), неодружені – 80%, одружені – 9,4%, громадянський шлюб – 8,3%, навчаються в Київському університеті імені Бориса Грінченка. Майже половина опитаних (44%) не змінювала місце проживання з часу повномасштабного втор-

гнення, 24% змінювали, 32% змінювали місце проживання, проте повернулися додому.

Аналіз відповідей засвідчив, що поширеними емоційними станами респондентів, коли минув понад рік від початку повномасштабної війни в Україні, є такі: тривожність (46% опитаних), стрес (зазначали і прояви стресу: пригнічення, схвильованість, роздратованість) (43%), апатія (22%), сум, страх (по 20% відповідно), втома / безсилля / виснаженість (17%), злість (11%), гнів / лють (10%), депресивні прояви (10%), фрустрація, скорбота. На додачу до зазначених станів зафіксовано спокій (9%), цікавість / інтерес (5%), радість (6%), впевненість, пристосування до змін, віру, прийняття, довіру та інші. Отже, студентська молодь схильна до переживання амбівалентних станів, переважання тривожності, проявів стресу та апатії як емоційних реакцій на поточну ситуацію в країні.

Досліджувані зазначили, що стани внутрішнього конфлікту в них виникали раніше (в останні 3–4 місяці) і є зараз – 49%, виникали раніше (в останні 3–4 місяці) – 31%, наявні на момент дослідження – 13%, не було таких станів – 5%.

Респонденти проаналізували фактори, що вплинули на появу станів внутрішньоособистісних конфліктів у період повномасштабної війни. З-поміж найбільш поширених факторів були такі: невизначеність ситуації – її відзначили 69% опитаних; загроза життю досліджуваних або їхніх близьких – 64%; необхідність ухвалювати важливі та/або складні рішення – 56% досліджуваних; незрозуміння, як жити далі – 54%. Досліджувані могли обирати кілька варіантів, тому отримані значення вищі за 100%. Майже половина учасників дослідження вказала такі фактори, як емоційне віддалення від значущих людей (43%) та економічні труднощі

(40%). Третя частина респондентів відзначила як фактори внутрішніх конфліктів труднощі у взаємодії з близькими – 37%; зміну пріоритетів / цінностей – 36,2% та вимушений переїзд – 35%. Отож, на думку досліджуваних, саме невизначеність та загроза життю, разом із необхідністю ухвалювати важливі рішення, найчастіше призводять до внутрішніх конфліктів у молоді.

Нас цікавило питання, як досліджувані давали раду переживанням внутрішньоособистісних конфліктів (див. рис. 1). Опитані могли обрати кілька варіантів відповіді, тож значення вищі, ніж 100%. Встановлено, що три чверті дівчат та юнаків (76%) спілкувалися з людиною, якій довіряють; 70% досліджуваних аналізували власну поведінку, переживання, відчуття; 57% більше уваги приділяли справам, що приносять задоволення; 43% більше часу приділяли соцмережам, перегляду новин, комп'ютерним іграм.

Ефективність своїх зусиль стосовно подолання станів внутрішнього конфлікту студенти оцінили за 5-бальною шкалою, де 1 – неефективно, 5 – дуже ефективно. Отримано такі дані: неефективно – 1%, швидше неефективно – 8%, на середньому рівні – 47%, швидше ефективно – 36%, дуже ефективно – 8%. Ймовірно, середньовисока оцінка власної ефективності студентів стосовно подолання станів внутрішніх конфліктів пов'язана з тим, що опитувані навчаються переважно за спеціальністю «Психологія», що дає змогу досить конструктивно долати такі конфлікти.

Відкрите питання опитувальника стосувалося опису переживання одного з внутрішніх конфліктів в умовах повномасштабної війни в Україні. Найчастіше було згадано дилему вибору між переїздом із рідного міста, країни та небажанням залишати рідних людей, свій дім.

97 відповідей

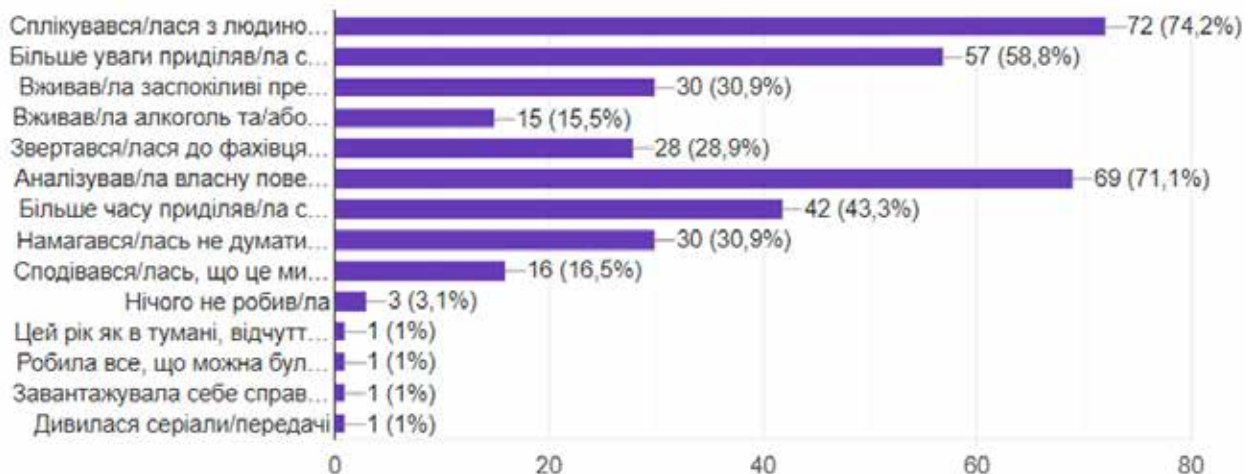


Рис. 1. Відповіді досліджуваних про способи впоратися з внутрішніми конфліктами під час повномасштабної війни в Україні, %

Чверть досліджуваних вказала, що внутрішні конфлікти виявлялись як моральні дилеми, стосувались вибору Я чи МИ, вибору турбуватися про себе, свої інтереси чи про близьких людей; вибору безпеки, проте невідомості, або збереження зв'язку з рідними людьми, але в небезпеці. Антрополог G. Uehling назвала такий конфлікт *competing loves* (змаганням тих, кого любиш – *I.V.*) [7]. Його суть полягає, по-перше, у розриві стосунків через політичні мотиви (люди можуть підтримувати протилежні сторони міждержавного конфлікту, тож втрачають зв'язки з близькими). По-друге, люди мають відповідальності, які «конкурують» (за благополуччя різних членів родини). По-третє, фізичне розділення з рідними та, врешті, травма, що ускладнює підтримку деяких міжособистісних зв'язків.

Частина досліджуваних згадала про складний екзистенційний вибір життєвого напрямку в умовах війни: чи варто мені виїжджати з країни? Чи маю право жити життя в умовах війни? Чи завершувати стосунки з близькою людиною? Робота чи навчання? («Або навчання, або робота, плани на роки вперед, важко було визначити, яким шляхом іти. Врешті, обрав складніший шлях і заспокоївся»; «У перші місяці війни хотіла взяти до рук зброю, проте зрозуміла, що фінансово підтримати можу більше»). За словами студентів, страждань завдавав їм саме *примусовий* вибір, вибір *під тиском* обставин («Батько наполягав на виїзді з країни, тому було неймовірно важко, і весь час мучили докори сумління, що <ми з мамою і сестрою> залишили сім'ю»). Студенти вказували і на необхідність продовжувати навчання / роботу, попри виснаження, фізичне та емоційне («Зараз відчайдушно намагаюся змусити себе щось робити для допомоги херсонцям, крім донатів. Але не можу навіть вийти з дому через апатію», «Я жахливо почувалася, але треба було не закинути роботу й навчання»).

Опитувані підкреслювали, що внутрішній конфлікт був асоційований із самотністю в іншій країні, труднощами в спілкуванні з людьми; розірванням комунікації з рідними, які перебувають під окупацією. Згадували про складність бути та жити в моменті («Я часто звертався до свого минулого, у якому не було війни, та до майбутнього, у якому, сподіваюся, не буде війни...»). Студенти також акцентують увагу на відчутті невизначеності стосовно майбутнього та нестачі сил («був стан апатії, не знала, що робити і навіщо») або на прагненні зануритися в активність, щоб полегшити внутрішній стан. Внутрішні конфлікти згадувались у контексті травматичних переживань високої інтенсивності та у зв'язку з реаліями війни (страхом, апатією, безсиллям, виснаженням, змінами настрою; окупацією, розірванням зв'язків із близькими).

На другому етапі дослідження нами було виявлено психологічні особливості прояву внутрішньоособистісних конфліктів у мотиваційній сфері студентської молоді на основі даних за методикою «Рівень співвідношення «цінності» – «доступності» у різних життєвих сферах» [1]. Нас цікавили показники розузгодження між «цінним» (усвідомленням провідних життєвих цінностей, особистісних смислів) і безпосередньо «доступним» (те, що пов'язано з утіленням конкретних, легко досяжних цілей). Було виділено 12 життєвих сфер, за кожною з яких опитані співвідносили їхні «цінність» і «доступність».

Визначався показник розходження між «цінним» (Ц) і «доступним» (Д). Максимальне розходження між Ц і Д, коли «цінне» перевищує «доступне» (за різниці між ними 4 і більше), свідчить про стійкий, глибокий внутрішній конфлікт у певній життєвій сфері. Співвідношення, коли «доступне» перевищує «цінне» (за різниці між Д і Ц 4 і більше), навпаки, означає стан «внутрішнього вакууму», внутрішньої спустошеності, зниження спонукань у життєвій сфері.

Було визначено середньогрупові ранги «цінності» та «доступності» з основних життєвих сфер студентської молоді, що показано на рис. 2.

За показниками «цінності» виділено життєві сфери, що мають найбільшу значущість для опитуваних (ранги «цінності» (Ц) подано в дужках): здоров'я (Ц12), свобода (Ц11), упевненість у собі (Ц10) та матеріально забезпечене життя (Ц9). Найнижчі ранги мають цінності естетичні (краса природи й мистецтва (Ц1) і цінності творчості (Ц2). Аналіз даних дав змогу встановити, що в мотиваційно-особистісній сфері молоді домінують цінності здоров'я та індивідуалістичні (свобода, упевненість у собі та матеріально забезпечене життя).

Виявлено, що в представленій вибірці найбільш виражені зони внутрішніх конфліктів у мотиваційно-особистісній сфері включають матеріально забезпечене життя (50,6% опитаних), здоров'я (фізичне та психічне) (42%), щасливе сімейне життя (39%), кохання як духовну та фізичну близькість із коханою людиною (33%). Можемо припустити, що невизначеність, пов'язана з війною в Україні та нестабільністю ринку праці, впливає на економічні ресурси молоді. Ймовірно, внутрішні конфлікти у сфері здоров'я виникають, зокрема, через стресонасиченість ситуації в Україні, зміну умов / способу життя, недостатній рівень фізичної культури молоді, недостатнє піклування юнаків і дівчат про власне фізичне та ментальне здоров'я. Внутрішні конфлікти у сферах «Щасливе сімейне життя» і «Кохання» можуть бути зумовлені труднощами міжособистісних стосунків як

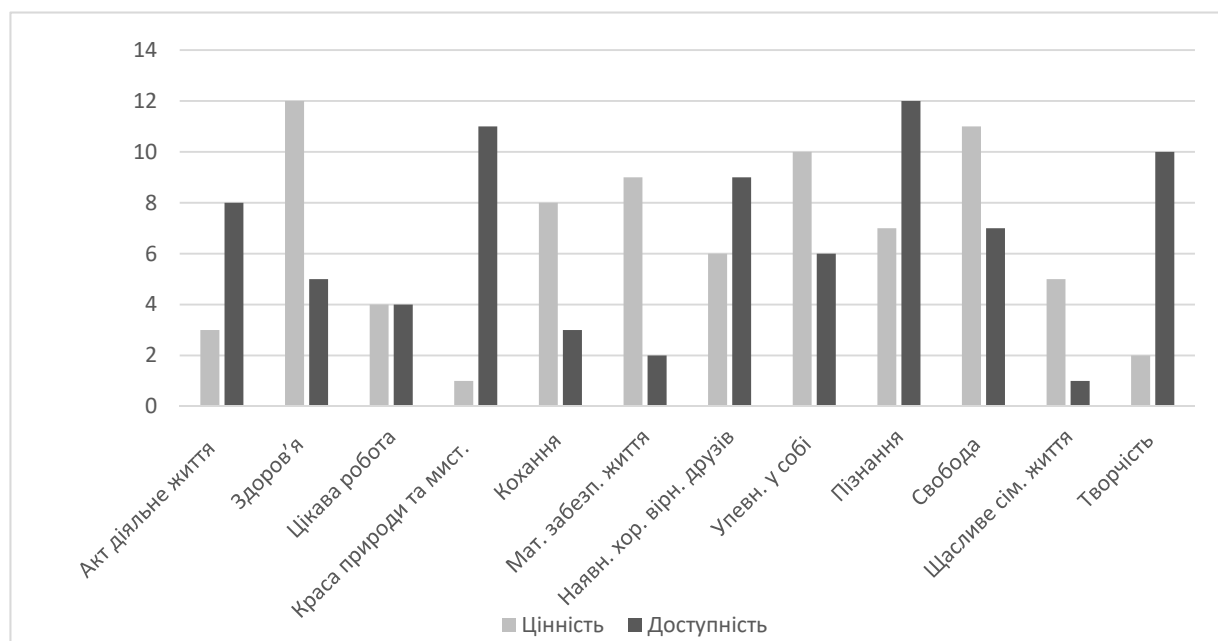


Рис. 2. Середньогрупові ранги «цінності» та «доступності» з основних життєвих сфер студентської молоді, n=79

таких, емоційними негарздами молоді або їхніх партнерів / членів родини та/або особистісними дисгармоніями, фрустрацією значущих потреб.

Проаналізуємо також внутрішні вакууми в опитаних. Вони відзначаються зниженням смислового наповнення певної життєвої сфери, що зумовлює зниження активності досліджуваних та їх можливості розв'язати внутрішній конфлікт. Найбільш виражені внутрішні вакууми виявлено у сферах «Краса природи та мистецтва» (63%), «Творчість» (52%), «Пізнання» (33%). Внутрішній вакуум у сфері «Краса природи та мистецтва», вочевидь, пов'язаний із впливом на свідомість молоді установки на споживання. Понад половини респондентів недостатньо цінують красу в різних проявах, що не дає змоги долучитися до естетичного як ресурсу розвитку та самопізнання. Внутрішні вакууми у сферах «Творчість» і «Пізнання» можуть свідчити про зниження бажання досліджуваних виходити за межі відомого, звичного, буденного, виявляти інтерес до суперечностей, докладати інтелектуальних зусиль до розуміння та осмислення світу й себе в ньому.

Отже, досліджувані студенти мають внутрішні конфлікти у сферах «Здоров'я», «Матеріально забезпечене життя», «Щасливе сімейне життя» і «Кохання», що вказує на їхню фрустрованість і потребу в психологічній допомозі. Наведені дані свідчать про необхідність розширення самосвідомості молоді та пошуку особистісних і соціальних ресурсів для вирішення таких конфліктів.

Висновки. Таким чином, проведене дослідження засвідчило наявність ряду теоретичних підходів до вивчення внутрішньоособистісних конфліктів. Такі конфлікти відображають суперечливі зв'язки людини з навколишнім світом. Встановлено, що представники студентської молоді схильні до переживання амбівалентних станів, із переважанням тривожності, проявів стресу та апатії як емоційних реакцій на повномасштабну війну в Україні. Провідними факторами внутрішньоособистісних конфліктів є, насамперед, невизначеність та загроза життю, а також необхідність ухвалювати важливі рішення.

Основними способами вирішення таких конфліктів у досліджуваних є спілкування з людиною, якій вони довіряють; аналіз власної поведінки, переживань; виконання справ, що приносять задоволення; проведення часу в соцімережах, за переглядом новин.

Виявлено такі змістові особливості внутрішньоособистісних конфліктів, як їх зв'язок із вітальними потребами особистості (у виживанні, безпеці), соціальною взаємодією в умовах невизначеності; екзистенційний характер вибору; наявність моральних дилем, необхідність робити примусовий вибір альтернатив. Найбільш виражені зони внутрішніх конфліктів у мотиваційно-особистісній сфері молоді включають матеріально забезпечене життя, здоров'я, щасливе сімейне життя та кохання.

Перспективи подальших розвідок передбачають розробку практичних заходів для конструктивного подолання станів внутрішньоособистісних конфліктів студентської молоді та оцінку їхньої ефективності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Власенко І.А. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів у професійній діяльності вчителя: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2016.
2. Горностаї П.П. Рольові конфлікти: теорія і практика. *Конфлікти в суспільстві: діагностика і профілактика* : мат. III Міжнар. наук.-практ. конф. Київ–Чернівці, 1995. С. 102–105.
3. Донченко О., Титаренко Т. Особистість: конфлікт, гармонія. Київ, 1989. 175 с.
4. Каліщук С.М. Прикладні моделі психологічного супроводу особистості у кризі. *Габітус*. 2023. Вип. 46. С. 144–151.
5. Маланьїна Т.М. Проблема внутрішньоособистісного конфлікту у психології. *Вісник з психології і соціальної педагогіки* : зб. наук. праць. 2010. № 2. С. 12–24.
6. Маланьїна Т.М. Психологічні особливості подолання вчителями внутрішньоособистісних конфліктів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2011.
7. Operation Data Portal. *Ukrainian Refugee Situation*. <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine> (date of access: 30.09.2023).
8. Uehling G. Ukraine's war has shattered some friendships and family ties *The Conversation*. <https://theconversation.com/ukraines-war-has-shattered-some-friendships-and-family-ties-but-care-ethics-have-strengthened-other-relationships-188200> (date of access: 30.09.2023).

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ MENTAL HEALTH FOR YOUNGER PEOPLE IN CONDITIONS OF WAR TIME

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.10>

Котлова Л.О.

к.психол.н., доцент,
завідувач кафедри психології, логопедії
та інклюзивної освіти
Житомирський державний університет
імені Івана Франка

Долінчук І.О.

асистент кафедри психології, логопедії
та інклюзивної освіти
Житомирський державний університет
імені Івана Франка

Ілющенко І.О.

асистент кафедри психології, логопедії
та інклюзивної освіти
Житомирський державний університет
імені Івана Франка

Війна внесла помітні корективи в українське суспільство на всіх рівнях функціонування та життєдіяльності. Із плином часу травмуючі події все більше впливають на психічне здоров'я українців – тривожність, нестійкий емоційний фон, страхи, невпевненість у майбутньому.

Молодь є однією з найбільш емоційно вразливих верств населення. Тривожні переживання в ранній юності, зазвичай, пов'язані з хвилюваннями щодо навчальних ситуацій, стосунків з однолітками та плануванням подальшого життя (С.М. Дмитрієва, О.П. Сергєєнкова), однак в умовах війни спектр тривожності значно розширюється. Стаття присвячена дослідженню психічного здоров'я юнаків та юнок під час воєнного стану. Емпіричних напрацювань у цій сфері в період війни наразі є недостатньо, тому для досягнення дослідницької мети було проаналізовано основні тенденції розвитку емоційної сфери в юнацькому віці, здійснено теоретичний аналіз поняття тривожності, впливу воєнних дій на психічне здоров'я українців, підібрано актуальні методи дослідження.

Отримані результати дослідження демонструють, що з кожного психічного стану (тривожність, фрустрація, ригідність, агресивність) домінують середні значення, котрі є нестабільними та під впливом негативних факторів можуть підвищуватися. Тривожність та страхи старшокласників пов'язані здебільшого з воєнними подіями, навчанням, взаєминами з соціальним оточенням. Збереження психічного здоров'я молоді є актуальним питанням сьогодення, адже юнаки не почуватимуться щасливими, відчують занепокоєння та хвилюються за власне майбутнє.

Ключові слова: психічне здоров'я, емоційна сфера, тривожність, юнацький вік, війна.

The war gave noticeable correctives to the Ukrainian society for all levels of functioning and lifestyle. The more the time goes, the more traumatic experiences get mental health to Ukrainians – anxiety, unstable emotionality, fears, unsureness for future.

The young are the most emotional of all. Anxious experiences as a young person are mostly connected with the experiences in learning situations, relations with peers and planning for future life (Dmitrieva S., Serhieienkova O.), but because of the war consequences, the spectrum of anxiety is growing more and more.

This article is for the investigation of young people's mental health in time of war. And since there aren't any experts for this exploration, so to complete the investigation's purpose the main condition for the growing of emotionality in younger age was analysed, and they also made a theoretical inspection of understand ability by anxiety, the impact of war events on mental health of Ukrainians, checked inspections have been used for it.

The result has shown, that any mental state (anxiety, frustration, rigidity, aggressiveness) has a middle to it, that is unstable and with a negative impact grows bigger. Anxiety and fears of high schoolers are mostly connected with the events of war, learning, relations to social surrounding. Keeping mental health for young people is a popular question these days, since they don't feel happy, but feel concern and worry for their own future.

Key words: mental health, emotionality, anxiety, young age, war.

Українці вже майже два роки живуть в умовах повномасштабного вторгнення росії на територію України. Пуски ракет та ударних БпЛА "Shahed", артилерійські обстріли, звуки сирен, перебування в укриттях – це далеко неповний перелік того, із чим стикаються громадяни нашої держави фактично щодня. Так, екзистенційні питання про майбутнє набувають якісно нових значень.

Ми вчимося працювати, вчимося навчатися, вчимося адаптуватися, вчимося підтримувати та допомагати, вчимося «жити у війні». Війна повпливала абсолютно на всі сфери нашого життя, завдаючи непоправної шкоди, у тому числі і нашому психічному здоров'ю. Травмуючі ситуації (переживання втрати близької людини або майна, новини про обстріли чи знущання над військовими або мирним населенням, перебування поблизу місць вибухів тощо) спричиняють неабиякий стрес для організму людини, і реакцію на них іноді досить складно передбачити, а з наслідками доведеться справлятися достатньо довго, а мож-

ливо, й впродовж усього життя. Тому збереження психічного здоров'я є надзвичайно актуальним питанням в умовах сьогодення.

Статистика Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) свідчить, що через збройні конфлікти у світі близько 10% людей, які пережили воєнні події, матимуть у подальшому серйозні проблеми з психічним здоров'ям, ще в 10% людей спостерігатимуться поведінкові зміни, які заважатимуть раціональному та ефективному функціонуванню в соціумі [1].

Наслідки війни для психічного здоров'я українців стануть об'єктом подальших більш глибоких наукових розвідок, проте вже сьогодні можна стверджувати, що одними з найпоширеніших негативних проявів, що з'явилися в ході війни, є тривога, депресія, проблеми зі сном; а українські психологи та психотерапевти відмічають збільшення звернень на консультації, що стосуються тривожних і депресивних станів, неконтрольованої агресії чи навіть суїцидальних думок, котрі

супроводжуються переживанням втрати близьких, дому, ідентичності.

У центрі нашої уваги перебуває одна з найбільш вразливих, на нашу думку, категорія населення – молодь. Хоч емоційна сфера в юнацькому віці не настільки нестабільна, як у підлітковому, однак усе ще характеризується підвищеною тривожністю та схильністю до депресивних станів [4]. Тривожність у ранньому юнацькому віці, перш за все, пов'язана із зміною умов повсякденного життя, тобто відчуттям себе фактично в ролі дорослого. Адже перед молодими людьми постає питання вибору орієнтирів подальшого життєвого шляху та пов'язаних із цим труднощів, сумнівів у правильності цього вибору (складання іспитів, ЗНО, обрання ВНЗ).

Як вважає С.М. Дмитрієва, кількість тривожних юнаків і юнок значно збільшилась порівняно з минулим десятиліттям. Тривожність стала більш глибинною й особистісною та особливо проявляється у сфері спілкування з однолітками та вчителями [2].

Зокрема, досліджуючи емоційну сферу осіб юнацького віку, О.П. Сергеєнкова також виявила два основних джерела переживання емоцій і почуттів: навчання та спілкування з однолітками. По відношенню до навчальної діяльності в 59% юнаків спостерігається тенденція домінування позитивного емоційного супроводу, а для 19% характерним є переживання спектра негативних емоцій. Більшість юнаків і юнок має помірний рівень тривожності (47%), проте ті, у кого рівень тривожності високий, пов'язують його з навчальними ситуаціями. Показники фрустрованості як у професійній, так і в особистісній сфері досліджуваних є низькими [3].

Окрім «звичних» переживань щодо професійного самовизначення, в останні декілька років додалась тривога, зумовлена впливом пандемії COVID-19. Опитування, проведене у Великобританії у 2020 році, показало, що

показники тривожності були вищими саме в молоді. Досліджувані вказували на переживання стану пригніченості (18%), розчарування та невизначеності майбутнього (49% опитаних). Дослідження психічного здоров'я в США цього ж року показало, що 53% молоді відчувають тривожність і стрес, пов'язані з новими умовами життя [5].

Одним із ключових факторів сьогодення України, який негативно впливає на психічне здоров'я молоді, є, звісно ж, згадана вище війна. Хоч частково, ми вже адаптувались до теперішніх реалій, проте повноцінно навчатись і жити в таких обставинах – завдання непросте. Адже не завжди, особливо молодим людям, вдається справлятися з емоційними станами, пов'язаними з воєнними діями країни-агресора. Це зумовило напрямок нашого наукового дослідження та перспективи подальших шляхів збереження психічного здоров'я молоді.

Дослідницька процедура проводилась на базі Наукового ліцею Житомирського державного університету імені Івана Франка через рік після повномасштабного вторгнення країни-агресора. Півсотні старшокласників пропонували здійснити самооцінку власних психічних станів (методика Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів») та у вільній формі доповнити ряд тверджень, що стосуються їх емоційної сфери (було адаптовано проективну методику «Незакінчені речення»).

Результати дослідження показали, що переважна більшість старшокласників має підвищений рівень агресивності: у 11% – це високий рівень, у 61% – середній. Лише у 28% опитаних з усієї вибірки були низькі показники агресивності (рис. 1). Така тенденція пов'язана здебільшого з навчальним процесом («коли багато домашніх завдань», «коли я не встигаю на уроці», «коли мені кажуть, що я недостатньо працюю»), воєнними подіями («коли бомблять наше місто», «коли летять ракети», «коли сирени руйнують мої плани на день») та

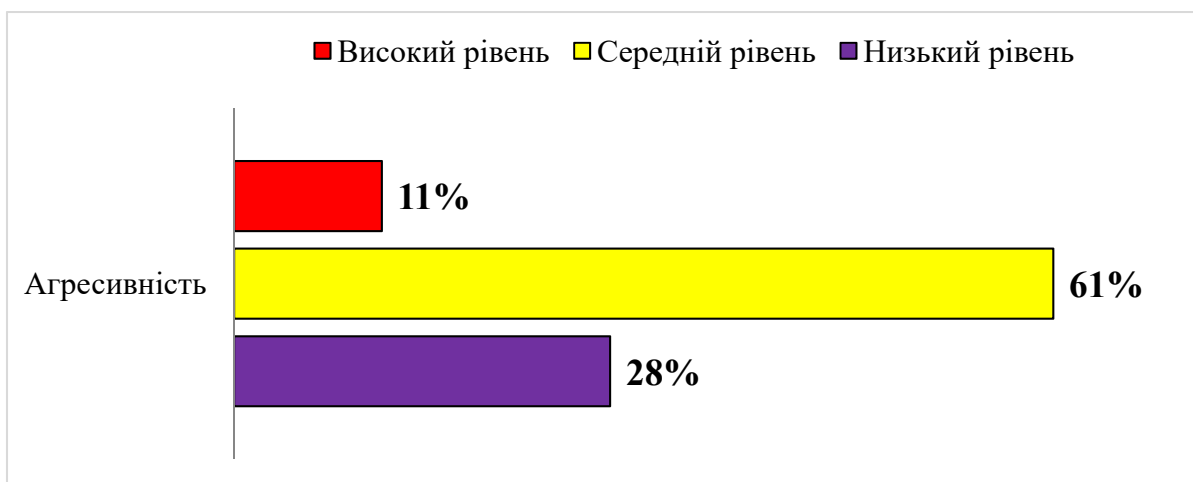


Рис. 1. Показники рівня агресивності юнаків

ситуаціями, що зачіпають самооцінку юнаків та юнок («мені брешуть», «мене не чують», «мене не сприймають серйозно», «мене образили»).

Низький та середній рівень фрустрації має однакова кількість опитаних – по 46%, у той час як високий рівень має найменша кількість учнів – 8% (рис. 2). Це може свідчити про реалістичність оцінки власного психічного стану по відношенню до навколишніх умов, тобто очікування та дійсність різняться в небагатьох старшокласників.

Під час аналізу блоку на визначення рівня ригідності було виявлено, що 66% старшокласників мають середній рівень ригідності, що вказує на труднощі, пов'язані з навичками переключатись і пристосовуватись до нових умов навчання (адаптаційний період у новому закладі, воєнний стан, змішаний формат навчання). У 17% опитаних спостерігався низький рівень ригідності, однак така ж кількість має високі показники (рис. 3).

Обробляючи результати за шкалою тривожності, вдалось з'ясувати, що переважна більшість учнів (57%) має середній рівень три-

вожності, у 37% – тривожність низька, і всього в 6% – високий рівень тривожності (рис. 4).

Отримані результати свідчать, що з кожного психічного стану домінують середні показники, і це, за нашим припущенням, вказує на нестабільність таких станів, які під впливом негативних чинників (у тому числі подальше розгортання воєнних подій) можуть підвищитися. Адже якщо аналізувати спектр ситуацій, які викликають тривожність у молодих людей, на перший план (35%), підтверджуючи нашу гіпотезу, виходять події, пов'язані з війною або з конкретними особами в цій війні («повітряні тривоги», «вимкнення світла», «відсутність зв'язку, коли лунає сирена», «нав'язливі думки через війну», «смерть людей», «хвилювання за життя та здоров'я рідних під час ракетних обстрілів», «фізичне знущання з військових», «гарне здоров'я путіна», «боюся опинитись під завалами», «незрозуміло, як жити далі через війну», «звуки сирен», «боюся не почути тривогу та вчасно не зреагувати») (рис. 5).

Звісно, доволі високий відсоток тривожних ситуацій (28%) для юнаків і юнок становлять

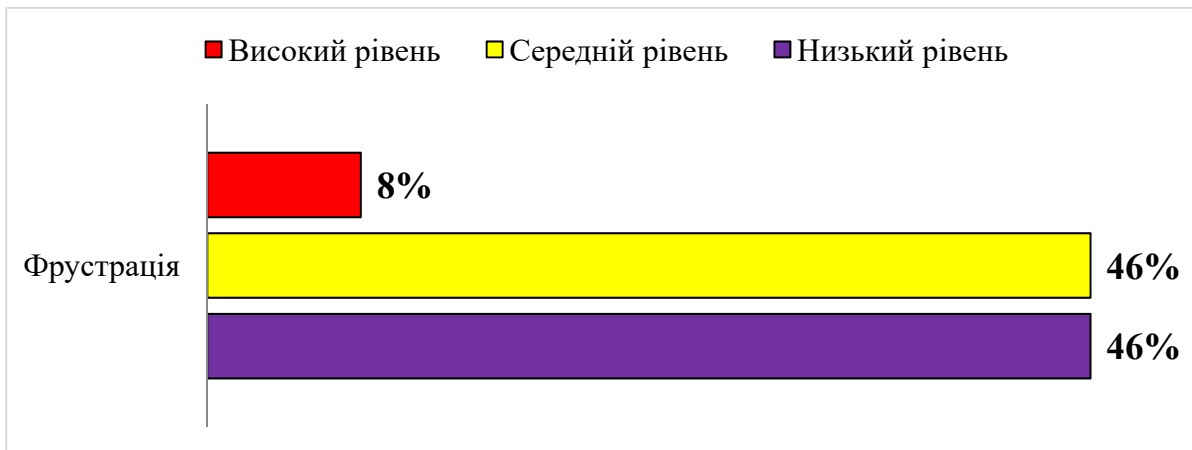


Рис. 2. Показники рівня фрустрації юнаків

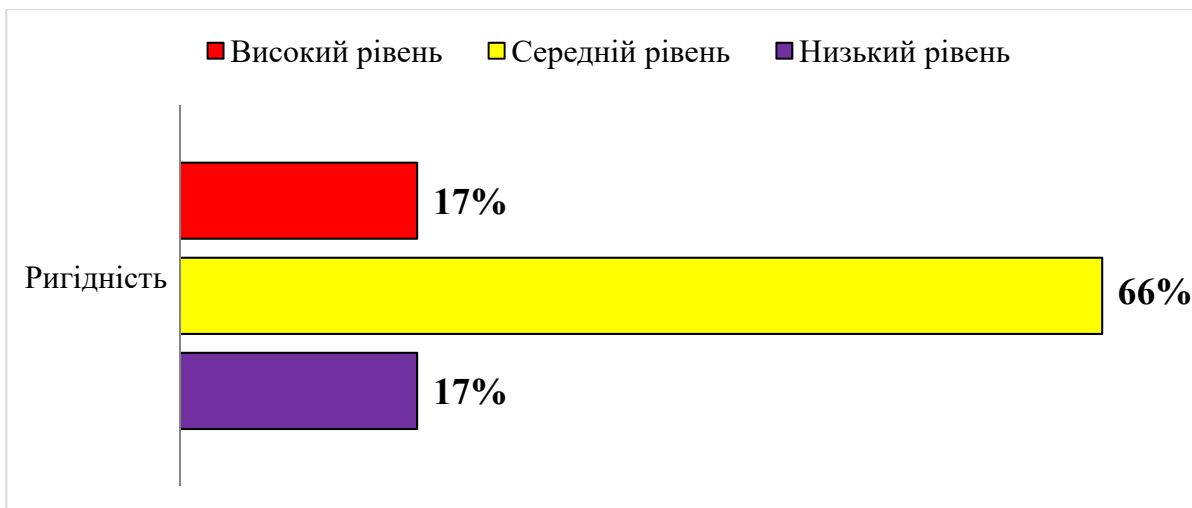


Рис. 3. Показники рівня ригідності юнаків

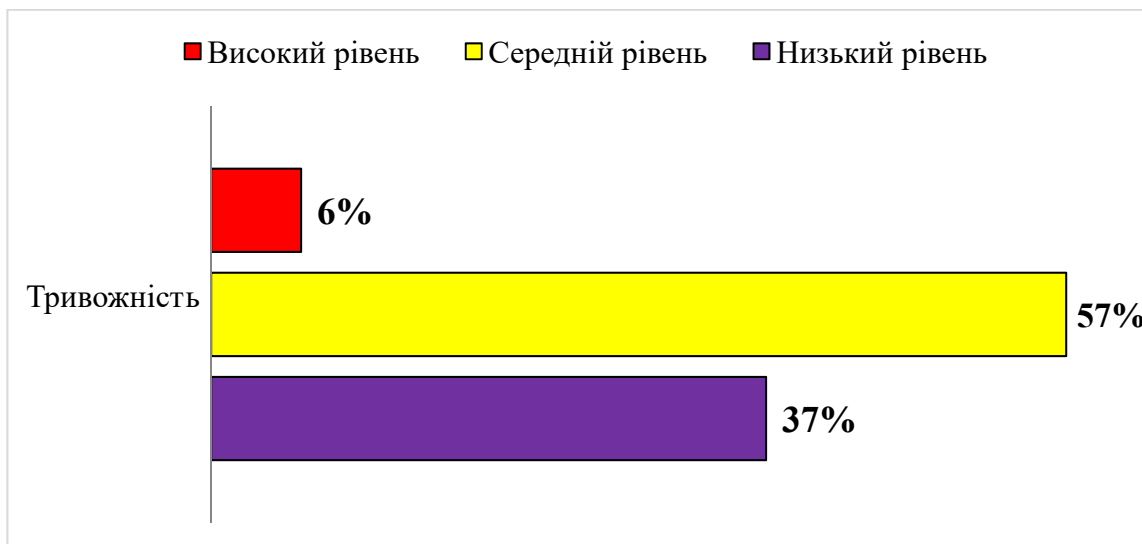


Рис. 4. Показники рівня тривожності юнаків



Рис. 5. Ситуації, які викликають тривожність у юнаків

події, що стосуються школи та безпосередньо процесу навчання, є «типовими» переживаннями в цьому віці («домашні завдання», «багато матеріалу для самостійного опрацювання», «складна тема чи контрольна», «сварки з батьками через оцінки», «екзамени», «відповідь біля дошки», «виступи перед класом», «запізнення в школу»).

У 17% молоді тривожність пов'язана з ситуаціями невизначеності щодо майбутнього («ситуації пов'язані з вибором, коли на мене покладають забагато очікувань», «майбутнє», «коли я не знаю заздалегідь, що буде далі», «незнайомі люди», «коли я не бачу виходу», «ситуації, що загрожують моєму успіху», «коли недостатньо коштів», «публічні виступи», «коли щось іде не за планом», «коли ситуація виходить з-під контролю», «коли я не знаю, що робити»).

Тривожність у ранньому юнацькому віці також стосується і взаємин із соціальним ото-

ченням (друзі, сім'я), а саме виникнення непорозумінь та конфліктів («сварки з батьками», «труднощі в родині», «коли на екрані телефону бачу дзвінок від мами», «коли ми конфліктуємо з друзями») – 7% опитаних. Однак, одним із найбільших страхів молоді наразі (за результатами проведеного дослідження) є саме страх втрати близьких, тому що в когось батьки на передовій, хтось безпосередньо бачив влучання чи руйнування будівель, хтось втратив рідних і боїться, що це повториться знову.

Ми припускаємо, що саме страх втратити близьку людину зумовлює бажання більше часу проводити з рідними, і тому більшість ситуацій, що викликає радість в учнів, пов'язані саме із взаєминами з родиною чи друзями (60%). Це підтверджують відповіді стосовно того, як змінились стосунки з однокласниками та друзями з початком війни: у 46% опитаних відносини покращились, 22% вказують, що не змінились, і в 32% опитаних стосунки стали гіршими,

проте це пов'язується з переїздом друзів за кордон (рис. 6).

Оцінюючи власні емоції та почуття, юнаки та юнки складно їх диференціювали, про що свідчить полярність та узагальнення відповідей: «чудові», «радісні» – «сумні». Проте, аналіз конкретних емоційних переживань показує їх залежність від багатьох факторів. Так, радість старшокласникам приносять особисті захоплення («коли я граю», «коли сходила в басейн чи спортзал», «малювання») або ж сам факт наявності вільного часу, що не обтяжується уроками або іншими завданнями. Варто відмітити, що частину учнів (8%) відверто тішать новини, пов'язані з втратами та нещастями країни-агресора («мені радісно, коли горить ворог», «радію, коли в них втрати на фронті», «коли палає техніка ворожа»), що є зрозумілою реакцією в умовах воєнного стану.

Почуття ж суму в половини досліджуваних (48%) знову-таки пов'язані з війною («мені сумно від того, що в країні війна», «від повітряних тривог», «гинуть люди», «ще далеко перемога», «що люди не ідуть у сховище, знецінюючи своє життя»). Чимала частина відповідей учнів щодо того, у яких ситуаціях вони відчувають сумно, стосується почуття низької самооцінки та невпевненості в собі («я невдаха»,

«про мене забувають», «мені самотньо») – 30%, а також переживань про подальше життя («скоро доросле життя», «я не знаю, чого хочу від майбутнього») – 22%.

Аналіз відповідей молодих людей стосовно того, як вони піклуються про своє психічне здоров'я в умовах війни, показав, що справлятися з депресивними та негативними думками, тривожністю їм допомагає заняття улюбленою справою (35%). Для когось це більш творчі види діяльності, такі як малювання, читання, музика, а хтось, навпаки, робить акцент на фізичних навантаженнях на організм – спорт, прибирання, фізична праця (рис. 7).

Взаємостосунки з соціальним оточенням неминуче впливають на життя особистості на всіх вікових етапах, тому хоч і юнаки та юнки чи не найбільше тривожаться щодо того, як складуться в них відносини з родиною та друзями, вони прагнуть проводити час у колі близьких людей. Таким чином, друге місце в рейтингу «заспокійливих» посідає спілкування з однолітками та батьками – обійми, перебування поруч, розмови допомагають покращити психічне здоров'я молодих людей (33%).

Слід зауважити, що міра насиченості спілкування з соціумом у всіх різна. Тому 13% старшокласників впоратись із тривожністю



Рис. 6. Взаємини юнаків з однолітками / друзями під час війни



Рис. 7. Методи підтримки юнаками свого психічного здоров'я під час війни

допомагає саме усамітнення, перебування наодинці з собою. Частина опитаних влаштує компанія когось із домашніх тварин (8%).

Отже, ми з'ясували, що воєнні події надто сильно вплинули на життя юнаків, адже найбільш тривожні ситуації для них – це ті, що пов'язані саме з війною – 39% опитаних. Звичайно ж, високий відсоток тривожності (28%) займають події шкільного життя, що є типовим для раннього юнацького віку, які знаходять своє відображення в навчанні. Також тривожність у старшокласників пов'язана з ситуаціями невизначеності щодо майбутнього та особливостями взаємовідносин із соціумом, а саме з родиною, однолітками. Страх втрати близьких людей посилює прагнення проводити більше часу в колі сім'ї та друзів і зумовлює переоцінку цінностей: частина молодих людей вказує на те, що стосунки налагодились і стали більш ціннісними та міцними.

Старшокласники зазначають, що їхні негативні переживання, сум і страхи в основному стосуються саме війни. Учні вказують, що ситуація в країні заважає почуватися їм більш щасливими, тому що в багатьох у зоні активних бойових дій знаходяться рідні, а хтось безпосередньо став свідком чи учасником руйнувань або влучань, і це, безумовно, доволі травматичний досвід для молодого покоління. Психічні стани юнаків і юнок є нестабільними та гнучкими до впливу навколишнього середовища.

Збереження та підтримка свого психічного здоров'я лежить у площині занять улюбленими справами, проведення часу з близькими людьми чи домашніми тваринами, усамітнення.

Проведене дослідження не претендує на повноту та вичерпність розкриття проблеми. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються в пошуках дієвих та ефективних методів підтримки та самодопомоги в ситуаціях невизначеності та тривожності, пов'язані з війною.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Всесвітня організація охорони здоров'я : [веб-сайт]. URL: <https://www.who.int/> (дата звернення: 20.02.2023).
2. Дмитрієва С.М. Діагностика і корекція тривожності старшокласників. *Конкурентоспроможність в умовах глобалізації : реалії, проблеми та перспективи* : матеріали п'ятої Міжнародної науково-практичної конференції / за ред. І.В. Саух. Київ, 2011. С. 345–349.
3. Сергєєнкова О.П. Дослідження емоційної сфери в юнацькому віці. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 3. С. 243–247.
4. Craig G.J., Baucum D. Human Development (9th Edition) Prentice Hall. PTR : Pearson College Div, 2001. 736 p.
5. Lai J., Ma S., Wang Y., Cai Z., Hu J., Wei N. et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *Netw JAMA*. 2020. № 3(3). P. 569–583.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОСОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ, ЯКА ВИХОВУВАЛАСЯ В УМОВАХ МАТЕРИНСЬКОЇ ДЕПРИВАЦІЇ

FEATURES OF THE PSYCHOSOCIAL DEVELOPMENT OF A CHILD RAISED IN CONDITIONS OF MATERNAL DEPRIVATION

Стаття присвячена актуальній проблемі вивчення психосоціального розвитку дитини, яка виховувалась в умовах материнської депривації. Актуальність проблеми полягає в тому, що дитина, яка від народження не отримує материнського тепла, любові, прийняття, не задовольняє свою базову потребу у спілкуванні з мамою, буде мати проблеми як у фізичному, когнітивному, емоційному, так і у соціальному розвитку. Її уявлення про себе та світ будуть деформованими через відсутність довіри, через відсутність досвіду надійної материнської прив'язаності. Зазначено, що проблема материнської депривації була у фокусі уваги багатьох науковців, які розглядали як сам цей феномен, так і його наслідки для розвитку дитини. Визначено, що материнська депривація є травматичним досвідом, який має вплив на розвиток мозкових структур, що відповідають за когнітивний, емоційний розвиток дитини. Відсутність тактильного тепла призводить до блокування сенсорного розвитку дитини. Використання архівного методу для аналізу історій життя дітей, які були позбавлені батьківського піклування, дозволив детально вивчити негативні впливи та наслідки материнської депривації на їхній розвиток. Констатовано, що діти, які перші роки життя прожили в умовах занедбаності, в умовах відсутності материнської ласки та тепла, мали виражену дисфункцію вищих психічних функцій, несформованість емоційної саморегуляції, пізнавальна та пошукова діяльність була недоступна, фізичний стан дитини не відповідав віковим нормам. У разі взаємодії з іншими діти проявляли тривожно уникаючий тип прив'язаності з повною недовірою та підозрою до людей та світу. Визначено, що у соціальній сфері діти з досвідом материнської депривації мають труднощі з відповідальністю, з розумінням нормативної поведінки, відсутні навички спілкування. Зазначено, що замісна сім'я, яка візьме на себе відповідальну місію щодо компенсації негативних наслідків материнської депривації, зможе повернути травмованій психіці дитини відчуття спокою, любові та прийняття.

Ключові слова: материнська депривація, прив'язаність, психофізіологічний розвиток, психосоціального розвитку, архівний метод, замісна сім'я.

The article is devoted to the actual problem of studying the psychosocial development of a child who was brought up in conditions of maternal deprivation. The relevance of the problem lies in the fact that a child who does not receive maternal warmth, love, and acceptance from birth, does not satisfy its basic need for communication with its mother, will have problems in physical, cognitive, emotional, and social development. Its ideas about itself and the world will be deformed due to the lack of trust, lack of experience of reliable maternal attachment. It's noted that the problem of maternal deprivation was the focus of attention of many scientists which considered both this phenomenon itself and its consequences for the child's development. It was determined that maternal deprivation is a traumatic experience that has an impact on the development of brain structures responsible for the cognitive and emotional development of the child. The lack of tactile warmth leads to the blocking of the child's sensory development. The use of an archival method to analyze the life stories of children who were deprived of parental care made it possible to study in detail the negative effects and consequences of maternal deprivation on their development. It was established that children who lived the first years of life in conditions of neglect, in conditions of lack of maternal affection and warmth, had a pronounced dysfunction of higher mental functions, lack of emotional self-regulation, cognitive and searching activities were unavailable, the physical condition of the child did not meet age norms. When interacting with others, the children showed an anxious avoidant type of attachment with complete mistrust and suspicion of people and the world. It was determined that in the social sphere, children with experience of maternal deprivation have difficulties with responsibility, understanding normative behaviour, lack communication skills. It is noted that a surrogate family, which takes on the responsible mission of compensating for the negative consequences of maternal deprivation, will be able to restore a sense of peace, love and acceptance to the child's traumatized psyche.

Key words: maternal deprivation, maternal attachment, psychophysiological development, psychosocial development, archival method, surrogate family.

УДК 159.922.76
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.11>

Літвінова О.В.

к.психол.н., доцент,
завідувачка кафедри психології,
педагогіки та філософії
Кременчуцький національний
університет імені Михайла
Остроградського

Відніченко Л.І.

здобувачка другого (магістерського)
рівня за спеціальністю 053
«Психологія»
Кременчуцький національний
університет імені Михайла
Остроградського

У перші два роки життя у дитини закладаються первинні стратегії поведінки, довіра до світу через спілкування та тісний контакт дитини з матір'ю. Е. Берн вважав, що первинна життєво важлива потреба дитини – потреба у фізичному контакті, відсутність якого створює тактильний голод. Відсутність адекватного тактильного контакту дитини з дорослим робить дитину вразливою до захворювань і може призвести до смерті, вперше такі випадки були

виявлено та описано Р. Шпіцем під час його досліджень дітей з притулків [16].

Від народження через спілкування зі своїм значимим дорослим у дитини закладаються дві фундаментальні істини: знання про себе й про навколишній світ, в який вона прийшла, щоб прожити своє життя. Дослідження впливу сенсорних стимулів на розвиток людини від народження підкреслює значущість матері в житті дитини та приводить до глибокого

розуміння феномену материнської депривації, яка виступає чинником впливу на психічний розвиток дитини через обмежену або взагалі відсутню з боку матері активність щодо задоволення базових потреб дитини залежно від статево-вікових особливостей, соціальної ситуації її розвитку та механізмів психічного розвитку.

Світ, в якому живе дитина, формує її емоційне, психічне, соціальне і фізичне здоров'я. Л.С. Виготський зазначав, що первинним та найважливішим інститутом соціалізації дитини є сім'я, і саме від дорослих, які перебувають поруч з дитиною від моменту народження, залежить її благополуччя і подальший розвиток. У випадку материнської депривації дитина залишається в небезпеці без свого значимого дорослого, без захисту, любові, турботи. В такій ситуації мозок «включає» механізми збереження й виживання, запускаючи автоматичні програми «бий, біжи або завмири». Немовля не може бити або бігти, тому частіше за все запускається програма завмирання, що відображається на фізіологічному рівні – серцебиття та дихання уповільнюються, тиск знижується, уповільнюється робота органів та систем організму. Б. Перрі вважав, що ресурс мозку реалізує потребу виживання, внаслідок чого затримується розвиток тих структур мозку, які відповідають за вищі психічні функції, уповільнюється розвиток лімбічної системи (ділянок мозку, що відповідають за емоційну гнучкість та емоційну регуляцію) [12].

Для новонародженої дитини важливим є ефект новизни, що постійно стимулює розвиток мозку, але в умовах депривації новизна може сприйматися мозком як загроза й розвиваючий вплив не буде мати бажаного результату, що ще більше звужує «вікно розвитку». В такій ситуації психіка дитини сприймає новизну за відчуттями як загрозу, тому активуються захисні механізми – від завмирання до втечи або боротьби. Парадоксально, але це факт. Така реакція ускладнює процес виховання і навчання дітей, які не відновились після пережитої психотравмуючої ситуації. Мозок такої дитини рухається в напрямку збудливості, виконує функцію збереження. Тому для депривованої дитини можуть бути доступними тільки примітивні реакції. Отже, материнська депривація може мати вплив на розвиток когнітивних функцій, коли відбувається гальмування в розвитку майже всіх часток головного мозку, що відповідають за увагу, уважність (ствол мозку), дрібну моторику і координацію рухів (проміжний мозок і кора), комунікативні та соціальні навички (лімбічна система і кора), мовлення (кора). Пережиті травми в дитинстві зберігаються в пам'яті на довгі десятиріччя або навіть на все життя, що має вплив на поведінку, прийняття рішень, соціальні зв'язки, усклад-

нює комунікацію з іншими людьми, страждає прив'язаність і довіра в майбутніх відносинах з іншими людьми, емпатія, відсутня здатність до планування майбутнього. У психічно травмованої дитини досвід має негативне забарвлення, відповідно для будування майбутнього необхідно змінювати вектор думок, емоцій, дій, для чого важливим є те середовище, в яке потрапить дитина.

Феномен материнської депривації викликає наукову зацікавленість як у зарубіжних дослідників, психоаналітиків, так і серед вітчизняних науковців. Психологи дійшли висновку, що дитинство – фундаментальний період у розвитку особистості. Теоретичні та емпіричні дослідження дітей, які виховувались в умовах материнської депривації, представлені роботами А. Фройд, Р. Шпіц, А. Гупта, Г. Бевз, Р. Немова, Р. Шарма [2; 11]; питання формування психіки і свідомості, розвиток і функціональність головного мозку представлені в наукових роботах О. Соловйова, О. Літвінової [9]; аналіз наслідків пережитих травмуючих ситуацій на фізіологічний та психічний розвиток дитини детально висвітлено в роботі Б. Перрі, Т. Яценко, В. Бондар, І. Євтушенко, які описували в наукових роботах стан психіки та дезадаптацію особистості під впливом психічної депривації [8; 12]; С. Русіна досліджувала психічні та поведінкові розлади у підлітків із депривацією [7]; О. Романчук детально описує наслідки травматизації особистості внаслідок материнської депривації [6]; П. Волкер детально вивчав і досліджував вплив комплексної травматизації особистості через негативний вплив материнської депривації на розвиток дитини [3].

Дослідниками проблеми депривації були Дж. Боулбі, Д. Робертсон, С. Фрейберг, М. Малер, Д. Віннікот, які у своїх працях зводять психічну депривацію у дитячому віці до материнської депривації, до взаємин «мати – дитина». Узагальненню численних досліджень депривації присвячено роботи Й. Лангмейєра та З. Матейчека, які виокремлюють найважливіші потреби дитини в процесі її розвитку і, відповідно, форми депривації та можливості задовольнити ці потреби. Е. Гура під депривацією розуміє втрату чогось важливого, без чого неможливе життя [4].

Дослідження впливу материнської депривації на розвиток дітей, які були позбавлені батьківського піклування, має великі труднощі, адже історію життя кожної дитини можна прослідкувати лише за рахунок аналізу певних документів (судових рішень, розпоряджень служби у справах дітей, медичних висновків про стан здоров'я, характеристик зі шкіл або зі школи-інтернату, де перебували на утриманні діти, висновків інклюзивних центрів надання освітніх послуг дітям, які мають особливості

в психофізіологічному розвитку). Такий метод наукового дослідження належить до архівного і представляє ідеографічний підхід до психологічного дослідження. Такий підхід на сьогодні має певні переваги над номотетичним методом, адже є індивідуально-орієнтованим, який дозволяє вивчити унікальний досвід конкретної особистості й виходячи з цього розробити програми корекції, розвитку саме з урахуванням наявних можливостей конкретної дитини. Особливо в процесі вивчення дітей, які були позбавлені батьківського піклування, цей метод буде найбільш ефективним і дозволить прослідкувати чинники наявних особливостей психологічного розвитку дітей.

В. Дружинін зазначає, що в американській психології під архівним розуміють дослідження (англ. «archival research»), в якому психолог безпосередньо не контактує з об'єктом дослідження, а вивчає його опосередковано через документи та інші записи, продукти діяльності. Останнім часом у наукових психологічних дослідженнях якість дослідження та глибина розуміння вважаються більш важливими, ніж величина вибірки або статистична узагальненість [13; 14].

У дослідженні впливу материнської депривації на психофізіологічний та психосоціальний розвиток дитини брали участь 10 дітей, які всі є дітьми, позбавленими батьківського піклування, віком від 7 до 17 років. Ці діти були передані в замісні сім'ї, тому інформацію щодо історії їхнього життя, психофізіологічного стану можна знайти через роботу з документами, використовуючи саме архівний метод. У цілях збереження персональних даних респондентів їхні дані було зашифровано через присвоєння номерів 1, 2, ... 10. Виконуючи закон про збереження персональних даних дітей у таємниці та право громадян України на нерозголошення персональних даних, було зроблено шифрування респондентів. Відповідно до статі дівчинка чи хлопчик ми означаємо, наприклад 1(д) або 1(х). Цим показано, що йдеться про респондента під номером 1 (д) – дівчинка, 1(х) – хлопчик, вік дітей вказується на момент відібрання з родини.

Аналіз вивчення документів дозволив встановити таке. З результатів аналізу рішення суду про позбавлення батьківських прав стало відомо, що респонденти: 1(х) – 7 років, 2(д) – 4 роки, 3(д) – 2 роки були позбавлені батьківського піклування з причини загрози їхньому життю та здоров'ю, адже соціальна ситуація в родині та залежна поведінка батьків несли небезпеку дітям. З виписки суду було виявлено, що діти жили в умовах соціальної та психоемоційної депривації – мали місце відсутність спілкування, батьківської турботи, задоволення базових потреб дитини. Все це привело до погіршення фізичного та психіч-

ного стану дітей. З аналізу медичних карток встановлено, що діти були тубінфіковані, відставали від однолітків у когнітивному та фізіологічному плані. Роль матері в історії цих дітей пасивна, з відсутністю прагнення до задоволення базових потреб дітей. Діти не відчували материнського тепла, прийняття, що відобразилося на їхньому стані, з яким вони потрапили до замісної сім'ї.

Респондент 4(х) потрапив до державного будинку маляти немовлям. Від малюка мама відмовилась під час народження. На момент народження діагноз – здоровий, як зазначено в медичному анамнезі. Але в півтора року ріст був шістдесят сантиметрів, вага шість кілограмів. Дитину взяли на облік невролога, терапевта, травматолога, офтальмолога. Хлопчик не стояв на ніжках, не повзав, не розмовляв, не вимовляв звуки, емоційно на навколишній світ не реагував. Сильно відставав у психічному, психологічному, когнітивному, фізіологічному розвитку, що зазначено у виписці лікарів на момент усиновлення. Всиновили дитину у півтора року. Можемо припустити, що відсутність любові, догляду, задоволення базових потреб, у тому числі потреби на емоційні та сенсорні стимули (тактильних контактів, ласки, вербального і невербального спілкування між дитиною і мамою), стали причиною дисфункцій у розвитку дитини.

Респонденти 5(д) – 5 років, 6(д) – 10 років виховувались у родині, де мати мала неодноразову судимість, алкогольну залежність, батько невідомий. Старша дівчинка, коли їй було 5 років, стала свідком народження своєї молодшої сестри. Мати примушувала дітей красти, тому діти не сформували нормативну поведінку. Діти мали неналежні побутові умови проживання, погане харчування, постійні хвороби. З боку матері були відсутні прояви турботи, прийняття, діти часто залишалися вдома самі, коли 5-річна дівчинка вимушена була доглядати за молодшою сестрою. За даними медичних карток, на момент влаштування дітей на виховання в дитячий будинок сімейного типу діти відставали у фізичному розвитку від вікової норми. Також діти мали чіткі діагнози порушень когнітивних функцій внаслідок дисфункції головного мозку органічного генезу.

Респонденти: 7(д) – 2 роки, 8(х) – 5 років, 9(д) – 7 років, з аналізу рішення суду про позбавлення батьківських прав стало відомо, що родина мала дуже низький економічний рівень життя. Батько мав інвалідність по зору, мати 11 разів вагітніла, по причині слабкого здоров'я матір не всі вагітності доношувала. Родина жила тільки на пенсію батька, житлові умови були за межами людських: діти разом з батьками спали на підлозі, їли один раз у декілька днів. Дуже часто хворіли, але не

лікувались, тому що в родині не було коштів. Багато років перебувала як родина СЖО (складні життєві обставини) на обліку у соціальної службі. Батьківської турботи діти не отримували, спілкування було емоційно збіднілим, дітей змушували жебракувати. Батько і мати були залежними від алкоголю, тютюну. Зі слів свідків у суді стало відомо, що у стані сп'яніння батьками влаштовувалися бійки, сварки, непристойна сексуальна поведінка, яка приводила до розбещення дітей. Діти постійно були жертвами фізичного, емоційного та сексуального насильства. Це привело до формування спотвореного розуміння світу, людей та себе.

З медичних карток відомо, що на тілі дітей були численні переломи, що говорить про те, що діти переживали фізичне насильство. Психіатром була рекомендована інклюзивна форма навчання та поставлені діагнози: затримка психічного розвитку F 81, 83, 83. Отже, діти мали фізичні, когнітивні та поведінкові проблеми в розвитку внаслідок неналежного батьківського виховання та відсутності материнського тепла, турботи та прийняття і захисту.

Респондент 10(д) віком 1,5 року була вилучена із біологічної родини і переміщена на виховання та проживання в державний дім маляти. З аналізу рішення суду про позбавлення батьківських прав відомо, що батьки були алкогольозалежними, злісно ухилялися від виконання батьківських обов'язків – від виховання та догляду за дитиною, чим наносилась непоправна шкода фізичному і моральному здоров'ю дитини. Свідки у суді говорили, що дитину постійно залишали вдома саму, вона кричала й плакала. В таких умовах у дитини формується хворобливе ставлення до себе і до світу, виникає розуміння, що світ жорстокий та приносить тільки біль. Такі установки приводять дитину до неадекватного сприйняття себе і себе у світі, що травмує своєю чергою психіку і чинить негативний вплив на розвиток особистості. У висновках акта обстеження житлових умов соціальної служби відомо, що побутові умови не придатні до життя, споруда напіврозвалена, елементарні меблі відсутні, відсутня їжа, родина проживає за межами бідності. З медичної картки дитини стало відомо, що дитина мала проблеми з психофізіологічним розвитком. Вивчення характеристики, яку надала школа-інтернат, дає можливість зробити висновки, що у дитини не були сформовані навички самообслуговування, здатність до будь-якої діяльності, в тому числі до навчальної, відсутня мотивація до навчання, дитина не здатна критично оцінювати свої вчинки, має проблеми з однолітками, має проблеми з розумінням будь-яких правил та виконання їх. Призначена інклюзивна форма навчання.

Узагальнюючи дані архівного методу, а саме аналіз таких документів, як: рішення суду про позбавлення батьківських прав, медичні висновки про стан здоров'я дитини (медичні картки), характеристики зі шкіл-інтернатів про поведінковий та соціальний розвиток дітей, висновки про психологічний розвиток та емоційні реакції, надані психологом школи-інтернату, висновки інклюзивного центру щодо когнітивного розвитку дітей, можна зробити такі висновки: материнська депривація впливає на всю особистість і має комплексний вплив на когнітивний, емоційний, поведінковий та соціальний розвиток дитини. Основними ознаками дітей, чиї документи було вивчено, є сформована установка «я поганий і світ поганий». За Е. Берном, така філософія життя може призвести в майбутньому до депресій, залежностей, злочинності та суїцидальної поведінки; формує тривожно уникаючий тип прив'язаності, нерозуміння власних потреб та засобів їх задоволення, недорозвиненість моральної структури особистості, відсутність будь-яких цінностей, нездатність засвоювати шкільний матеріал, несформованість побутових навичок, відсутність мотивації до будь-якої трудової діяльності, слабка фізичне здоров'я, інфантильність та байдужість до навколишнього світу, нездатність приймати самостійні рішення тощо.

Порівняння психологічних складників позитивного та негативного спрямування дитини, яка мала досвід материнської депривації, наведено в таблиці 1 [5].

П. Анохін запропонував модель аферентного синтезу, яка пояснює взаємозв'язок між фізіологічним і психічним світом людини. Теорія функціональних систем П. Анохіна виявилася найбільш ефективним та придатним для психологів варіантом системної методології, в якій було розроблено поняття «системоутворювальний фактор». Цей фактор – результат системи, під яким розуміється корисний пристосувальний ефект у співвідношенні організму і середовища, що досягається у разі реалізації системи. Сенсорні системи – це основа розвитку дитини. Якісне і успішне функціонування ЦНС неможливе без адекватної реакції на зовнішні стимули, які дитина отримує через різні сенсорні канали (зір, слух, тактильні, смак, чуття). Піраміда сенсорного розвитку показує важливість ранніх етапів розвитку ЦНС для функціонування роботи складних «верхніх» поверхів.

Повертаючись до життєвих історій дітей, бачимо, що спільним в їхньому розвитку була нереалізованість базової потреби – потреби у спілкуванні, відсутність належної уваги, позитивного тілесного контакту. Сенсорний вхід у систему мозку і ЦНС не відбувся. А це, за П. Анохіним, – основна умова для подальшого розвитку.

Таблиця 1

Порівняльний аналіз психосоціального розвитку дітей з різними типами материнського ставлення

Позитивне материнське ставлення	Материнська депривація
Когнітивний складник психосоціального розвитку	
Бажання спілкуватись	Відсутність потреби в комунікаціях з іншими людьми
Розуміння правил гри і норм у поведінці	Неприйняття правил гри і норм у поведінці
Активність спрямована на діяльність	Пасивність
Аналіз і висновки щодо вчинків	Мовлення незв'язне, переривисте, нечітке, затримка мовленнєвого розвитку
Формулювання логічного тексту	Нелогічні думки, хаотичні
Наявність абстрактного мислення	Мислення конкретне
Зосереджена увага, працездатність на високому або нормальному рівні	Знижена концентрація уваги швидка втомлюваність
Поведінковий складник психосоціального розвитку	
Створення власних моделей поведінки в грі, творчість у грі	Стереотипність дій
Спонтанна вільна поведінка в грі	Стандартні моделі ігрової діяльності, відсутність творчості
Бажання спілкуватись	Нав'язливі дії з предметами
Пізнавальна активність	Прояви жорстокості, грубості, відсутність емпатії
Врівноважена поведінка	Шаблонність у діях
Емоційний складник психосоціального розвитку	
Активність	Емоційні стани нехарактерні до віку
Стійкий емоційний фон	Різкі зміни настрою, полярність емоцій
Яскравий вираз почуттів	Пасивність
Вільний прояв позитивних емоцій	Дифузна тривога, нереальні страхи
Адекватність в емоційних реакціях	Збіднені фантазії

Довіра до світу в дитини формується завдяки стосункам з мамою. Саме мати відіграє величезну роль в емоційному та духовному розвитку дитини. М. Антонець наголошує, що жінка в родині повинна виховувати дітей у любові, закладаючи міцну духовну основу сімейних стосунків. Через материнське тепло і безумовне прийняття у дитини формується прийняття себе, здорова й адекватна самооцінка, материнська любов формує самоцінність. Дитина, яка зростає в умовах позитивного материнського прийняття, сприймає світ як простір для можливостей, а не як ворожу територію, від якої потрібен постійний захист.

Х. Клауд і Дж. Таунсенд вважають, що від матері ми вчимося близькості, спілкування, вміння тримати дистанцію. Мама вчить нас справлятися з невдачами, тривогами, нездійсненими сподіваннями, втратою, горем. Мати визначає якість емоційного складника особистості, від якого залежить успіх у коханні та роботі [1].

Г. Дім-Вілліє зазначає, що дитина, якою нехтували, виростає дорослим, який буде нехтувати своєю дитиною. З причини того, що дитина не відчувала у своєму житті від значимих дорослих захист, турботу, любов, не вміє і не знає, як турбуватись, захищати, любити. Життєві негаразди, біль і відчуття непотрібності залишають глибокий відбиток на особистості дитини [10].

Материнська депривація стає для дитини стресовою ситуацією, яка постійна, хронічна, супроводжується невизначеністю, непередбаченістю реакцій. Р. Сапольські відзначає, що в умовах хронічного стресу зменшується гіпокамп, який відповідальний за процеси навчання та запам'ятовування, погіршується робота вищих психічних функцій. Своєю чергою відбувається збільшення мигдалевидного тіла мозку, яке відповідає за реакції страху та тривоги; виснажується система, яка регулює дофамін, що призводить до депресії чи перманентних депресивних епізодів. Постійне перевантаження фронтальної кори головного мозку може призвести до втрати самоконтролю та імпульсивної агресивної поведінки, а вплив стресового стану на фронтальну кору головного мозку призводить також до зниження емпатії [15].

У дітей, чії історії стали предметом дослідження, ступінь збудливості нервової системи й усіх інших систем мозку перебував довгий час за межами нормального функціонування внаслідок материнської депривації, що вплинуло на затримку їхнього психічного розвитку.

Характеристиками кожної стадії психічного розвитку виступають соціальна ситуація розвитку, основні новоутворення психіки й особистості та провідна діяльність. Непрожиті етапи розвитку створюють затримку психофізіологічного розвитку в дитини. Саме

з цих причин діти, психіка яких вражена материнською депривацією, дуже відстають у розвитку від своїх однолітків. Різноманітна сумісна діяльність зі своїм дорослим надає стрімкий розвиток у мозку дитини, а з ним розвиваються і когнітивні функції.

Б. Перрі у своїх дослідженнях довів, що психічний стан хлопчика, який ріс серед собак просто у вольєрі разом з ними, мав у своєму розвитку багато негативних наслідків депривації, але на терапію його психіка відреагувала включенням, на відміну від хлопчика, якого від народження до п'яти років просто залишали самого вдома. Першому собаці надавали тактильний зв'язок, емоційний контакт із собакою виявився також «на користь». Другий виріс холоднокровним серійним вбивцею, соціопатом і на суді психіатр Б. Перрі довів присяжним, що в такій соціальній ситуації хлопець просто не міг вирости інакшим. І що «такий» психічний стан – це логічний наслідок материнської депривації на психофізіологічний і психосоціальний розвиток дитини [12].

З аналізу документів респондентів відомо, що вони не йдуть на контакт з однолітками, уникають спілкування, друзів не мають, тримаються на самоті від людей, є випадки крадіжок, брехливість. Інша крайність – це агресія і роздратування, які часто спрямовані на себе, відсутня критика до власної поведінки.

Результати дослідження доводять, що дитина, яка в ранньому дитинстві була позбавлена близьких та доброзичливих стосунків, має своєрідні риси, які межують з патологією. Материнська депривація є складним та мало дослідженим феноменом, а її наслідки є катастрофічними для розвитку когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів психологічного розвитку дитини. Особистість, яка пережила материнську депривацію, потребує глибинних змієнь, змін і наповнювання новими образами, сенсами, думками, враженнями, почуттями, знаннями, повністю новим життям, зміни зсередини й ззовні. Терапевтична замісна сім'я має такий потужний ресурс, як цілодобова робота в усіх можливих напрямках зі зраненою дитиною. Якщо дитина, яка пережила материнську депривацію, буде спрямована до замісної сім'ї, що створить для неї умови для розвитку всіх психічних функцій, а головне – відновить почуття безпеки, любові та прийняття, то дитина зможе відкрити для себе світ та себе в цьому світі.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо в більш глибокому вивченні впливу сімейних форм виховання на зміни в психосоціальному розвитку дитини; розробці та впровадженні програм відповідального батьківства (з метою профілактики соціального сирітства); покращенні програм підвищення кваліфікації для батьків-вихователів, при-

йомних батьків, опікунів та усиновлювачів з метою розширення батьківського потенціалу та батьківських компетенцій; залученні до такої праці діючих прийомних батьків з метою поєднання теорії та практики заради подолання тяжких наслідків материнської депривації серед дітей, позбавлених батьківського піклування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антонець М.О. Роль матері у сучасному суспільстві. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2008. № 21(24). С. 69–76.
2. Бевз Г.М. Сім'ї заміщувальної опіки: соціально-психологічні аспекти. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*: збірник статей АПН України. Університет соціальної та політичної психології. / Редкол.: С.Д. Максименко, М.М. Слюсаревський та ін. Київ: Міленіум, 2005. Вип. 9 (12). С. 104–115.
3. Волкер П. Комплексний ПТСР: керівництво з відновлення від дитячої травми. Київ: вид. «Науковий світ» 2023. 310 с.
4. Гура Е.І. Психічні та поведінкові розлади у дітей підліткового віку, позбавлених батьківського піклування (клініка, діагностика, реабілітація): дис. канд. медичних наук: 2016 «Психіатрія». Дніпропетровськ, 2007. 179 с.
5. Назаревич В., Тарасюк С. Схеми психолого-педагогічних характеристик. Рівне, 2003. 60 с.
6. Романчук О. Сім'я, що зцілює. Основи терапевтичного батьківства дітей, що зазнали скривдження та емоційного занедбання. Львів: «Колесо», 2016. 246 с.
7. Русіна С.М. Психічні та поведінкові розлади у підлітків із соціальною депривацією (причини, клініка, діагностика, лікування): автореф. дис. д-ра мед. наук: 14.01.16. Київ, 2009. 35 с.
8. Самодепривація психіки та дезадаптація суб'єкта: монографія / Т.С. Яценко, В.І. Бондар, І.В. Євтушенко, М.М. Кононова. Київ: Вид-во НПУ імені М. Драгоманова, 2015. 280 с.
9. Соловійов О.В., Літвінова О.В. Портрет психіки на фоні фізичного світу: суб'єктивна оцінка та свобода вибору є рушіями інформаційного процесу мозку. *Психологія і особистість*. 2023. № 1 (23). С. 10–82.
10. Diem-Wille G. Die frühen Lebensjahre: Psychoanalytische Entwicklungstheorie nach Freud, Klein und Bion. Kindle Edition. 2013. 248 p.
11. Spitz R.A. Hospitalism: An inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood. *Psychoanalytic Study of Child*. 1945. Vol. 1. P. 53–74.
12. Perry B., Szalavitz M. The Boy Who Was Raised as a Dog: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook – What Traumatized Children Can Teach Us About Loss, Love, and Healing. Kindle Edition. 2007.
13. Goodwin C. James. Research in Psychology: Methods and Design. 6th ed. P. 388.
14. Holsti O.R. Content analysis for the social sciences and humanities – Reading, Mass, etc., 1969. 240 p.
15. Robert M. Sapolsky. Behave The Biology of Humans at Our Best and Worst. Penquin Press. 2016.
16. Transactional Analysis in Psychotherapy (Condor Books). Paperback. September 30, 1996.

ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF STUDENTS IN THE CONDITIONS OF ARMED CONFLICT

В статті представлені результати дослідження психоемоційного стану студентів в умовах збройного конфлікту. Збройний конфлікт є одним із найвагоміших стресових чинників людства. Для студентів ця ситуація внесла корективи не тільки у форму навчання, а й у пристосування навчатись під час повітряних тривог, відключень електроенергії, засобів зв'язку та бомбардувань. Значного стресового навантаження зазнали студенти з інвалідністю. Окрім повсякденних турбот, які мають ці студенти, під час збройного конфлікту додаються проблеми зі спуском в укриття, яке буває по декілька разів на день. Хочемо зауважити, що укриття не облаштовані для потреб людей з інвалідністю.

Нами було порівняно психоемоційний стан студентів з та без інвалідності в умовах збройного конфлікту та представлена модель формування стійкості. Як показують останні дослідження, студенти мають ознаки тривоги, депресії та стресового розладу. Тому дослідження стійкості студентів до стресових чинників є актуальним на даний час.

Метою дослідження є теоретично та емпірично дослідити психоемоційний стан студентів в умовах збройного конфлікту.

Було проведено емпіричне дослідження за короткою шкалою тривоги, депресії та ПТСР (B.V. Hart, 1996), яка призначена для первинного скринінгу перерахованих симптомів у осіб, що пережили будь-якого роду психічні травми та за короткою шкалою стійкості (The Brief Resilience Scale; B. Smith), що дозволяє в умовах обмеження часу з великою імовірністю визначати стійкість до впливу стресових чинників. Також було додане анкетне опитування. Вибірку становили 135 студентів, із них 83,6% – студенти без інвалідності та 16,4% студенти з інвалідністю.

Новизною теми є виявлення різниці рівня тривоги та депресії, а також формування стійкості у студентів з та без інвалідності в умовах збройного конфлікту.

За результатами дослідження, у більшій частині студентів рівень стресу виявився на високому рівні, але при цьому для майже половини респондентів війна ніяк не вплинула на їх навчання, у іншій ж половині з'явилась тривожність та дратівливість. За результатами короткої шкали тривоги, депресії та ПТСР (B.V. Hart, 1996) маємо наявність у студентів ознаки тривоги та депресії, але при цьому відсутність різниці в наявності порушень психічного стану між студентами з та без інвалідності. На обидві групи респондентів однаково негативно впливає збройний конфлікт в Україні, який позначається на їх психологічному стані.

Стосовно наявності стійкості до стресових чинників серед студентів, яке було проведено за короткою шкалою стійкості (The Brief Resilience Scale; B. Smith), обидві групи студентів мають нормальну (54,82%) та низьку стійкість (42,96%) до стресу, але при цьому відсутня різниця стійкості між

студентами з та без інвалідності до впливу стресових чинників. Знову ж, не має різниці між групами студентів, обидві групи мають однаково стійкість на стресові чинники. Для формування стійкості потрібна адаптація, підтримка з боку викладачів та оточуючих, позитивне мислення.

Тривожність та дратівливість, яка з'явилась у студентів, є нормальним явищем, як під час військових дій в країні так і під час навчання. Враховуючи те, що майже кожен день в країні лунає повітряна тривога, вже це є вагомим приводом для тривожності, навіть для людини з дуже високими показниками стійкості. Респонденти, які мають середній рівень стійкості, можуть протистояти труднощам та шукати вихід із важких ситуацій. Натомість та частина, яка має низький, їм важко долати труднощі, з'являються погані звички, паніка, тривога та депресія.

Ключові слова: збройний конфлікт, студенти, студенти з інвалідністю, стрес, стійкість.

The article presents the results of the study of the psycho-emotional state of students in the armed conflict. Armed conflict is one of the most important stress factors for humanity. For students, this situation made adjustments not only in the form of education, but also in the adaptation to study during air raids, blackouts of electricity, communications and bombings. Students with disabilities experienced significant stress. In addition to the daily worries that these students have, during the armed conflict are added the problems of going to shelter, which happens several times a day. We would like to note that the shelters are not equipped for the needs of people with disabilities. We compared the psycho-emotional state of students with and without disabilities in the conditions of an armed conflict and presented a model of building resilience. According to recent studies, students show signs of anxiety, depression and stress disorder. Therefore, the study of students' resistance to stress factors is currently relevant.

The purpose of the study is to theoretically and empirically investigate the psycho-emotional state of students in the conditions of armed conflict.

An empirical study was conducted on the Brief Anxiety, Depression and PTSD Scale (B.V. Hart, 1996), which is intended for initial screening of the listed symptoms in survivors of any kind of mental trauma, and on the Brief Resilience Scale (B.V. Hart, 1996). Smith), which makes it possible to determine resistance to the influence of stress factors with a high probability under time constraints. A questionnaire was also added. The sample consisted of 135 students, of which 83.6% were students without disabilities and 16.4% were students with disabilities. According to the results of the study, the stress level of the majority of students was at a high level, but at the same time, for almost half of the respondents, the war did not affect their studies in any way, while the other half developed anxiety and irritability.

The novelty of the topic is the identification of the difference in the level of anxiety and depression,

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.12>

Овчаренко О.Ю.

здобувач ступеня доктора філософії з психології,
асистент кафедри психології
Відкритий міжнародний університет
розвитку людини «Україна»

as well as the formation of resilience in students with and without disabilities in conditions of armed conflict.

According to the results of the short scale of anxiety, depression and PTSD (B.B. Hart, 1996), we have the presence of signs of anxiety and depression in students, but at the same time there is no difference in the presence of mental state disorders between students with and without disabilities. Both groups of respondents are equally negatively affected by the armed conflict in Ukraine, which affects their psychological state. Regarding the presence of resilience to stress factors among students, which was conducted according to the brief resilience scale (The Brief Resilience Scale; B. Smith), both groups of students have normal (54.82%) and low resilience (42.96%) to stress, but at the same time, there is no difference in resistance between students with and without disabilities to

the influence of stressful factors. Again, there is no difference between the groups of students, both groups have the same resistance to stressors. Adaptation, support from teachers and others, and positive thinking are needed to build resilience.

Anxiety and irritability that appeared among students is a normal phenomenon, both during military operations in the country and during studies. Given that there are air raids in the country almost every day, this alone is cause for concern, even for someone with a very high resilience score. Respondents who have an average level of resilience can face difficulties and look for a way out of difficult situations. Instead, the part that has a low, they find it difficult to overcome difficulties, develop bad habits, panic, anxiety and depression.

Key words: armed conflict, students, students with disabilities, stress, resilience.

Актуальність наукових рішень. На момент написання статті повномасштабна війна в Україні триває вже понад півтора року.

Хочемо зазначати, що поняття терміну «війна» є у центрі наукового дискурсу. Згідно з даними Кембриджського словника: «Війна – це збройні бої між двома чи більше країнами чи групами» [1].

Велика Українська енциклопедія має наступне визначення цього терміну: «Війна – це соціально-політичне явище, крайня форма розв'язання соціально-політичних, ідеологічних, економічних, територіальних, етнонаціональних, релігійних чи інших суперечностей між державами, народами, націями, урядами, спільнотами або воєнізованими групами, що відбувається за допомогою організованої збройної боротьби» [2].

На сьогодні все важче знайти поняття «війна» в сучасних міжнародних документах. Перевага надається поняттю «збройний конфлікт», яке є більш об'єктивним та широким за змістом та дає змогу охопити більшу кількість ситуацій. Більше того, Статутом ООН не передбачено терміну «війна», натомість використовуються поняття: «застосування сили», «порушення миру», «агресія» тощо [3, с. 561].

Ми у своєму дослідженні будемо намагатись застосовувати термін «збройний конфлікт», який, на нашу думку, розширює поняття війни, та є більш прийнятним терміном у міжнародних документах на сьогодні. Ми вважаємо, що термін «війна» має широке значення і може бути: біологічною, економічною, інформаційною, політичною та не обов'язково із застосуванням зброї, натомість «збройний конфлікт» – це конфлікт будь-якого рівня, головною ознакою якого є застосування зброї, а також одним із критеріїв є невизнання чи не оголошення конфлікту збройним, його тривалості, території охоплення, кількості поранених не впливає на дію міжнародного гуманітарного права [4, с. 179].

За час збройного конфлікту студенти України були змушені навчатись в умовах бомбардування та переселення (деякі студенти та викладачі по сьогодні залишаються за межами свого постійного місця проживання); відключення світла, коли прийшлося пристосовуватись навчатись згідно з графіками відключення, які були різні у кожного студента та викладача. Також додатковим стресовим фактором виявилось повне або часткове пошкодження закладів вищої освіти. За даними МОН, станом на кінець травня 2023 року 3583 закладів освіти в Україні частково пошкоджені через бомбардування, з них 345 – повністю зруйновані, в тому числі 77 пошкоджено ЗВО та 4 знищено [5].

Тому можемо вважати, що це є вагомим приводом для порушення психологічного здоров'я студентів. До того ж, якщо брати академічний стрес у студентів, то аналіз стресу та тривоги показує, що одним із факторів стресу є оцінки/бали викладачів. Академічний стрес впливає на сонливість або потребу спати, наявність депресії та смутку, студенти не почувуються спокійними, не відчувають щастя, не бувають задоволені. До того ж, деякі психологічні зміни, пов'язані зі стресом і занепокоєнням, тісно пов'язані з рівнем самогубства. Важливо підкреслити, що з плином семестру у студентів зростає стрес і занепокоєння. Якщо академічний стрес зростає до серйозних рівнів, у студентів можуть розвинути такі захворювання, як бруксизм, тривога, головний біль. Таким чином, академічний стрес є серйозною проблемою на вищому освітньому рівні [6, с. 16–17]. Тому вважаємо доцільним, щоб заклади вищої освіти організували первинний психологічний скринінг серед студентів на виявлення ознак депресії, тривоги тощо, особливо серед студентів першого курсу.

Аналіз наукових робіт щодо рекомендацій по підвищенню стійкості студентів під час збройного конфлікту показав, що: завдяки розвитку

духовних цінностей можливе формування стресостійкості студентів в умовах війни [7, с. 135]; за допомогою адаптації до нових умов життя та дотримання психологічних умов формування психологічної стійкості, таких як: емоційний інтелект, добробут тут і зараз, взаємна підтримка, інформаційна чистота, ведення щоденника, читання, віра, спілкування, сон, відпочинок, можливо упоратися зі стресовими ситуаціями під час війни [8, с. 12]; для розвитку стресостійкості студентів в умовах воєнного стану важливо застосовувати: релаксаційні техніки, аутогенне тренування, спеціальні рухові активності та фізичні вправи, дихальні техніки, самомасаж, техніки когнітивно-поведінкової терапії, арт-терапевтичні техніки, техніки гештальт-підходу [9, с. 52]; для зниження впливу негативних психогенних факторів та емоційного розвантаження доцільно використовувати метафоричні асоціативні карти, які є інтегративним ресурсом стресостійкості, метод рефреймінгу, арт-вправи, використання копінг-стратегій, використання різних форм мистецтва [10, с. 105–106]; для зниження нервового напруження рекомендовані дихальні вправи та контроль гніву або роздратування, намагатись зменшувати насиченість переживання емоцій тачасно «випускати пар» [11, с. 133]; підтримка сім'ї та психолого-педагогічна допомога фахівців сприяють підвищенню рівня стресостійкості підлітків [12, с. 105].

Тому вважаємо доцільним дослідження психоемоційного стану студентів в умовах збройного конфлікту.

Результати дослідження. Додатково до опитування за шкалами нами було додано анкетні дані. Ми проводили опитування серед студентів на наявність інвалідності. Результати представлено на рисунку 1.

Наявність інвалідності

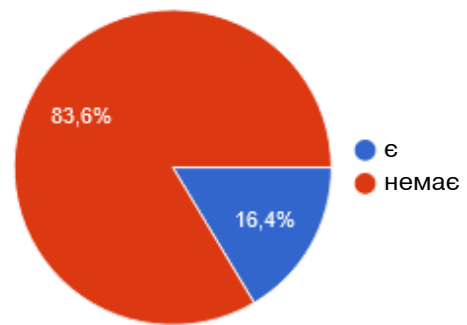


Рис. 1. Кількість студентів з інвалідністю серед респондентів

Разом з тим нами було проведено дослідження щодо кількості студентів з інвалідністю в закладах вищої освіти. Результати приведені у таблиці 1.

Як видно із отриманих даних, кількість студентів з інвалідністю у університетах України менше 1%, тільки в Сумському державному університеті маємо показники трохи більше за 1%. Це говорить про те, що є проблема стосовно навчання студентів з інвалідністю у закладах вищої освіти. Крім того, кількість студентів із сліпотою та вадами зору, які закінчують бакалаврат, набагато менше ніж студентів без інвалідності. Тому є кілька причин, серед них – недосвідченість викладача або інструктора в навчанні студентів з інвалідністю та відсутність знань щодо вимог, доступності та пристосувань, які можуть бути надані для їх підтримки. Коли студенти з інвалідністю отримують необхідну підтримку, вони можуть бути такими ж успішними в навчанні, як і студенти без інвалідності. Чим більше студентів з інвалідністю досягають успіху, тим вони зможуть більше служити взірцем для наслідування

Таблиця 1

Наявність студентів з інвалідністю у закладах вищої освіти

Заклад вищої освіти	2018–2019	2019–2020	2020–2021	2021–2022	2022–2023	2023–2024
Навчається студентів з інвалідністю (кількість та % від загальної кількості студентів)						
Відкритий міжнародний університет «Україна»	Немає даних	Немає даних	Немає даних	Немає даних	585	Немає даних
Київський національний університет ім. Тараса Шевченка	Немає даних	Немає даних	269/ 0,96%	285/ 0,94%	267/ 0,94%	Немає даних
Центрально-український державний університет ім. В. Винниченка	55	56	58	52	44	Немає даних
Черкаський національний університет ім. Богдана Хмельницького	318	86/ 0,64%	75/ 0,61%	85/ 0,63%	62/ 0,41%	Немає даних
КПІ ім. Ігоря Сікорського	Немає даних	35/ 0,92%	26/ 0,62%	4/ 0,19%	31/ 0,75%	Немає даних
Хмельницький національний Університет	Немає даних	49/ 0,71%	49/ 0,76%	51/ 0,71%	52/ 0,64%	Немає даних
Сумський державний університет	Немає даних	84/ 1,23%	60/ 0,89%	79/ 1,2%	81/ 1,35%	Немає даних
Миколаївський національний університет ім. М.О. Сухомлинського	Немає даних	0,32%	0,36%	0,64%	0,84%	Немає даних

та сприяти подоланню бар'єрів, які залишаються на шляху до успіху цих студентів [14]. Інша проблема навчання студентів з інвалідністю в закладах вищої освіти – відсутність допоміжних технологій. Відсутність або обмежене володіння допоміжними технологіями та фінансові обмеження є основними перешкодами для використання цих допоміжних технологій серед студентів. Студенти з вадами зору стикаються з багатьма проблемами під час доступу до допоміжних технологій для навчання, особливо в країнах із низьким середнім рівнем доходу [15, с. 805].

Якщо навіть брати навчання студентів медичних вищих навчальних закладів, то вони не отримують достатньо матеріалів та знань про інвалідність під час медичного навчання. Одним із рішень цієї проблеми є включення в навчальну програму [16].

І як ми вважаємо, причиною замалої кількості студентів в закладах вищої освіти, є те що тільки 05.09.2017 було прийнято новий Закон України «Про освіту», де було закріплено на законодавчому рівні право на здобуття освіти дітей з особливими освітніми потребами, незалежно від «встановлення інвалідності» [19]. До цього діти з інвалідністю в основному навчались в спеціальних закладах освіти. Тому вони не мали змогу вступити до ЗВО в загальному порядку та здати ЗНО на бал, який їм дасть змогу вступити до ЗВО.

Як зазначалось на початку збройного конфлікту, велика кількість людей була змушена покинути свої домівки та стати біженцями/вимушеними переселенцями. Згідно з оперативними даними, станом на 19.09.2023 р. кількість біженців з України в Європу становить 5 828 000,00; кількість біженців з України за межі Європи – 369 200 станом на 19.08.2023 р. та станом на 19.09.2023 р. всього зафіксовано біженців з України по всьому світі – 6 197 200,00 [13]. Тому результати місце перебування респондентів на момент заповнення анкети приведені на рисунку 2.

Крім того, нами було проведено коротке опитування, яке включало наступні питання:

Місце перебування на момент заповнення анкети

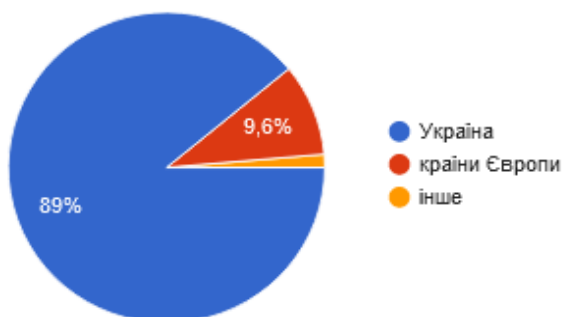


Рис. 2. Місце перебування респондентів на момент заповнення анкети

– оцініть Ваш рівень стресу до війни за шкалою від 1 до 3 (де 1 – сильний рівень стресу; 2 – нейтральний рівень; 3 – слабкий рівень стресу);

– оцініть Ваш рівень стресу в період війни за шкалою від 1 до 3 (де 1 – сильний рівень стресу; 2 – нейтральний рівень; 3 – слабкий рівень стресу).

Результати наведені на рисунку 3 та 4.

Враховуючи те, що респонденти є студентами, які навчаються в умовах збройного конфлікту, ми вважали доцільним запитати: Як війна вплинула на Ваше навчання? Результати зображені на рисунку 5.

Згідно з результатами, більша частина студентів на момент дослідження знаходилась на території України та в них рівень стресу виявився на високому рівні в період війни, але при цьому для майже половини респондентів війна ніяк не вплинула на їх навчання, у іншій ж половині з'явилась тривожність та дратівливість.

Роблячи висновки по першій частині, ми вважаємо, що тривожність та дратівливість, яка з'явилась у студентів, є нормальним явищем як під час військових дій в країні, так і під час навчання. Враховуючи те, що майже кожен день в країні лунає повітряна тривога, вже це є вагомим приводом для тривожності, навіть

Оцініть Ваш рівень стресу до війни за шкалою від 1 до 3 (де 1 – сильний рівень стресу; 2 – нейтральний рівень; 3 – слабкий рівень стресу)

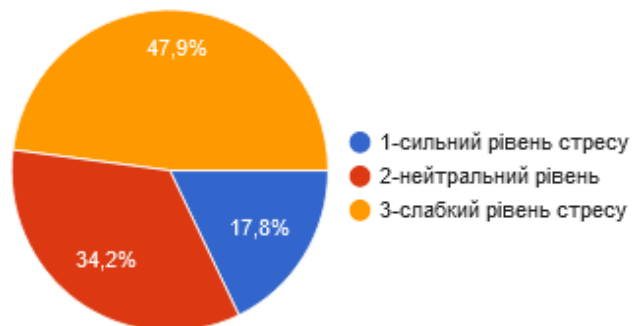


Рис. 3. Рівень стресу до війни у респондентів

Оцініть Ваш рівень стресу в період війни за шкалою від 1 до 3 (де 1 – сильний рівень стресу; 2 – нейтральний рівень; 3 – слабкий рівень стресу)



Рис. 4. Рівень стресу в період війни у респондентів

для людини з дуже високими показниками стійкості.

Далі нами було використано коротку шкалу тривоги, депресії та ПТСР, що складається з десяти запитань, на які треба відповісти «так» чи «ні». При обробці результатів нами було підраховано кількість ствердних відповідей: чим більше відповідей «так», тим більше виражені негативні психологічні наслідки тривоги, депресії та можливо ПТСР. «Пороговим» значенням для визначення наявності порушень психічного стану є більш 4 відповідей «так».

В зв'язку з тим, що серед респондентів були студенти з та без інвалідності, тому ми розділили їх на 2 групи та зробили висновки, чи студенти з інвалідністю мають більший рівень тривожні та депресії ніж студенти без інвалідності.

Як показник надійності, нами було розраховано коефіцієнт варіації (CV). Коефіцієнт осциляції ми використали, як додатковий показник визначення так званої «слабкої ланки».

Результати вираженості тривоги та депресії у студентів з та без інвалідності наведено в таблиці 2.

З табличних результатів, виходить що p -value вище 0,05, тому для наших даних застосовується нульова гіпотеза, а докази проти неї слабкі. В даному випадку нульова гіпотеза вірна та можемо стверджувати про відсутність різниці в наявності порушень психічного стану між студентами з та без інвалідності та немає зв'язку за рівнем тривожності та депресії між студентами з та без інвалідності.

Коефіцієнт варіації (CV 34% та 31% >25%) має високе коливання, тому сукупність є значною та однорідною. За даними коефіцієнта осциляції, можемо відкинути як «слабку ланку», оскільки показник на високому рівні, тобто чим менший цей коефіцієнт, тим менш ризикована відповідна стратегії для матриці.

Якщо брати загальну кількість позитивних відповідей більше «4» (дві групи студентів), то:

60% мають в наявності порушення психічного стану, ознаки тривоги та депресії, та відповідно 40% не мають.

Отже, із отриманих даних робимо висновок про наявність у студентів ознаки тривоги та депресії, але маємо відсутність різниці в наявності порушень психічного стану між студентами з та без інвалідності. Тобто немає значення, студент має інвалідність чи ні, на нього однаково впливає збройних конфлікт в Україні, який негативним шляхом позначається на їх психологічному стані.

Наступне, ми визначили, чи студенти без інвалідності більш стійкі до впливу стресових чинників, ніж студенти з інвалідністю за короткою шкалою стійкості (The Brief Resilience Scale; B.Smith). Шкала складається з шести тверджень та передбачає відповіді: «повністю не згоден», «не згоден», «нейтральний», «згоден» та «повністю згоден». Показник «стійкості» розраховується як сума балів за всіма твердженнями, але три твердження є прямими і три – зворотними.

Результати вираженості стійкості у студентів з та без інвалідності представлені в таблиці 3.

За нашими даними, результати p -value вище 0,05, тому застосовується нульова гіпотеза, а докази проти неї слабкі. Нульова гіпотеза вірна та не існує зв'язку між стійкістю у студентів з та без інвалідності.

Стосовно коефіцієнта варіації при низькій стійкості обох груп (CV 17% та 16% <25%), маємо середнє коливання, що можна вважати сукупність в межах однорідності. Та, відповідно, коефіцієнт варіації при нормальній стійкості обох груп (CV 10% >10% та 13% <25%) має середнє коливання, але близьке до низького, сукупність можна вважати слабкою. Згідно з даними коефіцієнта осциляції, то групу з низькою стійкості можна відкинути як «слабку ланку», на відміну від групи з нормальною стійкістю, де коефіцієнт осциляції має низьке значення, тобто чим менший цей

Таблиця 2

Вираженість рівня тривоги та депресії у студентів з та без інвалідності

Показники	Студенти з інвалідністю, показник позитивних відповідей більше «4»	Студенти без інвалідності показник позитивних відповідей більше «4»	Студенти з та без інвалідності показник позитивних відповідей більше «4»
N	15	63	78
M±m	6,42±0,57	6,46±0,25	6,45±0,22
Станд. відх	2,13	1,98	1,99
Коеф. Варіації, CV (%)	34%	31%	31%
Коеф. осциляції (%)	95%	93%	93%
P(T<=t) one-tail	0,4740		
t Critical one-tail	1,6657		
P(T<=t) two-tail.	0,9480		
t Critical two-tail	1,9925		

Примітка: M±m: M-середнє значення; m: помилка середньої арифметичної; $\alpha=0,05$

Вираженість рівня стійкості у студентів з та без інвалідності

Показники	Низька стійкість студенти без інвалідності	Низька стійкість студенти з інвалідністю	Нормальна стійкість студенти без інвалідності	Нормальна стійкість студенти з інвалідністю
N	46	11	63	10
M±m	2,37±0,06	2,35±0,11	3,46±0,04	3,27±0,15
Станд. відх	0,41	0,35	0,36	0,45
Коеф. Варіації, CV (%)	17%	16%	10%	13%
Коеф. осциляції (%)	70%	82%	34%	40%
P(T<t) one-tail	0,4357		0,0777	
P(T<t) two-tail	0,8714		0,1554	
t Critical one-tail	1,6735		1,6669	
t Critical two-tail	2,0048		1,9944	

Примітка: M±m: M-середнє значення; m: помилка середньої арифметичної; α=0,05

коефіцієнт, тим менш ризикована відповідна стратегія для матриці.

Якщо брати загальну кількість респондентів, то: 54,82% мають нормальну стійкість; 42,96% – низьку стійкість та 2,22% – високу.

Отже, із отриманих даних робимо висновок, що обидві групи студентів (з та без інвалідності) мають нормальну стійкість та низьку стійкість до стресу, але при цьому відсутня різниця стійкості між студентами з та без інвалідності до впливу стресових чинників. Згідно з цим, наявність нормальної стійкості у студентів пояснюється тим, що з початку війни пройшло вже півтора року, та студенти адаптувались до екстремальних умов. Для студентів, які мають низьку стійкість, вони не пристосувались до умов війни та дуже тривожно реагують на навколишні події, що можемо вважати нормою в умовах збройного конфлікту.

Із отриманих результатів дослідження можемо зробити модель формування стійкості

у студентів. Головним чином, для формування стійкості потрібна адаптація, підтримка з боку викладачів та оточуючих, позитивне мислення. Модель формування стійкості наведена на рисунку 6.

Дискусія. Результати проведеного дослідження демонструють, що обрані методи дослідження в цілому показують стан респондентів в період збройного конфлікту в Україні. В свою чергу, дослідження інших науковців стверджують наявність стресу у студентів. Разом з тим за показниками життєстійкості люди з інвалідністю не відрізняються від здорових людей [17, с. 222]. Крім того, у студентів з інвалідністю та без інвалідності життєстійкість в межах норми, що говорить про відсутність зв'язку між студентами з та без інвалідності [18, с. 54]. Втім, зазначимо, що на результат впливає кількість респондентів. В нашому дослідженні тільки 16,4% є студентами з інвалідністю, що є не достатнім для пов-

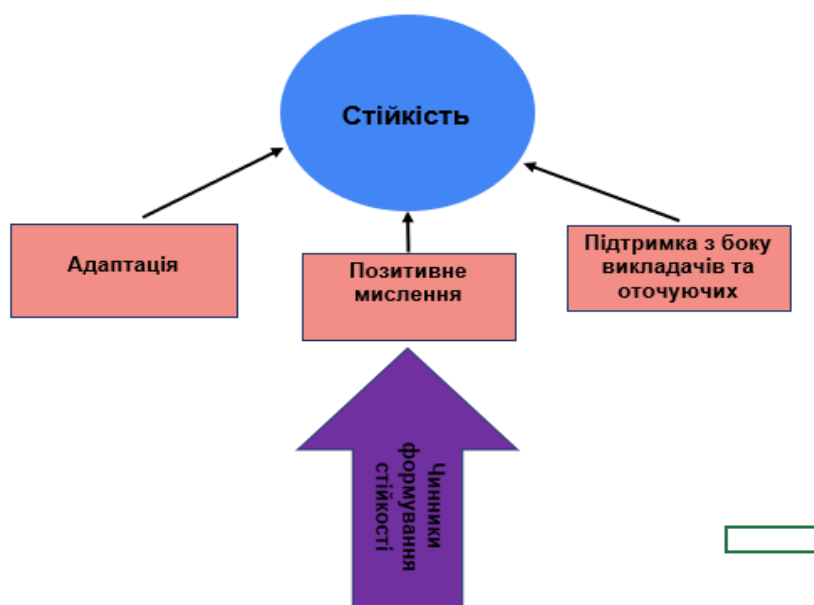


Рис. 6. Модель формування стійкості

ного розуміння впливу збройного конфлікту на їхній психологічний стан. Занадто мала кількість студентів пояснюється, як показали наші результати, замалою кількістю студентів з інвалідністю у закладах вищої освіти (в середньому ≤ 1). Причиною тому є, як ми вважаємо, те, що тільки 05.09.2017 (6 років тому) було прийнято новий Закон України «Про освіту», де закріплено на законодавчому рівні право на здобуття освіти дітей з особливими освітніми потребами, незалежно від «встановлення інвалідності» [19]. Тобто ті студенти, які були серед респондентів, не мали змоги навчатись в інклюзивних класах та, можливо, отримували середню освіту в спеціалізованих школах для інвалідів. У тому числі заклади вищої освіти поступово впроваджують систему інклюзивної освіти, оскільки вищі навчальні заклади мають бути пристосовані для потреб навчання студентів з інвалідністю, що не завжди є архітектурно можливим та є значним фінансовим навантаженням на заклади освіти.

Висновки. З огляду на результати проведеного дослідження можна стверджувати про наявність у студентів ознак тривоги, депресії та стресу в період збройного конфлікту в Україні. Студенти мають середній (нормальний) рівень стійкості. Однак немає різниці між наявністю тривоги/депресії та стійкості між студентами з та без інвалідності. Ми вважаємо, адаптація сприяє наявності низьких показників тривоги серед студентів та формуванню стійкості до стресових чинників. Для формування стійкості потрібна адаптація, підтримка з боку викладачів та оточуючих, позитивне мислення.

Подальше наше дослідження буде спрямоване на вивчення адаптації студентів до умов навчання у військовий час.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Сайт: Cambridge Dictionary. [dictionary.cambridge.org](https://dictionary.cambridge.org/english/war). URL: <https://dictionary.cambridge.org/english/war>.
2. Сайт: Електронна версія «Велика українська енциклопедія». URL: <https://vue.gov.ua/%D0%92%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0>.
3. Bekhruz, Kh.N. The concept of war in international law: problems of conceptualization. *Juridical scientific and electronic journal*. 2023. P. 558–561. DOI: 10.32782/2524-0374/2023-2/132.
4. Топольницька М.І. Критерії визначення збройного конфлікту в міжнародних нормативно-правових актах. *Науковий вісник Ужгородського Національного університету: серія: Право*. Ужгород: Видавничий дім «Гельветика», 2017. Т. 3. Вип. 47. С. 177–180. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/33866>.
5. Сайт: Міністерство освіти і науки України. URL: saveschools.in.ua.
6. Lobato-Baez, Mariana, Morales-Rosales, Luis Alberto, Algreto-Badillo, Ignacio, Rodríguez-Rangel, Héctor. Analysis of stress and anxiety in university students to identify correlated factors. *Journal of Educational Theory*. 2021. P. 10–19. DOI: 10.35429/JET.2021.13.5.10.19.
7. Цимбалюк М., Жигайло Н. Формування стресостійкості студентів в умовах війни для правового та євроінтеграційного процесів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. С. 128–136. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2022.spec.17>.
8. Жигайло Н., Шолубко Т. Формування психологічної стійкості студентів ЗВО під час війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. Вип. 14. С. 3–14. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2022.14.1>.
9. Мороз Л.І., Сафін О.Д. Модель розвитку стресостійкості здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану. Київ: *Вчені записки ТНУ ім. В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 33(72) № 5. 2022. С. 48–53 DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.5/08>.
10. Грузинська І.М. Проблема емоційного реагування на стресові ситуації в умовах воєнного стану. Київ. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук*. пр. 2022. Вип. 2(21). С. 97–107. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/59158>.
11. Хоменко-Семенова Л., Прохоренко Я. Вплив інформаційного контенту на емоційну стійкість студентів ЗВО в умовах воєнного стану. Київ: *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук*. пр. 2022. Вип. 1(20). С. 129–134. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/58489>.
12. Журба К. Війна як чинник впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків. *Нова педагогічна думка*. 2022. Том 110. Вип. 2. С. 105–109 DOI: <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2022-110-2-105-109>.
13. Сайт: of Operational Data Portal. Ukraine Refugee Situation. (ODP). URL: https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine#_ga=2.125435210.1171454164.1680007933-2051047251.1651146256.
14. Barbara R Heard. Supporting students with blindness and visual impairments in microbiology. *FEMS Microbiology Letters*. 2023. Volume 370. DOI: <https://doi.org/10.1093/femsle/fnad029>.
15. Suraj Singh Senjam, Allen Foster & Covadonga Bascaran. Barriers to using assistive technology among students with visual disability in schools for the blind in Delhi, India. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*. 2021. №16:7. P. 802–806. DOI: 10.1080/17483107.2020.1738566.
16. Paige C. Chardavoine, April M. Henry, Karin Sprow Forté. Understanding medical students' attitudes towards and experiences with persons with disabilities and disability education. *Disability and Health Journal*. 2022. Volume 15, Issue 2. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2021.101267>.
17. Чиханцова О.А. Психологія становлення життєстійкості особистості: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Київ: Нац. акад. пед. наук України. Ін-т психології ім. Г. С. Костюка, 2021. С. 40.
18. Овчаренко О. Життєстійкість студентів з інвалідністю та без інвалідності в умовах війни. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2023. 1(17). С. 47–55. URL: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.1\(17\).7](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.1(17).7).
19. Закон України «Про освіту» № 2145-VIII від 05.09.2017. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>.

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ МЕДІАОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ В ДОШКІЛЬНИКІВ ТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

STUDY OF THE EFFECTIVENESS OF THE USE OF MEDIA-EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN THE FORMATION OF A TOLERANT ATTITUDE TOWARDS CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS IN PRESCHOOLERS

У статті висвітлено результати дослідження, спрямованого на визначення ефективності використання засобів медіаосвітніх технологій при формуванні в дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами. Необхідність даного дослідження зумовлена невпинним зростанням кількості дітей з особливими освітніми потребами та впровадженням системи інклюзивної освіти, яка передбачає реалізацію права на освіту абсолютно всіх дітей. Для успішного впровадження інклюзивного навчання в заклади дошкільної освіти слід заздалегідь підготувати всіх учасників освітнього процесу. Надзвичайно важливу роль в цьому процесі відіграє толерантне ставлення всіх учасників навчально-виховного процесу до дітей з особливими освітніми потребами. Формування толерантного ставлення дошкільників до дітей з особливими освітніми потребами є сьогодні надзвичайно актуальним. Саме тому доцільним було визначити рівень знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами та дослідити рівень впливу засобів медіаосвітніх технологій на формування у дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами.

Відповідно до поставленої мети було проведено дослідно-експериментальну роботу, яка включала ряд заходів: спостереження за взаємодією дошкільників із дітьми з особливими освітніми потребами; анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами»; ознайомчу бесіду «Особливості дітей з особливими освітніми потребами»; бесіди за змістом казок «Кривенька качечка» та «Хлопчик-Мізинчик»; перегляд відеоролику за оповіданням В. Сухомлинського «Як Сергійко навчився жаліти»; перегляд мультфільмів «Соловейко з одним крилом», «Іжачок»; підсумкове заняття «Кожен з нас особливий».

Ключові слова: толерантне ставлення, діти з особливими освітніми потребами, засоби медіаосвітніх технологій, освітній

процес, інклюзивна освіта, особливі освітні потреби, нормотипові діти.

The article highlights the results of a study aimed at determining the effectiveness of the use of media-educational technologies in the formation of a tolerant attitude towards children with special educational needs in preschoolers. The need for this study is due to the constant growth of the number of children with special educational needs and the implementation of the inclusive education system, which provides for the realization of the right to education of absolutely all children. For the successful implementation of inclusive education institutions, all participants in the educational process should be prepared in advance. An extremely important role in this process is played by the tolerant attitude of all participants in the educational process towards children with special educational needs. Forming a tolerant attitude of preschoolers towards children with special educational needs is extremely relevant today. That is why it was appropriate to determine the level of knowledge of preschoolers about children with special educational needs and to investigate the level of influence of media-educational technologies on the formation of a tolerant attitude of preschoolers towards children with special educational needs.

In accordance with the set goal, research and experimental work was carried out. It included a number of measures: observation of the interaction of preschoolers who have visual impairments with special educational needs; questionnaire "determining the level of knowledge of preschoolers about children with special educational needs"; introductory discussion "Features of children with special educational needs"; conversations on the content of the cartoons "Crooked Duck" and "Little Boy"; watching a video based on the story of V. Sukhomlinsky "How Sergiyko Learned to Pity"; watching cartoons "Nightingale with one wing", "Hedgehog"; final lesson "Each of us is special".

Key words: tolerance, tolerant attitude, special educational needs, means of media educational technologies, inclusive education, educational process, typical children.

УДК [373.2-056.36:316.647.5]:004.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.13>

Субашкевич І.Р.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи
Львівський національний університет імені Івана Франка

Червінська Ю.Я.

магістрантка II курсу факультету педагогічної освіти
Львівський національний університет імені Івана Франка

Вступ. Забезпечення прав і свобод кожної дитини, залучення абсолютно всіх дітей до участі в освітньому процесі є головною метою системи інклюзивної освіти. Для того, щоб система інклюзивної освіти була дієвою, необхідні значні зусилля від усіх учасників освітнього процесу. Для успішного включення в навчальний процес закладу дошкільної освіти дітей з особливими освітніми потребами, необхідно підготувати усіх учасників навчально-виховного процесу, особливо дошкіль-

ників. Важливе значення має спосіб та якість взаємодії дошкільників з дітьми з особливими освітніми потребами [1]. Основою взаємодії між людьми, дітьми є толерантність. Вона дає можливість уникати конфліктів чи згладжувати вже наявні, краще розуміти один одного, об'єктивно оцінювати ситуацію, сприймати та поважати інших такими, якими вони є. Метою виховання толерантності у дошкільників є стійкість до конфліктів та розвиток різноманітних форм взаємодії між однолітками і дорослими.

Рівень залучення дітей з особливими освітніми потребами до участі в усіх сферах діяльності групи закладу дошкільної освіти повністю залежить від рівня толерантності дорослих та дошкільників, які їх оточують. Саме тому успішне включення таких дітей можливе лише за умови толерантного ставлення до них [3; 4].

Проблеми інклюзивної освіти висвітлені у працях таких вітчизняних вчених: А. Колупаєвої, І. Мартиненка, В. Ткачука, М. Шеремет, Т. Бута. Проблема толерантності відображається в працях таких сучасних дослідників: О. Гриви, І. Палько, Т. Білоус, Н. Якси, О. Дубасенюк, Т. Поніманської, А. Богуш, Н. Гавриш, І. Дичківської. Шляхи формування толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами засобами медіаосвітніх технологій представлені у роботах І. Субашкевич, В. Корніат, В. Лободи [5]. Різноманітні методи, моделі та концепції медіаосвіти висвітлені у працях І. Жилавської, Г. Онковича, О. Барішпольця, Л. Мастермана.

Для того, щоб дослідити рівень впливу засобів медіаосвітніх технологій на формування у дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами, необхідно спершу визначити початковий (вже наявний) рівень знань дошкільників про таких дітей.

Незважаючи на актуальність даної теми, а саме формування у дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами засобами медіаосвітніх технологій, вивчення багатьох питань не є достатнім та потребує детального аналізу. До них можна віднести аналіз проблем, які виникають в процесі взаємодії дошкільників і дітей з особливими освітніми потребами, вивчення результативності та доцільності використання засобів медіаосвітніх технологій при формуванні у дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами.

Виклад основного матеріалу. У 2010 році в Україні затвердили концепцію розвитку інклюзивного навчання. Ця концепція була розроблена для вирішення важливих питань щодо забезпечення права на якісну освіту дітей з особливими освітніми потребами. Застосувавши цю концепцію на практиці в освітніх закладах, зокрема в закладах дошкільної освіти, було виявлено ряд проблем. До таких проблем належить інформаційна недостатність у дошкільників щодо дітей з особливими освітніми потребами, упереджене ставлення до таких дітей з боку однолітків [2]. Ці проблеми стають перешкодою на шляху повноцінного функціонування системи інклюзивної освіти в закладах дошкільної освіти і тому потребують вивчення та вирішення.

Метою статті є розкрити рівень впливу медіаосвітніх технологій, як засобу формування

у дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами.

Для достовірності визначення результатів проведення експериментальної роботи в старшій групі дошкільників, анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами» проводилось до початку і після завершення експериментальної роботи у двох групах дошкільників – експериментальній (ті, з якими безпосередньо була проведена експериментальна робота) і в контрольній.

Згідно з результатами анкетування, яке було проведено в експериментальній групі дошкільників до початку експериментальної роботи, було виявлено, що 25% респондентів знають відповідь на запитання № 2 «Хто такі діти з особливими освітніми потребами?»; 75% опитаних дошкільників не могли відповісти на це запитання. Більшість дошкільників розуміють, що діти з особливими освітніми потребами – це не звичайні (нормотипові) діти, але не розуміють яка саме відмінність у них є. Проаналізувавши відповіді дітей на запитання № 4 «Чи любиш ти гратися з дітьми з особливими освітніми потребами?» ми зауважили, що 66,6% респондентів налаштовані на взаємодію з дітьми з особливими освітніми потребами. За результатами відповідей дошкільників на запитання № 5 «Чому ти любиш / не любиш гратися з такими дітьми?» ми побачили, що 66,6% дошкільників налаштовані на спільну діяльність з дітьми з особливими освітніми потребами, але часто не розуміють причин їхньої поведінки та вчинків і це непорозуміння стає причиною того, що дітей з особливими освітніми потребами уникають. Непорозуміння серед нормотипових дітей та дітей з особливими освітніми потребами породжені, насамперед, недостатністю інформації про дітей з особливими освітніми потребами. Всі дошкільники (100%) погодились, що дітям з особливими освітніми потребами необхідно допомагати, що було відповіддю на запитання № 6 «Чи потрібно допомагати дітям з особливими освітніми потребами?» Відповідаючи на запитання № 7 «Чому потрібно / не потрібно допомагати таким дітям?», 43,4% респондентів показали, що не розуміють, чому таким дітям потрібно допомагати, а 66,6% опитаних дошкільників розуміють, чому дітям з особливими освітніми потребами необхідна допомога. Результати відповідей дошкільників на запитання № 8 «Як ти можеш допомогти дітям з особливими освітніми потребами?» вказують на низький рівень обізнаності дошкільників щодо дітей з особливими освітніми потребами, їхніх особливостей, труднощів, з якими вони стикаються кожного дня. Більшість нормотипових дітей, 83,4%, не знають, як саме потрібно допомагати дітям з особливими

освітніми потребами. Вони вважають, що поскладати іграшки за таким дітьми чи виконати замість них якусь завдання – це і є допомога. Лише 16.6% дошкільників розуміють як насправді можна допомогти дітям з особливими освітніми потребами.

Після проведення анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами» із дошкільниками експериментальної групи було проведено експериментальну роботу, яка була спрямована на формування в них толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами засобами медіаосвітніх технологій. Ця робота включала спостереження за взаємодією дошкільників з дітьми з особливими освітніми потребами, ознайомчу бесіду «Особливості дітей з особливими освітніми потребами», бесіди за змістом казок «Кришенька качечка», «Хлопчик-Мізничок», перегляд відеоролику за оповіданням В. Сухомлинського «Як Сергійко навчився жаліти», перегляд мультфільмів «Соловейко з одним крилом», «Іжачок», проведено підсумкове заняття «Кожен з нас особливий».

Після проведення цієї роботи в експериментальній групі дошкільників було повторно проведено анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами». Результати повторного анкетування суттєво відрізняються від попереднього. На запитання № 2 «Хто такі діти з особливими освітніми потребами?» знали відповідь 83.3% опитаних дошкільників. Результати відповідей дітей показали, що вони розуміють, хто такі діти з особливими освітніми потребами, які в них можуть бути особливості чи які труднощі можуть виникати у таких дітей. Згідно з результатами відповідей на запитання № 4 «Чи любиш ти гратися з дітьми з особливими освітніми потребами?» налаштованість на взаємодію та спільну ігрову діяльність з дітьми з особливими освітніми потребами серед нормотипових дітей зросла. Після проведення експериментальної роботи дошкільники експериментальної групи почали краще розуміти дітей з особливими освітніми потребами, а тому стали частіше взаємодіяти з ними. Аналізуючи результати відповідей респондентів на запитання № 5 «Чому ти любиш / не любиш гратися з такими дітьми?», можна зазначити, що дошкільники, зазвичай, не хочуть поступатися власним інтересам на користь інших дітей. Їм важко відмовитись від власних бажань чи потреб. Це зумовлено психологічними особливостями розвитку дітей дошкільного віку, а також іншими факторами (упереджене ставлення до дітей з особливими освітніми потребами з боку дорослих, однолітків; негативний досвід спілкування чи взаємодії з такими дітьми). Свою налашто-

ваність на взаємодію з дітьми з особливими освітніми потребами проявили 58.3% опитаних дошкільників. Їхні відповіді продемонстрували, що вони готові до співпраці і не бояться труднощів, які можуть виникнути в процесі взаємодії з такими дітьми. Відповіді респондентів на запитання № 6 «Чи потрібно допомагати дітям з особливими освітніми потребами?» залишилися незмінними, 100% дошкільників вважають, що такі діти потребують допомоги. Згідно з результатами відповідей на запитання № 7 «Чому потрібно / не потрібно допомагати таким дітям?» всі дошкільники (100%) усвідомлювали, чому потрібно допомагати дітям з особливими освітніми потребами. Аналізуючи відповіді на запитання № 8 «Як ти можеш допомогти дітям з особливими освітніми потребами?», можна зазначити, що всі респонденти (100%) наводили конкретні приклади допомоги дітям з особливими освітніми потребами. Вони розуміють, що допомога – це не тільки поскладати іграшки, а й допомогти виконати завдання, допомогти спуститися чи піднятися по сходах, просто погратися. Водночас дошкільники розуміють, що надмірна допомога і опіка не приносить користі для дітей з особливими освітніми потребами.

Порівнявши результати анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами» в експериментальній групі дошкільників до початку проведення експериментальної роботи та після її завершення, можна зазначити, що обізнаність дошкільників щодо дітей з особливими освітніми потребами зросла на 30.6%.

Згідно з результатами анкетування, яке було проведено до початку експериментальної роботи в контрольній групі дошкільників, було виявлено, що 16.6% опитаних дошкільників знали відповідь на запитання № 2 «Хто такі діти з особливими освітніми потребами?». Більшість респондентів, 83.4%, не могли дати відповідь на це запитання. Аналізуючи відповіді дошкільників на запитання № 4 «Чи любиш ти гратися з дітьми з особливими освітніми потребами?», можна зазначити, що 58.3% опитаних дошкільників налаштовані на спільну взаємодію з дітьми з особливими освітніми потребами, інші, 41.7%, респондентів займають нейтральну позицію щодо таких дітей. Половина дошкільників контрольної групи (50%) не прагнуть налагоджувати стосунки з дітьми з особливими освітніми потребами, інші 50% дошкільників налаштовані на спільну діяльність з такими дітьми. Такі висновки можна зробити, проаналізувавши відповіді респондентів на запитання № 5. Відповідаючи на запитання № 6 «Чи потрібно допомагати дітям з особливими освітніми потребами?», всі дошкільники стверджували, що дітям з осо-

бливими освітніми потребами необхідна допомога. Аналізуючи відповіді респондентів на запитання № 7 «Чому потрібно / не потрібно допомагати таким дітям?», можна зазначити, що 50% опитаних дошкільників розуміли, чому таким дітям необхідна допомога, а 50% дошкільників не могли дати відповідь на це запитання. На запитання № 8 «Як ти можеш допомогти дітям з особливими освітніми потребами?» 66.7% респондентам було важко відповісти, вони не розуміли, як саме можна допомагати таким дітям; 33.3% дошкільників контрольної групи дали правильні відповіді на це запитання.

Після проведення повторного анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами» контрольної групи дошкільників, які не брали участі в експериментальній роботі, їхні відповіді дещо змінилися. На запитання № 2 «Хто такі діти з особливими освітніми потребами?» 75% респондентів не знали відповіді, правильну відповідь на це запитання дали 25% опитаних дошкільників. Проаналізувавши відповіді дошкільників на запитання № 4 «Чи любиш ти гратися з дітьми з особливими освітніми потребами?», можна зазначити, що кількість респондентів налаштованих на взаємодію з такими дітьми складає 83.3%. Дошкільники контрольної групи у кількості 58.3% своїми відповідями на запитання № 5 «Чому ти любиш / не любиш гратися з такими дітьми?» показали готовність спілкуватися і взаємодіяти з дітьми з особливими освітніми потребами; 41.7% дошкільників не налаштовані на взаємодію з такими дітьми. Відповіді респондентів на запитання № 6 «Чи потрібно допомагати дітям з особливими освітніми потребами?» залишилися незмінними: 100% опитаних дошкільників вважають, що діти з особливими освітніми потребами потребують допомоги. Проаналізувавши відповіді дошкільників контрольної групи на запитання № 7 «Чому потрібно / не потрібно допомагати таким дітям?», можна зробити висновок, що 66.6% респондентів розуміють, чому дітям з особливими освітніми потребами необхідна допомога; 43.4% дошкільників не розуміють, чому таким дітям потрібно допомагати. На запитання № 8 «Як ти можеш допомогти дітям з особливими освітніми потребами?» 33.3% дошкільників контрольної групи дали правильні відповіді; 66.7% опитаних дошкільників не знали, як саме можна допомогти таким дітям.

Порівнявши результати першого і другого анкетування, можна зазначити, що рівень обізнаності дошкільників контрольної групи щодо дітей з особливими освітніми потребами зріс на 8.4%. Суттєво змінилися відповіді респондентів контрольної групи на запитання № 4 «Чи любиш ти гратися з дітьми з особливими освіт-

німи потребами?» Згідно з результатами першого анкетування 58.3% респондентів були налаштовані на взаємодію та спільну ігрову діяльність з дітьми з особливими освітніми потребами, а згідно з результатами другого анкетування – 83.3% респондентів виявляли бажання спілкуватись та взаємодіяти з такими дітьми.

Порівнявши отримані результати анкетування, можна зробити висновок, що рівень взаємодії дошкільників контрольної групи з дітьми з особливими освітніми потребами зріс на 25%. Причиною такого зростання може бути те, що дошкільники експериментальної та контрольної груп постійно взаємодіяли, спілкувалися один з одним, перебуваючи в одній групі закладу дошкільної освіти. Таким чином, дошкільники експериментальної групи мимоволі передавали отримані під час експериментальної роботи знання про дітей з особливими освітніми потребами дошкільникам з контрольної групи. Вони власним прикладом заохочували дошкільників з контрольної групи взаємодіяти із дітьми з особливими освітніми потребами, допомагати їм, проявляти толерантність щодо таких дітей.

Висновки. Проаналізувавши результати анкетування «Визначення рівня знань дошкільників про дітей з особливими освітніми потребами» до і після проведення експериментальної роботи в контрольній та в експериментальній групах дошкільників, можна зазначити, що використання засобів медіаосвітніх технологій значно покращують рівень формування у дошкільників толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами. Рівень обізнаності та толерантності дошкільників експериментальної групи щодо дітей з особливими освітніми потребами після проведення експериментальної роботи з використанням засобів медіаосвітніх технологій зріс на 30.6%, у контрольній групі дошкільників – на 8.4%. Засоби медіаосвітніх технологій, при правильному використанні, виводять освітній процес в закладі дошкільної освіти на новий рівень розвитку. За допомогою цих технологій можна запропонувати дітям взяти на себе будь-яку роль, перевтілитись у будь-якого персонажа казки, мультфільму чи відео. Таким чином діти мають змогу побачити світ очима інших дітей – дітей з особливими освітніми потребами. Більшість дошкільників експериментальної групи, після проведення експериментальної роботи з використанням засобів медіаосвітніх технологій, змінили на краще своє ставлення до дітей з особливими освітніми потребами. Вони почали співпереживати таким дітям, частіше взаємодіяти з ними, проявляти толерантність під час взаємодії з дітьми з особливими освітніми потребами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Левкіський К.М., Іванов В.Ф., Даниленко В.І. Медіаосвіта (медіаграмотність). Навчальна програма (для слухачів курсів підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників), Київ, 2011, 102 с.
2. Міністерство освіти та науки України. URL: <https://mon.gov.ua> (дата звернення: 10.06.2023).
3. Субашкевич І.Р. Медіаконтент як засіб формування толерантного ставлення до осіб із особливими потребами. *Матеріали звітних наукових конференцій факультету педагогічної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка*. Львів, 2021. С. 99–102.
4. Iryna Subashkevych, Vira Korniat. Using media-psychological technologies to form tolerant attitude towards children with disabilities in pedagogical specialists in the process of their professional training in Ukraine. *SPECIALUSIS UGDYMAS/ SPECIAL EDUCATION*, No 1(41) 2020. DOI: 10.21277/se.v1i41.521.
5. Subashkevych Iryna, Korniat Vira, Loboda Victoriya. Using youtube video resources to form a tolerant attitude towards children with special educational needs. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика: збірник наукових праць*. Київ : «Едельвейс», 2020. № 3. С. 78–86. DOI: <https://doi.org/10.28925/1609-8595.2020.3.9>.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ

THE CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF FULL-SCALE WAR

Стаття присвячена дослідженню життєстійкості студентів ЗВО в умовах повномасштабної війни. Резильєнтність є однією з динамічних властивостей особистості, яка лежить в основі її здатності конструктивно подолати стресові ситуації та подолати постстресові періоди. Під резильєнтністю у психології розуміють здатність зберігати стабільний рівень фізичного і психологічного функціонування в умовах несприятливого середовища, а також успішно адаптуватися до негативних змін.

За допомогою Тесту життєстійкості Мадді та Опитувальника діагностики копінг-поведінки у стресових ситуаціях «CISS» С. Нормана, Д. Ф. Ендлера, Д. А. Джеймса, М. І. Паркера ми аналізували рівень життєстійкості та копінг-стратегії 100 студентів віком від 18 до 45 років з України, що проживають в умовах війни та зміни місця проживання. Встановлено, що студенти проявляють низький рівень життєстійкості. Дослідження також виявило різноманітні копінг-стратегії, які використовуються студентами для подолання стресу та труднощів. У контексті війни студенти можуть використовувати різні стратегії, такі як активне розв'язання проблем, пошук соціальної підтримки або віру, щоб подолати стресові ситуації та продовжувати своє навчання. Життєстійкість може бути розглянута як особливий тип поведінки особистості в умовах ризику, невизначеності та тиску обставин. Вона проявляється у здатності ініціативно реагувати на труднощі та бути відповідальною за свої дії, навіть у найскладніших ситуаціях. Стійкість особистості передбачає ініціативність у вирішенні проблем, здатність управляти ситуацією, а також готовність приймати ризик і розглядати виклик як можливість набуття нового досвіду.

Ця стаття пропонує вивчити, які чинники впливають на рівень життєстійкості студентів в умовах війни, як вони використовують різні стратегії для подолання стресу та труднощів і як це впливає на їхній психологічний добробут. Такий аналіз може допомогти розробити програми та інтервенції для підтримки студентів у складних умовах війни та сприяти їхньому успішній адаптації. Стаття також розкриває актуальність вивчення життєстійкості та адаптаційних можливостей студентів в умовах війни.

Ключові слова: копінг-стратегії, життєстійкість, резильєнтність, копінг, стійкість.

This article is devoted to the study of resilience among university students in the conditions of a full-scale war. Resilience is one of the dynamic traits of personality that underlies an individual's ability to constructively overcome stressful situations and navigate post-traumatic periods. In psychology, resilience is understood as the capacity to maintain a stable level of physical and psychological functioning in adverse environments and to successfully adapt to negative changes.

Using the Maddi Resilience Scale and the Coping Inventory for Stressful Situations (CISS) developed by S. Norman, D. F. Endler, D. A. James, and M. I. Parker, we analyzed the level of resilience and coping strategies of 100 students aged 18 to 45 from Ukraine who are living in conditions of war and displacement. It was found that students exhibit a low level of resilience. The research also identified diverse coping strategies employed by students to overcome stress and difficulties. In the context of war, students may employ various strategies, such as active problem-solving, seeking social support, or relying on faith, to cope with stressful situations and continue their education.

Resilience can be viewed as a specific type of behavior exhibited by individuals in conditions of risk, uncertainty, and environmental pressures. It manifests in the capacity to proactively respond to challenges, take responsibility for one's actions, even in the most complex situations, and exhibit initiative in problem-solving. The resilience of an individual entails the ability to manage situations effectively, accept risks, and view challenges as opportunities for gaining new experiences.

This article aims to investigate the factors influencing the level of resilience among students in conditions of war, how they utilize various strategies to cope with stress and difficulties, and how this impacts their psychological well-being. Such an analysis can contribute to the development of programs and interventions to support students in challenging war conditions and promote their successful adaptation. Additionally, the article underscores the relevance of studying resilience and adaptive capacities of students in the context of war.

Key words: coping strategies, resilience, adaptability, coping, endurance.

УДК 159.923.61
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.14>

Фещук Т.О.

студентка ОКР «Магістр» кафедри практичної психології
Маріупольський державний університет

У світлі сучасних глобальних викликів та війни в Україні життєстійкість студентської молоді стає актуальним предметом наукового вивчення. В даній статті ми спробуємо розглянути рівень життєстійкості студентів з України, які перебувають у важливий період свого життя – період навчання, в умовах повномасштабного військового конфлікту. Ми також дослідимо, які копінг-стратегії вони використовують для подолання стресових ситуацій і труднощів.

Кожна людина переживає стресові події, і більшість піддається травмі в якийсь момент протягом життя. Тому розуміння того, як можна розвинути та підвищити стійкість, має велике значення не лише для сприяння механізмам подолання, але й для пом'якшення дезадаптивного подолання та реакції на стрес при таких психічних захворюваннях, як депресія та посттравматичний стресовий розлад. Хоча розуміння стійкості все ще знаходиться

на ранній стадії, останні дослідження виявили механізми, що охоплюють генетичні, епігенетичні, психологічні та нейрохімічні фактори розвитку, які лежать в основі розвитку та підвищення стійкості, а також фактори, які передбачають вразливість до стресу та сприйнятливості до психічних розладів. перед обличчям стресу та травми [11].

Термін «Resilience» має кілька можливих перекладів на українську мову, і кожен з них відображає певний аспект цього поняття. Можливі варіанти перекладу включають «стресостійкість», «життєстійкість», «психологічна пружність», «гнучкість», а також варіанти «резілієнс» та «резильєнтність» [8].

Життєстійкість як здатність подолати життєві виклики є важливим аспектом психологічної адаптації в умовах стресу та несприятливих обставин. Згідно з дослідженнями, проведеними Д. Бонанно, життєстійкість ґрунтується на кількох ключових принципах, таких як можливість рефлексії над труднощами, здатність ділитися своїм болем та приймати негативні емоції. Ці аспекти сприяють стійкості особистості в умовах стресу та допомагають зберегти почуття контролю над власним життям [7].

У своїй роботі «Аналіз поняття адаптаційних можливостей людини» О. Кокун визначив адаптаційні можливості людини як сукупність різноманітних фізіологічних, біоенергетичних, психічних та інших властивостей. Ці властивості організовані у систему взаємодії, яка дозволяє людині адаптуватися до різних умов діяльності та оточення, будь то природне середовище чи соціальні умови [10].

Зокрема, нас цікавлять аспекти, що стосуються психологічних факторів, що впливають на адаптацію людини. Серед них однією з ключових характеристик є психічна адаптація, яка визначається як процес взаємодії особистості з її оточенням. Під час цього процесу особистість має адекватно оцінювати особливості середовища та активно взаємодіяти з ним з метою задоволення власних потреб і досягнення значущих цілей. Слід зауважити, що психічна адаптація є системним явищем і вимагає саморегуляції та взаємодії різних компонентів особистості.

Вперше термін «життєстійкість» був запропонований американським психологом С. Мадді та його колегами у 1987 році. Вони визначили життєстійкість як патерн структури установок та навичок, що дозволяє подолати труднощі та перетворити їх з потенційно травмуючого чинника у можливість. Життєстійкість дозволяє активно протистояти стресу, використовувати його для особистісного зростання та продовження розвитку на більш високому рівні, ніж передбачалося [12].

Копінг-стратегії грають важливу роль у подоланні стресових ситуацій. Копінг – це сукупність

когнітивних, емоційних і поведінкових стратегій, які використовуються для управління стресом і труднощами. Згідно з дослідженнями, існують конструктивні та неконструктивні способи копіngu, і використання конструктивних стратегій може сприяти більш успішній адаптації до стресових умов.

Аналіз наукового доробку вчених вказує на те, що дослідження копіngu проводяться в різних контекстах. Деякі дослідники, такі як П. Крамер, Б. Компас, Дж. Конор-Сміт, Г. Зальтсман, А. Томсен, М. Водсворт, Н. Хан, зосереджуються на психологічних захисних можливостях людини. Інші, такі як К. Шефер, Р. Горзук, досліджують сукупність особистісних рис, що впливають на копінг. Третя група вчених, зокрема Р. Лазарус, С. Фолькман, Б. Спілка, Р. Худ, Б. Гунсберґер, Р. Горзук, аналізує копінг у контексті взаємодії з навколишнім середовищем [2].

Зокрема, у психологічній літературі найбільше уваги приділяється проблемно- та емоційно-орієнтованим копінг-стратегіям, оскільки вони мають важливе значення у подоланні труднощів.

У рамках проекту «Україна в умовах війни» соціологічною групою «Рейтинг» було проведено дослідження, спрямоване на вивчення психологічних маркерів війни. Це включало аналіз стратегій адаптації до стресових станів, визначення рівнів життєстійкості та виявлення ознак психологічного виснаження, яке показало що за рік повномасштабного вторгнення рівень життєстійкості українців мінімально зменшився [1].

З метою визначення рівня стійкості студентів вищих навчальних закладів в умовах воєнного конфлікту та оцінки впливу зміни місця проживання на їхню життєстійкість ми провели дослідження. Експериментальну групу досліджуваних склали студенти закладів вищої освіти у кількості 100 осіб, віком від 18 до 40 років, з яких 28 чоловіків та 72 жінки.

В процесі проведення дослідження використовувались такі методи: опитування, Тест життєстійкості Мадді [6], Опитувальник діагностики копінг-поведінки у стресових ситуаціях «CISS» С. Нормана, Д. Ф. Ендлер, Д. А. Джеймса, М. І. Паркера [3], для виявлення математичної статистики було використано Коефіцієнт кореляції Пірсона [4].

За допомогою опитування було визначено віковий та гендерний розріз студентів, а також отримано інформацію про зміну місця проживання з початком повномасштабного вторгнення.

Тест життєстійкості Мадді був використаний як основний метод дослідження. Мета даної діагностики полягає в оцінці здатності та готовності особистості ефективно та гнучко діяти в умовах стресу та труднощів, а також визначенні її

рівня уразливості до стресових переживань. Ця концепція включає систему переконань про себе, світ та відносини зі світом. «Життєстійкість» є диспозицією, яка має три незалежні компоненти: залученість, контроль і прийняття ризику. Виразність цих компонентів та загальної «життєстійкості» перешкоджає виникненню внутрішньої напруги у стресових ситуаціях. Для збереження здоров'я та досягнення оптимального рівня працездатності і активності в умовах стресу важливо мати високий рівень всіх трьох компонентів життєстійкості. Тест життєстійкості призначений для дорослих осіб віком 18 років і старше, незалежно від освіти, соціального статусу і професійних характеристик. Процедура дослідження передбачає, що учасникові дослідження пропонується відповісти на 45 тверджень, обираючи один із запропонованих варіантів відповідей – скоріше ні ніж так, скоріше так ніж ні, так, ні.

Для обробки результатів тесту життєстійкості, використовуються бали, які присвоюються відповідям на питання [9].

Наступний метод збору даних для дослідження – Опитувальник діагностики копінг-поведінки у стресових ситуаціях «CISS» С. Нормана, Д. Ф. Ендлера, Д. А. Джеймса, М. І. Паркера, який призначений для оцінки копінг-стратегій, які люди використовують у важких та стресових ситуаціях.

Цей тест дозволяє оцінити рівень використання різних стратегій копіngu в таких шкалах: копінг, спрямований на вирішення проблеми; копінг, спрямований на емоційну реакцію; копінг, спрямований на уникнення стресу; стратегія відволікання (субшкала), яка відображає соціальні стратегії відволікання.

Копінг, орієнтований на вирішення завдання (проблемно-орієнтований копінг): стратегія включає в себе спроби активно вирішити проблему або впоратися зі стресовою ситуацією. Люди, які використовують цей вид копіngu, зазвичай зосереджуються на пошуку рішень, раціональних діях і плануванні для подолання стресу.

Копінг, орієнтований на емоції (емоційно-орієнтований копінг): стратегія включає в себе спроби регулювати свої емоції і почуття у стресових ситуаціях. Люди, які використовують цей тип копіngu, можуть намагатися виразити свої емоції, шукати підтримку від інших або вчитися керувати своїми емоціями.

Копінг, орієнтований на уникнення (Уникнення): ця стратегія включає в себе спроби уникнути або ухилитися від стресової ситуації. Люди, які використовують цей вид копіngu, можуть шукати відволікання, уникати конфліктів або намагатися зменшити свою участь у стресових подіях.

Відволікання (Субшкала відволікання): ця субшкала вказує на те, наскільки люди нама-

гаються відволіктися від стресових ситуацій, знаходячи інтереси або займаючись чимось іншим, що не пов'язано з проблемою або стресом.

Субшкала соціального відволікання (Соціальне відволікання): ця субшкала вказує на те, чи намагаються люди відволіктися від стресових ситуацій, шукаючи підтримку або взаємодію з іншими людьми.

Ці різні види копіngu вказують на те, як люди реагують на стрес і які стратегії вони використовують для подолання труднощів у житті. Розуміння цих стратегій може допомогти працювати з людьми, які стикаються зі стресом та допомогти їм ефективніше впоратися з ним [2].

Кореляція Пірсона – це статистичний метод, який використовується для вимірювання ступеня статистичного взаємозв'язку або лінійної залежності між двома неперервними (кількісними) змінними.

Кореляція Пірсона вимірює, наскільки схожі дві змінні, і визначає, чи існує статистичний зв'язок між ними. Результат кореляції виражається у величині, яка називається коефіцієнтом кореляції (r). Коефіцієнт кореляції може бути в діапазоні від -1 до $+1$.

Кореляція Пірсона дозволяє встановити, чи існує статистичний зв'язок між двома змінними, і виміряти силу та напрям цього зв'язку. Вона широко використовується в наукових дослідженнях і статистичному аналізі для дослідження взаємозв'язків між різними змінними.

Гіпотезою нашого дослідження виступає припущення, що особи, які не змінювали місце проживання з початком повномасштабної війни, є більш психологічно стійкими.

Загальна кількість респондентів становить 100 осіб, які підтвердили, що є студентами ЗВО. Шляхом опитування було визначено, чи змінювали особи місце проживання після початку повномасштабної війни. Результати наведено у вигляді діаграми (рис. 1).

На наступному етапі нашого дослідження респондентам було запропоновано пройти Опитувальник діагностики копінг-поведінки у стресових ситуаціях «CISS» С. Нормана, Д. Ф. Ендлера, Д. А. Джеймса, М. І. Паркера. По кожному з опитаних було підраховано бали згідно ключа тесту для шкал та субшкал. За результатами підрахунку балів по кожному респонденту було виявлено, що у опитуваних осіб переважає стратегія копіngu, спрямована на вирішення завдань а саме 67 особам.

Це свідчить про те, що опитувані віддають перевагу активному підходу до подолання стресових ситуацій. Вони намагаються раціонально розв'язувати проблеми та ефективно справлятися з труднощами, що може вказувати на високий рівень розуміння та впевненості у власних здібностях.



Рис. 1. Зміна місця проживання серед опитаних

На другому місці розташувалася стратегія копінгу, спрямована на емоції – 25 осіб. Це свідчить про те, що опитувані також звертають увагу на свої емоції та намагаються їх регулювати в стресових ситуаціях. Вони можуть шукати підтримку від інших, виражати свої почуття або використовувати техніки релаксації для зменшення психологічного напруження.

На останньому місці розташовується стратегія уникнення – 8 осіб. Це свідчить про те, що опитувані намагаються уникати уникнення конфліктних або стресових ситуацій. Вони можуть ухилитися від проблем або намагатися не звертати на них увагу. Такий підхід може бути специфічним для деяких осіб, але важливо розуміти, що уникнення не завжди є найбільш ефективною стратегією подолання стресу.

Переходимо до обробки даних опитаних осіб згідно тесту життєстійкості Мадді.

Відповідно до підрахованих даних було також визначено середні показники життєстійкості, контролю, залучення та прийняття ризику для цієї групи (рис. 2).

Як бачимо, середній показник життєстійкості 35,47 значно нижче за нормативний показник в 80,72 з урахуванням похибки. Це

вказує на те, що учасники цієї групи в середньому мають значно менший рівень життєстійкості, ніж вказує норма. Велика різниця між середнім показником і нормою може свідчити про те, що ця група може бути більш вразливою до стресових ситуацій та труднощів. Середній показник залученості 25,04 значно відхиляється від нормативного значення, вказує на можливі виклики і слабкість у рівня залученості в цій групі. Водночас середні показники прийняття ризику та контролю у групі 12,75 та 21,89 відповідно знаходяться в межах норми. В нормі показник контролю вказує на здатність особистості контролювати і впливати на події, що відбуваються навколо неї. Особа з нормальним рівнем контролю відчуває, що вона може впливати на свою життєву ситуацію, приймати рішення та вирішувати завдання без надмірної тривожності чи втрати впевненості. Вона вірить у свої здатності до саморегуляції та впливу на результати своєї діяльності. У нормі показник прийняття ризику означає здатність особистості розглядати можливі ризики та не боятися їх, коли це виправдано. Особа з нормальним рівнем

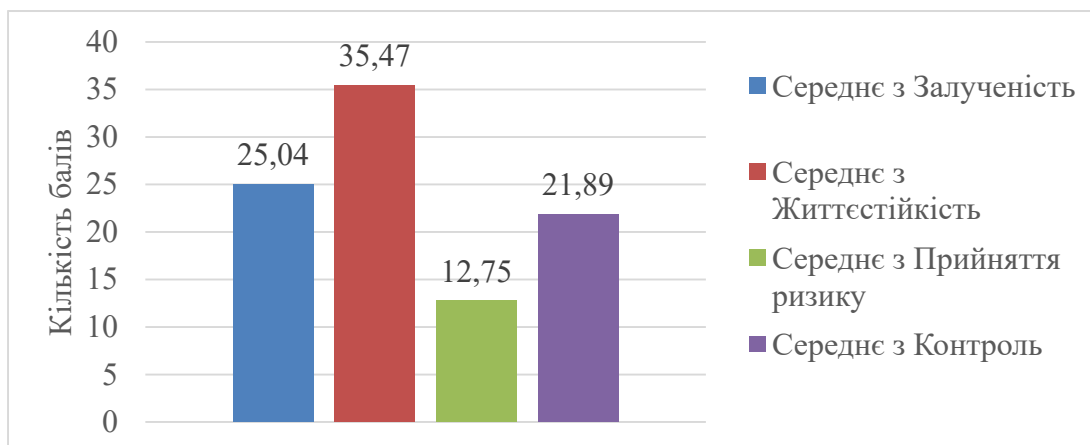


Рис. 2. Середні показники групи згідно тесту життєстійкості Мадді

прийняття ризику може бути відкритою до нових досвідів, може приймати обґрунтовані ризики в ім'я досягнення цілей та розвитку. Вона не боїться виходити із зони комфорту, коли це може призвести до позитивних результатів. Проаналізувавши показники кожного студента окремо, ми визначили, що життєстійкість у межах норми лише у 34 респондентів, залученість у 26, контроль у 58, прийняття ризику у 75 осіб з даними тесту життєстійкості показники яких в межах норми.

Проведемо аналіз показників опитувальника даними осіб, що змінювали місце проживання (рис. 3). Можна побачити, що на діаграмі виділяється показник життєстійкості та залученості, який значно нижчий у осіб, що виїхали закордон. При цьому показники прийняття ризику та контролю не мають значної градації у жодній з підгруп. Найвищий показник життєстійкості показала група осіб, які переїжджали через військові дії та вже повернулись до місць постійного проживання.

Проведемо кореляційний аналіз за Пірсоном між показником життєстійкості та параметром зміни місця проживання.

$$r = 0,12$$

Кореляція 0,12 вказує на те, що змінні мають обмежений зв'язок і можуть взаємодіяти слабо або не взаємодіяти взагалі. Отже, робимо висновок, що гіпотеза, згідно з якою ми вважали, що особи, які не змінювали місце проживання, більш життєстійкі, не підтвердилась.

Розглянемо взаємозв'язок інших змінних дослідження, щоб виявити залежність з життєстійкістю.

$$r \text{ Життєстійкість та Залученість} = 0,914$$

$$r \text{ Життєстійкість та Контроль} = 0,9$$

$$r \text{ Життєстійкість та Прийняття ризику} = 0$$

Кореляція між показниками життєстійкості та прийняттям ризику дорівнює 0 це означає, що між двома змінними немає лінійного зв'язку чи статистичної взаємозалежності, і одна змінна не може передбачати або пояснити зміни в іншій змінній.

0,9 та 0,914 сильний позитивний зв'язок між двома змінними. Це означає, що, зазвичай, коли одна змінна збільшується, інша змінна також збільшується, і навпаки. Цей зв'язок є дуже стійким і має великий вплив на зміни в обох змінних.

Загальний результат дослідження життєстійкості студентів ЗВО показав її низький рівень, при якому контроль та прийняття ризику знаходяться в межах норми за результатами тесту Мадді. Особи з низьким рівнем життєстійкості можуть відчувати значний стрес в різних життєвих ситуаціях. Вони можуть відчувати важкість в подоланні труднощів і стресових подій. Обмежена здатність до самоконтролю: низький рівень життєстійкості може вказувати на обмежену здатність до саморегуляції та контролю над власними емоціями та реакціями в стресових ситуаціях.

Важливою особливістю є те, що контроль та прийняття ризику знаходяться в межах норми. Це може свідчити про те, що навіть при низькому рівні життєстійкості особи все ще здатні до контролю ситуацій і прийняття обґрунтованих ризиків [11].

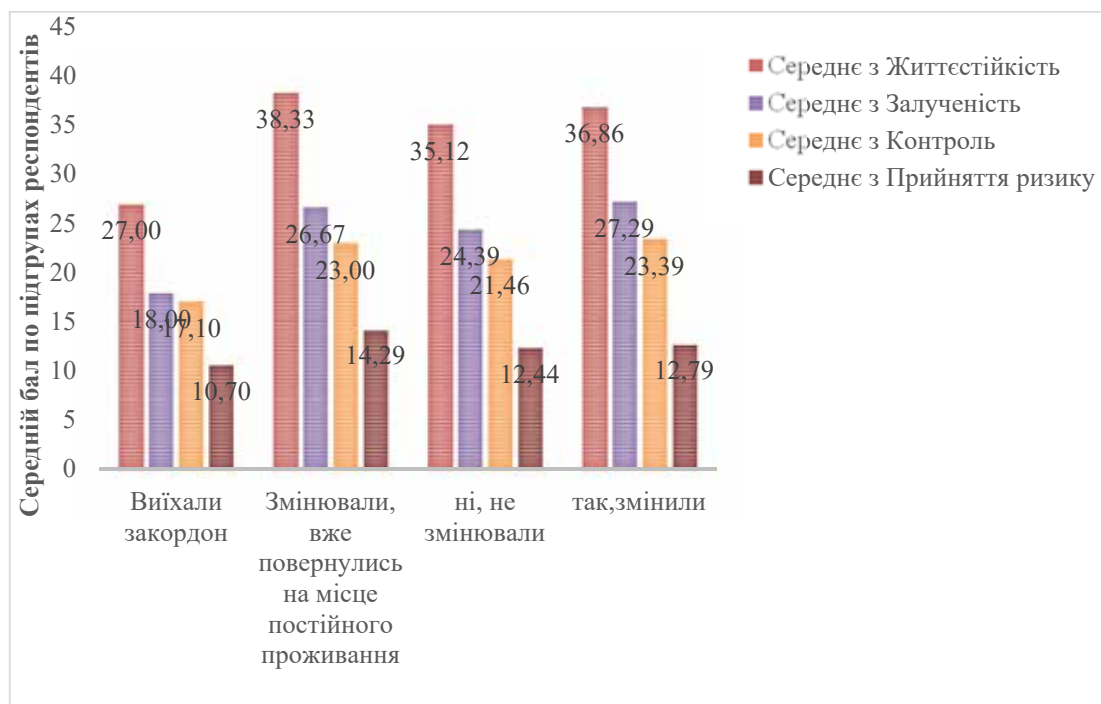


Рис. 3. Середні значення показників у підгрупах поділених за критерієм зміни місця проживання

Серед копіngu виділяється переважача копіng-стратегія вирішення завдань, яка сприяє ефективному управлінню складними ситуаціями та дозволяє досягти бажаних результатів. Вона передбачає розумне та обдумане втручання в проблему замість реагування на неї емоційно або необдуманого.

У підсумку результати емпіричного дослідження свідчать про те, що гіпотеза щодо стійкості осіб, які не змінювали місце проживання, не підтвердилася. Проте виявлено дуже сильний позитивний зв'язок між життєстійкістю та іншими аспектами, такими як залученість та контроль.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вісімнадцяте загальнонаціональне опитування: психологічні маркери війни (8-9 жовтня 2022). ratinggroup.ua. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/vosemnadcatyy_obschenacionalnyy_opros_psihologicheskie_markery_voyny_8-9_oktyabrya_2022.html (дата звернення: 13.09.2023).
2. Грабовська С. Проблема копіngu в сучасних психологічних дослідженнях. URL: <http://dspace.nbuv.gov.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/27423/19-Hrabowska.pdf?sequence=1>. (дата звернення: 13.09.2023).
3. Копінг-поведінка в стресових ситуаціях. Stud. URL: https://stud.com.ua/125008/psihologiya/koping_povedinka_stresovih_situatsiyah. (дата звернення: 13.09.2023).
4. Кореляція Пірсона. Pidru4niki. URL: https://pidru4niki.com/20080215/statistika/neliniyna_korelyatsiya. (дата звернення: 13.09.2023).
5. Лекція «ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ В УМОВАХ ВІЙНИ». МІЖНАРОДНИЙ ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ. URL: <https://www.psychologyed.org/recresilience>. (дата звернення: 18.09.2023).
6. Тест життєстійкості Stud. URL: https://stud.com.ua/174464/pedagogika/test_zhittiestiykosti (date of access: 16.09.2023).
7. Ткачук Т.А. Інституційний репозиторій Київського університету імені Бориса Грінченка вітає вас! - Інституційний репозиторій Київського університету імені Бориса Грінченка. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/2264/1/T_Tkachuk_konf_P1.pdf. (date of access: 21.09.2023).
8. Resilience. <https://www.apa.org>. URL: <https://www.apa.org/topics/resilience> (date of access: 18.09.2023).
9. Resilience institute | resilience diagnostics of muddy resilience. Resilience Institute: Resilience Training, Research and Tools. URL: <https://resiliencei.com/blog/resilience-diagnostic-v5>. (date of access: 16.09.2023).
10. Russ N. Investigating the road to resilience. <https://www.apa.org>. URL: <https://www.apa.org/monitor/oct02/pp>. (date of access: 16.09.2023).
11. Understanding resilience. Frontiers. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnbeh.2013.00010/full> (date of access: 18.09.2023).
12. Welcome to – Digital Library NAES of Ukraine. URL: https://lib.iitta.gov.ua/735304/1/Стаття_Життєстійкість,%20резильєнтність%20і%20копінг%20стра-терії.pdf (date of access: 16.09.2023).

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОБРАЗУ ФІЗИЧНОГО «Я» ЖІНОК СЕРЕДНЬОЇ ЗРІЛОСТІ

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PHYSICAL “SELF” IMAGE OF MIDDLE-AGED WOMEN

У статті проаналізовано психологічні особливості образу фізичного «Я» жінок середньої зрілості. Здійснено теоретичний аналіз наукових досліджень проблеми гармонізації образу фізичного «Я» жінок середньої зрілості. Виявлено різноманітність підходів до розуміння її суті, природи та структури. Відмічено, що в системі образу фізичного «Я» узагальнено єдність соматичного та перцептивного сприймання, установок, оцінок, уявлень, пов'язаних із тілесною зовнішністю. Встановлено, що структурування фізичного «Я» передбачає метафоризацію тілесності та утворення уявлення про власний фізичний образ «Я» як окреме поняття, суб'єктність, наділену певними властивостями, що детермінує самоставлення особистості. Аргументовано, що в сучасному світі жіноче тіло стає особливим фокусом уваги культури, що на рівні індивідуальної свідомості жінки відображається у високій значущості та актуальності проблематики ставлення до себе в аспекті тілесності. Ставлення до власного тіла – важлива складова частина особистісного самоприйняття. Представлено результати проведеного емпіричного дослідження визначення психологічних особливостей образу фізичного «Я» жінок середньої зрілості. Із цією метою підбрано та використано діагностичний інструментарій, показники якого спрямовані на вивчення образу фізичного «Я». Здійснено порівняльно-психологічний, математико-статистичний аналіз, якісну інтерпретацію, узагальнення, проведено кореляційний аналіз. За результатами описової статистики виявлено, що в більшості респондентів переважає низький та середній рівень психосоматичної компетентності та задоволення власним тілом. Констатовано, що висока особистісна значущість анатомічних, функціональних і соціальних характеристик у жінок викликає невдоволення собою, неприйняття себе, переважання негативних емоцій і відповідно закритості від інших. Невміння керувати емоціями та неадекватний прояв емоцій негативно корелює з високим рівнем психосоматичної компетентності.

Ключові слова: самопізнання, самоставлення, самоприйняття, образ фізичного «Я», тілесна компетентність, період середньої зрілості.

This article analyzes the psychological characteristics of the physical "Self" image of middle-aged women. A theoretical analysis of scientific research on the harmonization of the physical "Self" image of middle-aged women has been carried out. A variety of approaches to understanding its essence, nature, and structure has been identified. It is noted that within the system of the physical self-image, there is a generalized unity of somatic and perceptual perception, attitudes, evaluations, and representations associated with physical appearance. It is established that structuring the physical self-entails the metaphorization of physicality and the formation of a notion of one's own physical self-image as a separate concept, subjectivity endowed with certain properties, determining self-positioning of the individual. It is argued that in the modern world, the female body becomes a particular focus of cultural attention, which at the individual consciousness level of women is reflected in the high significance and relevance of the issue of self-attitude in the aspect of physicality. Attitude towards one's own body is an important component of personal self-acceptance. The results of an empirical study conducted to determine the psychological characteristics of the physical "Self" image of middle-aged women are presented. For this purpose, diagnostic tools were selected and used, the indicators of which are aimed at studying the image of the physical "Self". A comparative-psychological, mathematical-statistical analysis, qualitative interpretation, summarization, and correlation analysis have been carried out. According to the descriptive statistics, it was found that in most respondents, a low and medium level of psychosomatic competence and satisfaction with their own bodies prevail. It is stated that the high personal significance of anatomical, functional, and social characteristics in women leads to dissatisfaction with oneself, non-acceptance of oneself, predominance of negative emotions and, consequently, closure from others. The inability to manage emotions and inadequate expression of emotions negatively correlates with a high level of psychosomatic competence.

Key words: self-recognition, self-positioning, self-acceptance, image of physical "Self", bodily competence, period of middle maturity.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.15>

Андрийчук І.П.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології розвитку
та консультування
Тернопільський національний
педагогічний університет імені
Володимира Гнатюка

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві спосіб, яким люди сприймають себе та своє фізичне тіло, став важливим чинником, що визначає їхню поведінку та спосіб життя. Зважаючи на виклики сьогодення, мінливість та нестабільність ситуації, ставлення

людини до свого тіла зазнає змін. Визначальним аспектом сутності та існування людини є взаємозв'язок біологічного, духовного, соціального та природного. Поєднуючи біологічне та духовне в повсякденній діяльності людини гармонізується її сутність (поєднання

тілесного та духовного). Дослідження підтверджують, що рухова та психічна сфери людської діяльності тісно пов'язані між собою.

Теоретичний аналіз психологічної літератури щодо проблеми образу фізичного «Я» показав, що самоставлення розглядається як узагальнене ставлення, яке є цілісним, одновимірним та універсальним, що характеризує ступінь позитивного ставлення до власних уявлень індивіда про себе. Самоставлення розвивається в результаті соціального впливу та взаємодії, де кожна конкретна соціальна ситуація розвитку задає ієрархію провідних діяльностей і відповідних їм основних мотивів і цінностей, соціальних уявлень, стереотипів та еталонів, норм поведінки, по відношенню до яких індивід осмислює власне «Я», наділяє його особистісним змістом.

Чимало дослідників (Р. Бернс, О. Гомілко, С. Кримський, А. Лой, В. Малахов, О. Муха, М. Попович, Т. Хомуленко та інші) наголошують, що важливим та цінним джерелом формування уявлень про своє «Я» є сукупність знань про своє тіло, його привабливість, форму, розміри. Науковці підкреслюють, що тілесне усвідомлення та тілесну компетентність потрібно розвивати з метою життєвого успіху та гармонізації особистості в сучасному дисгармонійному світі. Останнім часом наука спирається на цілісний підхід до вивчення людини в єдності її біологічного, соціального, фізичного та духовного аспектів. Розширення синергетичних уявлень про особистість як складну систему призводить до посилення уваги до психосоматичних проблем.

Важливими в контексті досліджуваної теми є теоретичні засади генетичної психології особистості, генетико-орієнтованої психотерапії (С. Максименко, К. Максименко), гуманістичного підходу (Г. Бал, К. Роджерс), інтегрально-інтеракційного підходу (Р. Бернс, Ч. Кулі, Дж. Мід) у психології. Тілесна компетентність та образ фізичного «Я» вивчаються в працях зарубіжних науковців і дослідників (Ф. Александера, Г. Гарднера, Ю. Джендліна, О. Лоуена, Т. Майерса, Т. Ханни, та інших) [1, с. 247].

Ставлення сучасної людини до свого здоров'я парадоксальне. Здоров'я посідає важливе місце серед життєвих цінностей дорослих людей, водночас воно виступає як експлуатований ресурс, засіб виживання в сучасній економічній і соціальній реальності суспільства, особливо в жінок. З огляду на це мета статті – теоретично проаналізувати та емпірично дослідити особливості образу фізичного «Я» жінок середньої зрілості.

Виклад основного матеріалу дослідження. У своїх дослідженнях українська науковиця Р. Моляко розглядає образ фізичного «Я» як ключовий компонент особистісного образу, який виявляється в способі само-

визначення, сприйнятті власного фізичного «Я» та оцінці себе. Вона створила структурно-функціональну модель, що включає чотири основні компоненти: сутність образу фізичного «Я»; образ фізичного «Я» і його структуру; розвиток цього образу в підлітковому та юнацькому віці; різноманітні індивідуальні особливості у формуванні цього образу (норма та деформації) [6].

Глибокий аналіз наукових публікацій, що стосуються досліджуваної проблеми, дозволив розкрити психологічний зміст і визначити основні терміни, пов'язані з фізичною ідентичністю: тілесний досвід, тілесна схема, образ тіла, концепція тіла, тілесність, Я-тілесне та Я-фізичне. Усі представлені дефініції різняться за:

1) психічною реальністю Я-тілесного (як сенсомоторний еквівалент, когнітивний процес, складова Я-концепції);

2) предметним змістом Я-тілесного (розглядаються як зовнішність, так і функції тіла);

3) походженням Я-тілесного (формальне знання про тіло, архетипне утворення, фізіологічна функція мозку) [2; 4; 5; 8].

Як зазначалось вище, ставлення людини до свого тіла знає суттєвих трансформацій. Ми виходимо з тих засад, де відсутність інформації про можливість вирішення особистісно-психологічних проблем, пов'язаних із ставленням до власного тіла, може призвести до посилення відчуження сучасної людини від своєї індивідуальності та віддалення її від самої себе. Це віддалення може негативно вплинути на загальний стан фізичного, психічного, емоційного та соціального здоров'я. Особливо важливо правильно сформулювати уявлення про себе на етапі раннього юнацького віку, оскільки неправильне сприйняття власного фізичного «Я» може викликати серйозні порушення здоров'я.

Ми аналізуємо ідею фізичної ідентичності, як важливу частину особистісної Я-концепції, що містить когнітивний компонент, який включає в себе сприйняття, установки, оцінки та уявлення, пов'язані з функціями тіла та зовнішнім виглядом. Образ фізичного «Я» є одним із найважливіших структурних компонентів Я-образу, він об'єднує наступні виміри: уявлення про своє тіло, його особливості; уявлення про індивідуальні межі власного тіла; уявлення про окремі частини тіла, представлені у свідомості; ставлення до своєї зовнішності [3].

У сучасному світі жіноче тіло стало центром уваги культури, що відображається у великій важливості та актуальності питань, пов'язаних із сприйняттям власного тіла жінкою в її свідомості, тобто в аспекті тілесності. Це проявляється в зростанні інтересу, стурбованості та невдоволення жінок власним тілом, посиленні прагнення до самовираження з його допомогою, у широкому застосуванні дієт, пластичних

операцій та інших способів корекції зовнішнього вигляду, а також у культивуванні тілесних практик, що сприяють набуттю особистісної цілісності та втіленню тілесно-духовних потенціалів особистості.

Результати дослідження жінок віком від 22 до 55 років показали, що існують особливості взаємозв'язку між рівнем задоволеності образом фізичного «Я» та активністю догляду за зовнішністю. Жінки, які не задоволені образом фізичного «Я», характеризуються або низьким, або високим рівнем активності догляду за зовнішністю. Жінки, задоволені власною тілесністю, характеризуються середнім, помірним рівнем активності догляду за зовнішністю. Також можна сказати, що рівень задоволеності фізичним «Я» визначається кількістю базових сфер життєдіяльності (здоров'я, соціальний і матеріальний статус, сімейні стосунки, кар'єра, коло спілкування), якими жінки задоволені. При відсутності незадоволеності різними сферами життя незадоволеності образом фізичного «Я» не виявлено. Незадоволеність базовими сферами життєдіяльності сприяє переносу незадоволеності на образ фізичного «Я» [9].

Розвиток особистості в дорослому віці є однією з найскладніших і менше вивчених областей. Невизначеність у використанні термінів, нечіткість визначення часових меж і описів різних стадій дорослості, зокрема середнього віку, свідчать про складність цієї проблеми.

Період зрілості (середньої дорослості) є найвідповіднішим часом для реалізації глибоких потенційних можливостей і сутнісних сил людини. У цьому життєвому етапі досягаються ключові здобутки та відбувається основний розвиток особистості. А саме:

компетентність, продуктивність, генеративність (Е. Еріксон);

психологічне здоров'я та пошук сенсу життя (В. Франкл);

творчість і внутрішня свобода, прагнення до самореалізації (А. Маслоу, К. Хорні, К. Роджерс) [7].

Ставлення до власного тіла – важлива складова частина особистісного самоприйняття. Багато жінок відчувають незадоволеність своєю зовнішністю, і це може бути обумовлено кількома чинниками, такими як низька самооцінка, стан здоров'я, соціальний тиск, несприйняття оточуючими, страхи та комплекси. У сучасному суспільстві жінкам доводиться мати справу з численними суперечностями в сприйнятті свого тіла, що має великий вплив на їхній особистісний розвиток, особливо в ставленні до самоідентичності [3; 9].

Можна проаналізувати двоякість процесу формування образу фізичного «Я» жінок середньої зрілості. З одного боку, це вплив

суспільства, який виявляється в судженнях, поглядах, уявленнях, стереотипах і прикладах. З іншого боку, це самостійне осмислення та диференційована робота на основі власних критеріїв. Формуючи суб'єктивне ставлення до тіла, жінки середньої зрілості часто орієнтуються не на свої власні почуття комфорту чи дискомфорту, а на соціальні уявлення, наділені стереотипами, надмірними ідеалами, які були встановлені в певний історичний період і культурний контекст, а також на інформацію, яка поширюється через засоби масової інформації. В емоційному плані такий стиль сприйняття породжує невдоволення, тривогу, почуття особистої неспроможності [9].

У жінок середньої зрілості також зростає інтерес до зовнішності, формується заклопотаність і невдоволення собою, посилюється прагнення до самовираження за допомогою тіла. Така зацикленість на тілесності породжує збільшення частоти психосоматичних розладів, низький рівень турботи про фізичне благополуччя.

Проте, у період середньої зрілості в жінок відбувається часткове прийняття себе та власної неповторності. Поняття «прийняття себе», згідно з визначенням С. Братченко та М. Міронової, включає в себе визнання та безумовну любов до себе, прийняття себе у власній істинній формі, повагу до власної особистості та її здатність до незалежних рішень, довіру до своєї природи [3; 8].

Для подальшого дослідження психосоматичної гармонізації жінок середньої зрілості ми розуміємо фізичне «Я» (образ фізичного «Я») як поняття, що включає сприймання людиною власного тіла, чуттєве забарвлення цього сприймання і те, як, на її думку, оцінюють особистість оточуючі.

З метою вивчення психологічних особливостей образу фізичного «Я» жінок середньої зрілості нами був підібраний комплекс діагностичних методик, показники якого є структурними компонентами образу фізичного «Я», а саме: методика проєктивної діагностики тілесного «Я» «Вербалізація тілесного Я» (за Т. Хомуленко), опитувальник образу власного тіла О. Скугаревського, методика дослідження самоставлення до образу фізичного «Я» А. Черкашиної та методика діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів В. Бойко [1].

Можна стверджувати, що образ фізичного «Я» – це соціальний феномен, що має низку особливостей і включає в себе ряд характеристик, які визначаються за критеріями зовнішнього вигляду та привабливості: фізичний образ людини існує в гармонії анатомічних, соціальних і функціональних ознак (характеристик), жоден із цих аспектів не може бути ігнорованим.

Дослідження проводилося впродовж 2021–2022 рр., вибіркою якого були 60 жінок віком від 45 до 55 років. Проаналізуємо детальніше отримані результати за трьома методами із запропонованого діагностичного інструментарію.

Аналіз результатів дослідження за *методикою «Вербалізація тілесного Я» (Т. Хомуленко)* показав, що в жінок середньої зрілості високими є такі параметри психосоматичної компетентності, як:

- 1) обізнаність, що становить 79,8%;
- 2) каузальність – 68,9% опитаних.

Психосоматична компетентність визначається як система здібностей когнітивного аспекту тілесного «Я», що пов’язана з прийняттям власного тіла як складової цілісного організму, та сприяє саморегуляції на основі досвіду внутрішнього спілкування з тілесним «Я».

Такі жінки мають глибокі знання про анатомію та фізіологію тіла людини, а також розуміють свої власні фізичні особливості. Вони можуть вбачати, як тіло впливає на їхні внутрішні стани та реакції на зовнішні події. Дослідження показує, що в середньому 40% із цих жінок мають схильність до метафоричного мислення, 40% використовують суб’єктивний підхід, а ще 40% проявляють інтегративні навички. Вони також володіють умінням внутрішньо спілкуватися та взаємодіяти зі своїм фізичним «Я», часто використовуючи образні порівняння та аналогії на основі асоціативності мислення.

Щодо низьких результатів дослідження, то такими є шкали:

- 1) прийняття (20% опитаних);
- 2) інтрацептивність – 30%;
- 3) діалогічність становить 35% вибірки.

Такі досліджувані виявляють негативне та надто критичне ставлення до свого тіла. Це проявляється в їхньому відчутті байдужості, відсутності самопіклування та відчутті невпевненості, а також у підвищеному рівні тривожності відносно свого фізичного «Я». Вони не можуть зосередити увагу на своїх внутрішніх почуттях, і це проявляється в їхній обмеженій здатності виразно висловлювати свої емоції та фізичні відчуття словами. Варто зауважити, що в таких досліджуваних відсутня здатність вести внутрішній діалог між «Я в тілі» і «Я тіло» (рис. 1).

Якщо детальніше проаналізувати відповіді досліджуваних жінок на незакінчені речення, то шкала «Прийняття» носить переважно негативний характер забарвлень речень. Часто зустрічаються твердження про те, що тіло викликає почуття тривоги, невпевненості, незадоволення та сльози. Дехто ставиться до власного тіла, як до «інструмента», «баласту», «механізму», «того, що не важливе».

Метафоричність як якість тілесності також досить різноманітно проявляється в твердженнях. Тіло асоціюється в жінок із «храмом», «діжкою», «мистецтвом», «дошкою», «мішком», «пищечкою». Така диференційованість відпові-

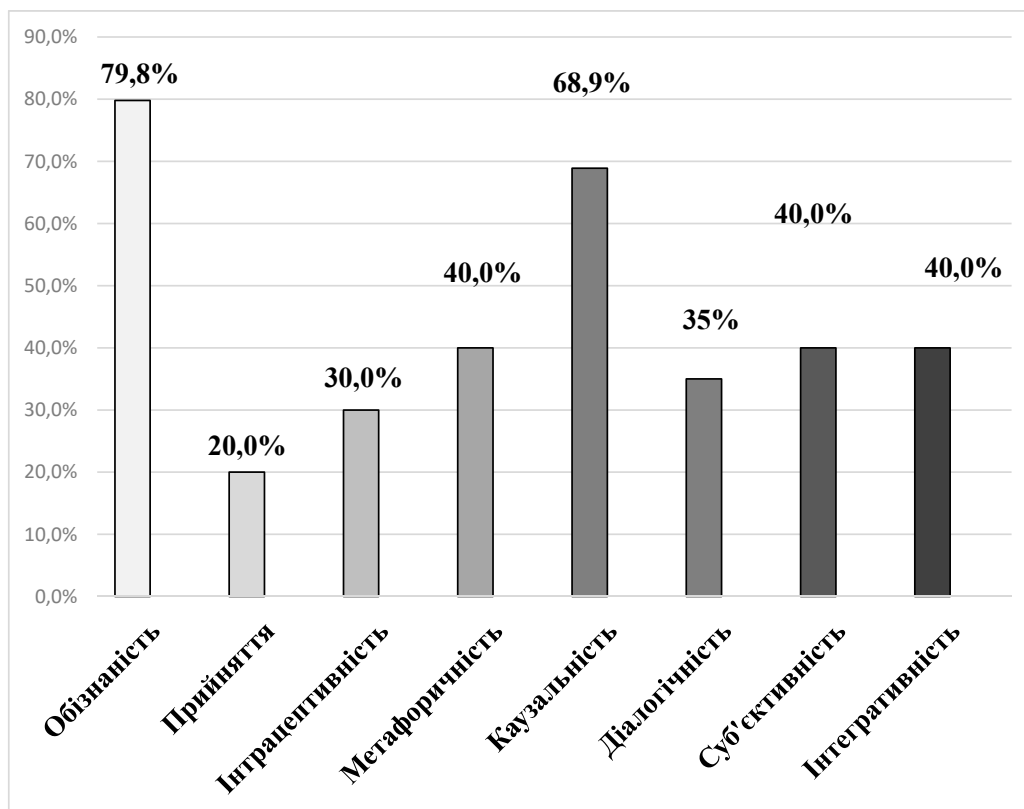


Рис. 1. Розподіл показників за шкалами психосоматичної компетентності у жінок середньої зрілості

дей шкали метафоричності може свідчити про те, що жінкам зрілого віку легше описувати та усвідомлювати власну тілесність через образи, асоціації, порівняння, метафори.

Загальна оцінка за всіма шкалами дозволяє нам оцінити рівень розвитку психосоматичної компетентності в жінок середньої зрілості. Проаналізувавши результати дослідження, ми встановили, що в експериментальній групі переважає низький рівень психосоматичної компетентності, що становить 45,5% від загальної кількості досліджуваних. Це означає, що такі респонденти мають недостатні знання щодо розвитку та функціонування свого тіла. Середній рівень виявлено в 34,5% опитуваних, що вказує на те, що жінки середнього віку не завжди знаходять правильний підхід до свого фізичного самопізнання та не можуть допомогти своєму тілу адаптуватися до різних ситуацій та умов. Високий рівень психосоматичної компетентності переважає у 20% учасниць вибірки. Лише незначна кількість жінок чітко знає та вміє правильно дбати про своє тілесне «Я».

Аналізуючи результати дослідження за опитувальником образу власного тіла (О. Скугаревський та С. Сивуха) виявлено, що в 58,5% учасниць дослідження спостерігається низький рівень задоволення від власного тіла. Ці жінки важко знаходять розуміння для самих себе та мають труднощі в прийнятті своїх недоліків. У них занижена самооцінка, вони акцентують увагу на негативних аспектах свого тіла, інколи не помічаючи його позитивних рис. Цих жінок легко можуть засмутити навіть незначні події або зміни у вигляді їхнього тіла. Середній

рівень виявлено у 26,5% опитуваних. Ці респонденти розуміють свої індивідуальні особливості та намагаються дбати про своє тіло, але часом вони мають труднощі у виборі оптимальних шляхів щодо власного розвитку.

Також нами були проаналізовані показники особистісної значущості в жінок середньої зрілості (за методикою дослідження самоставлень до образу фізичного «Я» (А. Черкашиної)). Аналіз результатів дослідження свідчить про те, що в більшості учасниць експерименту встановлений середній рівень, який складає 55%. Ці жінки виявляють труднощі у фокусуванні та розробці планів для активного розвитку свого фізичного «Я». Низькі показники спостерігаються у 20% вибірки. Такі жінки через недоліки власного тіла не відчувають свою значущість у розвитку. Вони акцентують увагу оточуючих на недоліках тілесного «Я», часто жаліються, але не рухаються вперед. Високі показники становлять 25% досліджуваних. Такі жінки знають свої позитивні та негативні сторони, але, попри все, чітко йдуть до вдосконалення зовнішності.

Показники самооцінки (Я-Інші) та особистісної значущості (Я-Я) анатомічних, функціональних і соціальних характеристик фізичного «Я» представлено на рис. 2.

Отримані результати показують, що самооцінка різних аспектів образу фізичного «Я» у досліджуваних жінок переважно знаходиться на середньому рівні для анатомічних характеристик (таких як обличчя, фігура, ноги, руки), але на високому рівні для соціальних аспектів (одяг, аксесуари, косметика). Щодо функціональних характеристик (таких як витривалість,

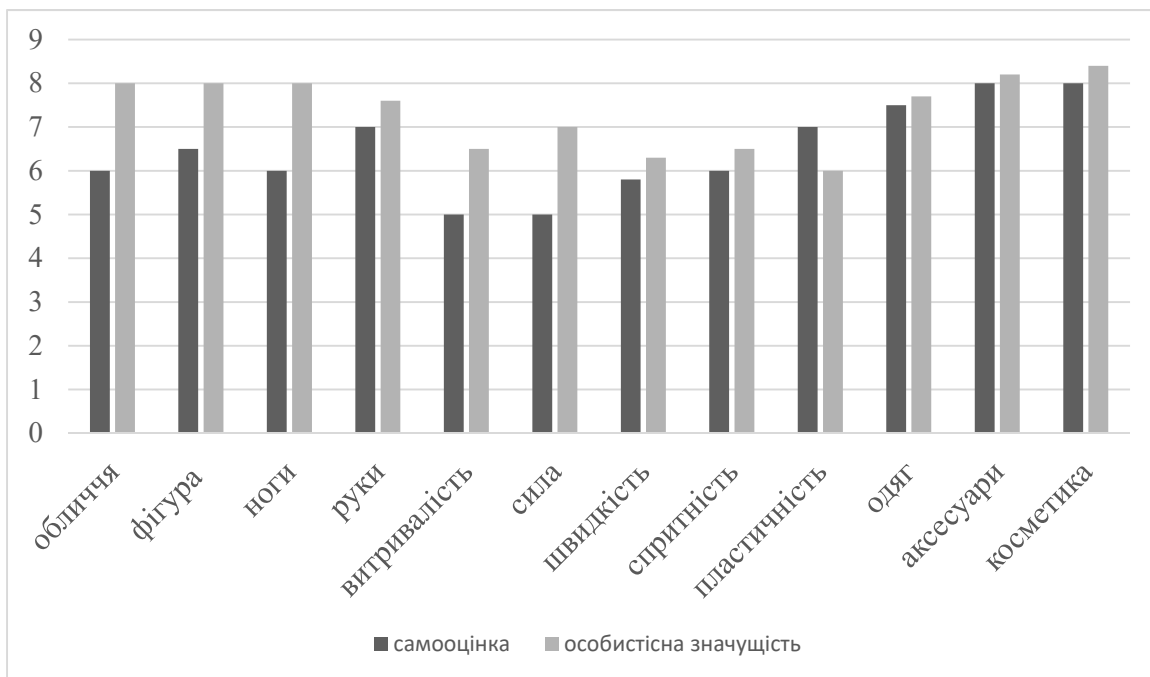


Рис. 2. Співвідношення самооцінки та особистісної значущості характеристик образу фізичного «Я»

сила, швидкість, спритність, гнучкість), то вони варіюють ближче до середньої оцінки.

Аналіз результатів дослідження за *методикою діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів (В. Бойко)* показав, що для жінок найвагомішими «перешкодами» є наступні: невміння керувати емоціями та їх неадекватний прояв (38%); небажання зближатися з людьми на емоційній основі (20%); негнучкість (20%), домінування негативних емоцій (19%).

Незважаючи на незначний обсяг вибірки, ми мали змогу виявити наступні зв'язки. Невміння керувати емоціями та неадекватний прояв емоцій негативно корелює з високим рівнем психосоматичної компетентності ($r = -0,923$, $r = -0,930$ при $p < 0,01$), тобто для таких жінок характерним, у першу чергу, буде позбавлення контакту з власними емоціями. Значною рисою таких жінок є відсутність емоційної виразності, яка проявляється в спрощеному вираженні своїх почуттів й нездатності відчувати емоційне співпереживання та спільне відчуття з іншими. Вони мають тенденцію ідентифікувати себе з прийнятими в суспільстві соціальними стандартами, надають перевагу розмовам не про внутрішні характеристики, а про зовнішні ознаки.

Діалогічність та суб'єктність як ознаки психосоматичної компетентності негативно пов'язані з показником негнучкості ($r = 0,687$ при $p < 0,01$; $r = 0,439$ при $p < 0,01$ відповідно). Оскільки діалогічність розглядається як здатність вести внутрішній діалог між «Я в тілі» і «Я тіло», то цей зв'язок буде свідчити про зниження невміння доволно виражати свої емоції, прояв скутості, невиразності у власних відчуттях. Для таких жінок важко виразити та співставити свої відчуття та бачення себе, вони переважно відчувають тривожність, важкість у тілі, яку не в змозі пояснити.

Позитивна оцінка особистості в цілому прямо пов'язана з уявленням жінок про те, наскільки комфортним і зручним є одяг, якщо вони його носять ($r = 0,330$ при $p < 0,01$). Цей параметр (характеристика) одягу згідно з кореляційним аналізом пов'язаний також із прийняттям ($r = 0,492$ при $p < 0,01$). Як бачимо, важливість одягу для позитивної оцінки власної зовнішності жінок не є перебільшеною: наскільки одяг для тебе є зручним і комфортним, настільки зручно й комфортно ти можеш почуватись у власному тілі.

Співвідношення задоволеності розвитком витривалості й сили та незадоволенням самооцінками щодо швидкості та спритності має негативний вплив та корелює домінуванням негативних емоцій. Очевидно, що прояв витривалості та сили сприяє підвищенню самопевності, бажанню вступати в контакт і викликає позитивні емоції в жінок. Висока

особистісна значущість анатомічних, функціональних і соціальних характеристик у жінок викликає невдоволення собою, неприйняття себе, переважання негативних емоцій і відповідно закритості від інших.

Ми проаналізували, що незадоволеність образом власного тіла в жінок тим вище, чим більше в структурі особистості переважання негативних емоцій, невміння керувати емоційними проявами. Оскільки будь-який образ про себе породжує емоційну оцінку, можна зробити висновок, що жінки зі спотвореним тілесним самосприйняттям мають неадекватну самооцінку характеристик образу фізичного «Я». Перебільшення розмірів свого тіла, неприйняття фігури, нездатність слухати своє тіло може свідчити про наявність напруження м'язів і надмірного витрачання життєвої енергії для збереження зовнішньої привабливості, використовуючи соціальні атрибути та інші компенсаторні стратегії.

Висновки з проведеного дослідження. Грунтовний аналіз наукової літератури щодо вивченої проблеми дозволив нам розкрити психологічний зміст та виділити основні визначення фізичного «Я». Усі надані визначення різняться за відображеною психічною реальністю фізичного «Я» (як сенсомоторний еквівалент, когнітивний процес, підструктура Я-концепції); за предметним змістом фізичного «Я» (як зовнішній аспект, так і функції тіла); за джерелом походження фізичного «Я» (формальні знання про тіло, архетипне утворення, фізіологічна функція мозку).

У вище проаналізованих нами дослідженнях домінує думка, що фізичний Я-образ (схема тіла) виникає з потреби в забезпеченні фізичного благополуччя організму. У період глобалізації та віртуалізації соціокультурного простору тіло стає символом еkleктичного підходу, де поєднуються різні, раніше не поєднувані речі. Ставлення людини до свого тіла сьогодні переживає значущі зміни та вимагає від психологічної практики пошуку нових шляхів і засобів, які б сприяли гармонізації фізичного «Я».

Проведене нами емпіричне дослідження показало, що в більшості випадків жінки мають реалістичне уявлення про своє тіло та його окремі аспекти, однак вони можуть перебільшувати розміри деяких частин тіла, що може вказувати на наявність м'язової напруги та надмірні зусилля в збереженні зв'язку між різними частинами тіла. Проаналізувавши результати, зазначимо, що в 58,5% досліджених жінок спостерігається низький рівень задоволення своїм тілом. Їм важко зрозуміти та прийняти свої недоліки. Кореляційний аналіз показав, що чим вищою є незадоволеність тілом, тим більшою є вірогідність виникнення недиференційованого почуття «проти» самого

себе та власного «Я». Також незадоволеність образом фізичного «Я» у жінок тим вище, чим більше в структурі особистості домінування негативних емоцій, невміння керувати емоційними проявами.

Проведене нами дослідження не претендує на вичерпне розв'язання складної та багатопланової проблеми. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо в реалізації розробленої програми тренінгу, спрямованої на гармонізацію фізичного «Я», через зняття м'язових і, як результат, емоційних, та психологічних затисків, а також на сприяння розвитку фізичних аспектів особистості, покращення спілкування особистості з її тілом, формування навичок управління фізичними процесами, концентрації, розслаблення та встановлення її ефективності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрійчук І.П., Тесельська М.І. Емпіричне дослідження особливостей фізичного «Я» жінок середньої зрілості. *Eurasian scientific discussions. Proceedings of the 10th International scientific and practical conference.* Barca Academy Publishing. Barcelona, Spain, 2022. P. 247–253. URL: <https://sci-conf.com.ua/x-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-eurasian-scientific-discussions-23-25-10-2022-barselona-ispaniya-arhiv/>
2. Валенса Г.А. «Тіло» і «тілесність» у соціально-філософському контексті: термінологічні розвідки. *Філософські проблеми гуманітарних наук : збірник наукових праць.* Київ : Основи, 2009. С. 120–140.
3. Вовчук Р.Ю. Ставлення особистості до власної зовнішності як предмет психологічних досліджень. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія».* 2011. Т. 19. Вип. 17. С. 75–81.
4. Галян І.М. Ціннісно-смилова саморегуляція особистості: генеза та механізми функціонування : монографія. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ ДДПУ імені Івана Франка, 2016. 402 с.
5. Копилова Н.О. Тілесність як маркер культурної ідентичності: сучасні практики бодіпозитиву. *Соціально-гуманітарний вісник.* 2018. Вип. 22. С. 35–36.
6. Моляко Р.В. Психокорекційні стратегії деформації Я-образу зовнішності в юнацькому віці. *Практична психологія та соціальна робота.* 2004. № 6. С. 78–80.
7. Москалець В.П. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 262 с.
8. Найдьонова Г. Проблема тілесності в психології та філософії. *Філософія гуманітарного знання: раціональність і духовність : зб. наук. праць за матеріалами Міжнародної наукової конференції (м. Чернівці, 2–3 жовтня 2008 р.).* Чернівці : Рута, 2008. С. 92–96.
9. Tiggemann M., Lynch J. Body image across the lifespan in adult women: the role of self-objectification. *Development Psychology.* 2001. № 37. P. 243–253.

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

RESILIENCE AS A FACTOR OF MENTAL HEALTH MAINTENANCE UNDER MARTIAL LAW

У статті акцентується увага на тому, що сучасне українське суспільство загалом перебуває в стані перманентної кризи, яка пов'язана з відчуттям невизначеності та небезпеки протягом тривалого часу. Кожна особистість, зокрема, проходить шлях свого становлення в полікризових умовах, що обумовлює необхідність поновлення внутрішньої рівноваги задля збереження психічного здоров'я та відновлення здатності продуктивно функціонувати. Метою дослідження, яке проводилось у рамках проекту «Розвиток резильєнтності здобувачів першого рівня вищої освіти в умовах воєнного конфлікту на території України», що фінансується Українською асоціацією дослідників освіти за підтримки Європейської асоціації дослідників освіти, є визначення змісту та структури резильєнтності як чинника збереження психічного здоров'я в умовах воєнного стану. Розуміння основного напрямку наукової розвідки стало можливим у результаті аналізу наявних досліджень із проблеми психічного здоров'я та підходів до його збереження та відновлення. Відповідно до результатів аналізу досліджень резильєнтність тлумачиться авторами як здатність запобігати виникненню та загостренню психологічних проблем і розладів функціонування внаслідок «пом'якшення» впливу соціально-психологічних наслідків надзвичайних ситуацій шляхом актуалізації власних внутрішніх ресурсів. Структура резильєнтності включає в себе три компоненти: когнітивний (відкритість досвіду, толерантність до невизначеності, позитивне мислення), емоційний (передбачає емоційну стабільність, емоційний інтелект, екстраверсію), поведінковий (пошукова активність, просоціальна поведінка), під час взаємодії яких формуються усвідомлені стратегії подолання складних життєвих ситуацій (конструктивні копінг-стратегії). Розуміння резильєнтності як динамічного процесу можливого посттравматичного зростання та запропонована структурна модель лягли в основу тренінгу розвитку навичок резильєнтності для збереження та зміцнення психічного здоров'я першокурсників закладу вищої освіти під час професійного навчання в умовах воєнного стану.

Ключові слова: психічне здоров'я, воєнний стан, резильєнтність, копінг-стратегії, внутрішні ресурси.

The article focuses on the fact that contemporary Ukrainian society as a whole is in a state of permanent crisis, related to a sense of ambiguity and danger for a long time. Nowadays each individual's development path, in particular, is carried out in polycrisis conditions, which causes necessity of renewal of internal balance in order to preserve mental health and restore the ability to function productively. The purpose of the study, conducted within the framework of the project «Development of Resilience of First-Level Higher Education Students in the Conditions of Military Conflict on the Territory of Ukraine», funded by the Ukrainian Educational Research Association with the support of the European Educational Research Association, is to determine the content and structure of resilience as a factor of mental health maintenance under martial law. Understanding the main direction of scientific intelligence became possible as a result of analyzing existing research on the problem of mental health and approaches to its maintenance and recovery. According to the results of the analysis of studies, resilience is viewed by the authors as the ability to prevent the emergence and exacerbation of psychological problems and disorders of functioning due to the «mitigation» of the impact of the socio-psychological consequences of emergencies by updating their own internal resources. The structure of resilience includes three components: cognitive (openness of experience, tolerance to ambiguity, positive thinking), emotional (implies emotional stability, emotional intelligence, extraversion), behavioral (search activity, prosocial behavior etc.), during the interaction of which conscious strategies are formed to overcome difficult life situations (constructive coping strategies). Understanding resilience as a dynamic process of possible post-traumatic growth and the proposed structural model formed the basis of training in the development of resiliency skills to preserve and strengthen the mental health of freshmen at a higher education institution during vocational training under martial law.

Key words: mental health, martial law, resilience, coping strategies, inner resources.

УДК 613.86:159.922.27
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.16>

Афузова Г.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри спеціальної психології та медицини
Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Найдьонова Г.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри спеціальної психології та медицини
Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Кротенко В.І.

к.психол.н.,
доцент кафедри спеціальної психології та медицини
Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Останнім часом українське суспільство перебуває в стані пермакризи, пов'язаної з відчуттям життя в небезпеці та невизначеності протягом тривалого часу, що характерне для особистості під час війни, інфляції, політичної нестабільності та інших глобальних подій (наприклад, пандемії COVID-19), які можуть порушувати звичний порядок життя в тривалій перспективі. Разом із тим кожна особистість проходить шлях свого становлення в умовах полікризи, пов'язаної з необхідністю зміни життєвого стилю, способу мислення, ставлення до себе, навколишнього світу та

основних екзистенціальних проблем, аби відповідати вимогам нової соціальної ситуації розвитку. Враховуючи сказане вище, сучасна особистість має вміти тримати та поновлювати внутрішню рівновагу (фізичну, фізіологічну, психічну, психофізіологічну тощо), щоб зберегти та відновити здатність функціонувати тривало та продуктивно в усіх сферах своєї життєдіяльності, незалежно від об'єктивної та суб'єктивної складності обставин. У цьому контексті варто говорити про резильєнтність як «системотворний елемент у структурі життєстійкої особистості, позитивний психічний

стан, що спрямовує до адекватної адаптації під час незгод, і, водночас, ресурс, за допомогою якого особистість обирає відповідний тип подолання» [4, с. 110–111].

Актуальність означеної проблеми підтверджується підвищеною увагою світового суспільства до проблеми ментального здоров'я. Так, провідною темою для обговорення на Третньому саміті перших леді та джентльменів (міжнародної платформи, яка об'єднує провідних політиків першої величини, громадських діячів та активістів з метою протидії глобальним гуманітарним викликам), ініційованому першою леді України О. Зеленською у 2023 році, було «Ментальне здоров'я: стійкість і вразливість майбутнього». Як зазначила перша леді, «психологічна стійкість – це здатність долати випробування й жити повноцінним життям. Особиста стійкість кожної окремої людини є складовою стійкості суспільства» [8].

Відповідно метою нашого дослідження було визначення змісту та структури резильєнтності як чинника збереження психічного здоров'я в умовах воєнного стану. Це дослідження виконувалося в рамках проекту «Розвиток резильєнтності здобувачів першого рівня вищої освіти в умовах воєнного конфлікту на території України», який фінансується Українською асоціацією дослідників освіти за підтримки Європейської асоціації дослідників освіти.

Розуміння основного напрямку подальшої наукової розвідки стало можливим у результаті аналізу наявних досліджень із проблеми психічного здоров'я та підходів щодо його збереження та відновлення. Так, у результаті масштабного соціологічного дослідження про ментальне здоров'я та ставлення до нього в різних країнах світу, у якому взяло участь одинадцять країн (у т. ч. із досвідом воєнних конфліктів), було визначено, що «після початку повномасштабного вторгнення Росії в Україну приблизно 90% українців мають щонайменше один із симптомів тривожного розладу» [8]. Всесвітня організація охорони здоров'я ще на початку XXI ст. вказувала на серйозні проблеми з психічним здоров'ям щонайменше в 10% населення світу, які пережили травматичні події внаслідок збройних конфліктів (найчастіше спостерігаються депресія, тривога та психосоматичні проблеми, наприклад, розлади сну або больові відчуття в спині та животі). При цьому ще в 10% населення зазначеної категорії розвинеться поведінка, яка перешкоджатиме їх здатності ефективно функціонувати [16]. Разом із тим на адаптацію до об'єктивно та суб'єктивно складної життєвої ситуації, а також на подолання та профілактику її несприятливих наслідків значно впливає наявність певних особистісних ресурсів. Наприклад, це такі «психосоціальні чинники, як активне подолання, оптимізм, наявність цілей,

просоціальна поведінка, соціальна підтримка, а також резильєнтність» [2, с. 22]. Як термін резильєнтність увійшла в науку з початку XIX ст. Якщо брати до уваги галузь психології та фізіології, у різні часи резильєнтність розглядалася в контексті гомеостазу (із 20-х рр. XX ст.), неусвідомлених захисних механізмів, емоційного стресу та захворювань, психічного здоров'я в цілому (до 50-х рр. XX ст.), усвідомлених стратегій подолання (із 60-х рр. XX ст.), пластичності мозку (у 70-х рр. XX ст.), психонейроімунології, захисних факторів і факторів ризику (із 80-х рр. XX ст.). Лише з 90-х рр. XX ст. фізіологічні та психологічні аспекти резильєнтності почали поєднуватися [10, с. 77]. Під нею розуміють здатність людини повертатися до нормального стану після або під час потрясінь (Фрезер М., Річман Дж., Галінські М., 1999); динамічний процес, який призводить до адаптації в умовах значних негараздів (Мергеліт М., Айден О., 2004); можливість вистояти перед неприємностями, пройти крізь травми життя (Коннор К., Девідсон Дж., 2003); здорове функціонування після сильно несприятливих подій (Боннано Дж., 2008) [4, с. 110–111]; особистісні якості та навички, які забезпечують здорове / успішне функціонування або адаптацію людини в контексті значних труднощів або руйнівної життєвої події (Коннор К., Девідсон Дж., 2003; Лутар С., Чічетті Д., Бекер Д., 2000; Мастен А., Обрадовіч Дж., 2006); важливий чинник, що пояснює, чому деякі люди справляються з травматичними ушкодженнями успішніше, ніж інші (Міллер К., Расмуссен Е., 2010; Уайт Б., Драйвер С., Варрен А., 2010; Флетчер Д., Саркар М., 2013) [12]; медичний термін, що позначає набір набутих рис, притаманних суб'єкту, які роблять його здатним конструктивно долати стреси та складні періоди життя [7]; здатність людини трансформувати потенційно токсичний стрес у більш сприятливий і зменшувати шкідливі фізіологічні та психологічні ефекти таких стресорів, які виникають у дитинстві [13] тощо. На сучасному етапі цей термін широко використовується в психології, медицині та соціальних науках і вживається у зв'язку з питаннями впливу на людину несприятливих (екстремальних, загрозливих, стресових) умов і здатності людини та/або соціальної системи (сім'ї, спільноти, організації) нормально функціонувати під час та після такого впливу [10, с. 78]. Найбільш поширеним і вживаним у світовій науковій спільноті є визначення резильєнтності як процесу позитивної адаптації перед обличчям лиха, травми, трагедії чи значного стресу, затверджене Американською психологічною асоціацією [9].

Резильєнтність є багатовимірною змінною, що складається з психологічних і диспозиційних атрибутів, таких як компетентність, системи зовнішньої підтримки та структура

особистості (Кемпбелл-Сіллз Л., Кохан Ш., Штайн М., 2006; Коннор К., Девідсон Дж., 2003; Мастен А., 2001). Відповідно, з однієї точки зору, резильєнтність вважається індивідуальною рисою особистості, фіксованою та стабільною. Так, із точки зору психоаналізу, вона визначається як стійкість Его (Блок Дж., Кремен А., 1996). На думку деяких дослідників (Азендорф Дж., ван Акен М., 1999; Харт Д., Хофманн В., Едельштайн В., Келлер М., 1997; Робінс Р., Джон О., Каспі А., Моффіт Т., Стаутхемер-Лобер М., 1996), резильєнтність можна пояснити в рамках концепції типів особистісних рис: стійкий, надмірно контрольований і недостатньо контрольований [12, с. 269]. Однак, як відзначають Джі Лі з колегами (2013), погляд на резильєнтність, як на фіксовану та стабільну індивідуальну рису, не враховує уявлення про те, що адаптація є похідною від усієї взаємодії між індивідами та навколишнім середовищем, таким як сім'я, громада чи соціальна система. Екологічні та контекстуальні фактори відіграють важливу роль у формуванні особистісної резильєнтності (Робертс Дж., Мастен Е., 2004). У цьому сенсі друга точка зору відображає поняття резильєнтності як динамічного процесу (наприклад, Лутар С. та ін., 2000). Резильєнтність вважається не фіксованим, а динамічним, мінливим із часом феноменом і залежить від взаємодії між різними чинниками, що оточують людину (Даер Дж., МакГінесс Т., 1996) [12, с. 269]. У цьому контексті ми підтримуємо думку, що резильєнтність варто досліджувати як динамічний процес успішної адаптації до негараздів, що розкривається крізь призму психопатології розвитку. Традиційно найважливіші явища, які розглядаються в контексті подолання складних життєвих ситуацій, містять «потенціал особистісної адаптації», «адаптаційний потенціал», «стійкість», «стресостійкість», «витривалість», «особистісний потенціал», «саногенний потенціал» і «резильєнтність» [10, с. 79]. Часто термін «резильєнтність» розглядається в трьох векторах: 1) у векторі когнітивного біхевіоризму (вивчення процесів емоційної регуляції поведінкових реакцій дітей у стресових ситуаціях); 2) конструктивному векторі (опанування активної життєвої позиції); 3) екологічному підході (подолання складних життєвих обставин саме з допомогою соціальних чинників [10, с. 79].

Із точки зору динамічності концепція резильєнтності добре підходить до оцінки змін у відповідь на відповідні змінні, включаючи конкретні стратегії запобігання або втручання. Останнім часом багато дослідників визначили резильєнтність як процес розвитку (Лутар С. та ін., 2000; Йетс Т., Ігланд Б., Строуф Л., 2003). За даними Б. Сміт та ін. (2008), більшість інструментів оцінки, призначених для вимірювання резильєнтності, базується на її аспектах,

які пов'язані із захисними або стимулюючими чинниками, що покращують адаптацію. Наявні дослідження виявили позитивний зв'язок між резильєнтністю та низкою таких чинників: задоволеність життям (Бьотель К. та ін., 2009; Вегнілд Дж., 2003; Вайт М. та ін., 2010), оптимізм (Ледмонд А. та ін., 2008; Лі Х.-С., Браун С., Мітчелл М., Шіралді Г., 2008; Лутанс Ф., Аволіо В., Евей Дж., Норман С., 2007), позитивний вплив (Бьорнз Р., Енстей К., 2010; Магуен С. та ін., 2008; Сміт Б. та ін., 2008), самоефективність (Гіллеспі Б., Шабоер В., Велліс М., Грімбік П., 2007; Лі Дж. Х., 2008; Лі Х. П., Янг Ф., 2009), самооцінка (Баек К. та ін., 2010; Бьотель К. та ін., 2009; Лі Дж. Х. та ін., 2008; Ніші Д., Уехара Р., Кондо М., Матсуока Ю., 2010) і соціальна підтримка (Браун Г., 2008; Брувер Б. та ін., 2008; Монтайт Б., Форд-Гілбой М., 2002; Пітржак Р., Голдштейн М., Меллей Дж., Ріверз Е., Саусвік С., 2010; Вілкс С., Співей К., 2010) [12, с. 270].

Останні роки вивчення терміна «резильєнтність» характеризується дослідженням не лише самого процесу, а й також описом факторів резильєнтності, факторів позитивного результату адаптації та подальшої соціалізації [3]. Сучасні вчені комплексно підходять до вивчення та визначення змісту резильєнтності. Так, представник конструктивізму як підходу до вивчення резильєнтності Д. Хеллерштейн (2011) концептуалізував цей феномен і визначив дві його основні складові – фізичну резильєнтність як показник стресостійкості та толерантності й психологічну резильєнтність, яка включає розвиток і підтримку соціальних контактів, використання соціальної підтримки, пошук сенсу в складних подіях чи ситуаціях, підвищення освітнього рівня та оволодіння різноманітними психотехнологіями, які допомагають розвитку та подоланню негативних наслідків після стресу [5, с. 30; 11]. Т. Федотова (2018) зазначає, що резильєнтність потребує оволодіння соціальними навичками, у т. ч. здатністю вирішувати проблеми. До переліку таких навичок входять комунікабельність, уміння стримувати гнів і контролювати прояви емоцій, уміння планувати свою діяльність і взаємодіяти з іншими [10, с. 80]. А. Стейнтон із своїми однодумцями стверджують, що захисні фактори можуть бути психологічними, соціальними, нейробіологічними, нейрокогнітивними та генетичними, що більшою чи меншою мірою притаманні кожній людині та визначаються її якостями та оточенням [10, с. 82].

Відповідно до результатів аналізу наявних досліджень із проблеми психічного здоров'я та підходів щодо його збереження й відновлення ми визначили зміст і структуру резильєнтності як чинника збереження психічного здоров'я в умовах воєнного стану. У цьому контексті нам імпонує визначення резильєнтності як здатно-

сті особистості повертатися до «нормального функціонування та відновлення попереднього стану після певного періоду дезадаптації внаслідок стресового досвіду» [1], а також її здатності запобігати виникненню та загостренню психологічних проблем і розладів функціонування внаслідок «пом'якшення» впливу соціально-психологічних наслідків надзвичайних ситуацій шляхом актуалізації власних внутрішніх ресурсів. Це тлумачення зосереджує увагу на концептуалізації резильєнтності як безперервного, активного процесу появи або розвитку нових сил і ресурсів для адаптації та відновлення, що має нерівномірну динаміку в умовах появи нових ризиків [10, с. 81].

Структура резильєнтності, яку ми пропонуємо (рис. 1), містить три компоненти: когнітивний (представлений такими складовими, як відкритість досвіду, толерантність до невизначеності та позитивне мислення), емоційний (передбачає емоційну стабільність, емоційний інтелект та екстраверсію) та поведінковий (пошукова активність, просоціальна поведінка).

Наше бачення структури резильєнтності як чинника збереження психічного здоров'я базується, у тому числі, і на узагальненні Ю. Паскевською складових резильєнтності: «1) когнітивна гнучкість та рефреймінг; 2) ресурсні емоційні стани; 3) зв'язок із цінностями,

духовність, сенс життя; 4) ефективні стратегії копіngu; 5) соціальна компетентність» [6, с. 114]. Іншими словами, якщо в об'єктивно чи суб'єктивно складній життєвій ситуації особистість не втрачає здатність гнучко мислити, вона з більшою вірогідністю буде здатна регулювати власний емоційний стан і запобігти фізіологічній стрес-реакції. За умов адекватного емоційного реагування вона шукатиме конструктивного вирішення проблеми, у т. ч. звертаючись за соціальною підтримкою.

Ми не применшуємо значення та біологічної складової в становленні резильєнтності особистості, вроджену здатність індивіда бути більш або менш стресостійким. Але наголошуємо, що без стихійного (шляхом наслідування стресостійкого реагування батьків та ідентифікації з ними) або спеціально організованого процесу набуття навичок резильєнтності цього може виявитися замало, коли травматичність ситуації буде перевищувати біологічні резерви індивіда в протистоянні її негативному впливу.

Таким чином, під час взаємодії всіх трьох компонентів у структурі резильєнтності формуються усвідомлені стратегії подолання складної життєвої ситуації (конструктивні копінг-стратегії). Разом із тим варто згадати про наявність діаметрально протилежної точки зору, що відкриває простір для подальшої дискусії. В. Райс та Б. Лью (2016)

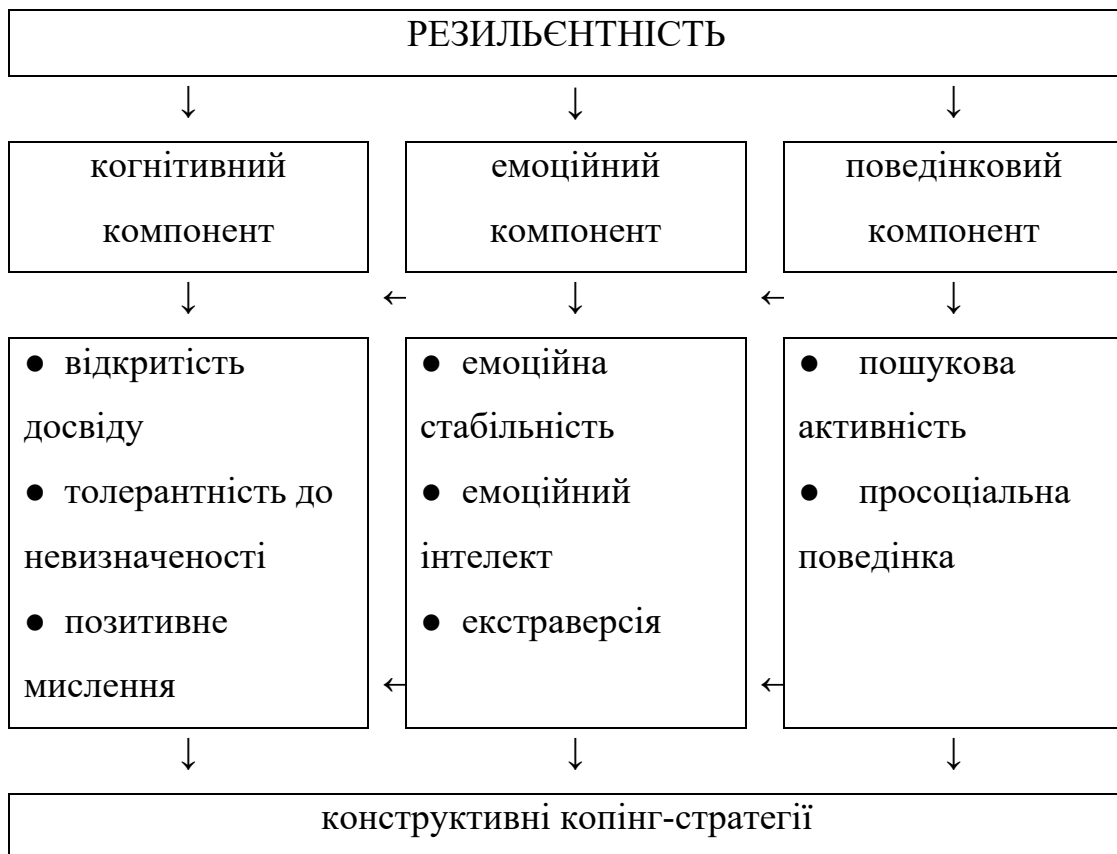


Рис. 1. Структура резильєнтності як чинника збереження психічного здоров'я

проводять межу між копінгом і резильєнтністю, стверджуючи, що копінг – це діяльність, спрямована на подолання стресового впливу (який може бути позитивним, нейтральним або негативним), тоді як резильєнтність – це результат (виключно позитивний) позитивного копіngu [14].

Розглядаючи резильєнтність як динамічний процес повернення до початкового стану, який стає основою для подальшого можливого посттравматичного зростання (Сісто А. та ін., 2019), запропонована нами структура резильєнтності стала провідною ідеєю створення тренінгу з розвитку навичок резильєнтності для збереження та зміцнення психічного здоров'я першокурсників закладу вищої освіти під час професійного навчання в умовах воєнного стану. У своїх подальших наукових розвідках ми плануємо висвітлити результати апробації зазначеного тренінгу з метою доведення його ефективності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Асонов Д., Хаустова О. Розвиток концепції резильєнсу в науковій літературі протягом останніх років. *Psychosomatic Medicine And General Practice*. 2019. Vol. 4(4). e0404219. <https://doi.org/10.26766/pmgp.v4i3-4.219>
2. Афузова Г.В., Найдьонова Г.О., Кротенко В.І. Особливості резильєнтності першокурсників закладу вищої освіти в умовах воєнного стану. *Національна безпека України в умовах сучасних викликів*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Чернігів, 22 серпня 2023 р. Чернігів: ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2023. С. 22–25.
3. Громова В. Поняття «резильєнтність» у психолінгвістиці. *InterConf*. 2021. № 77. URL: <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/interconf/article/view/14905>
4. Кіреєва З.О., Мечникова І.І., Бірон Б.В. Психометричний аналіз адаптованої версії шкали резильєнтності (CD-RISC-10). *Габітус*. 2020. Вип. 14. С. 110–116. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.14.17>
5. Лазос Г.П. Резильєнтність: концептуалізація поняття, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології*. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вінниця: ФОП Рогальська І.О., 2018. Вип. 14. С. 26–64.
6. Паскевська Ю.А. Резильєнтність як психологічний ресурс персоналу пенітенціарних установ. *Psychological journal*. 2022. Vol. 8(1). P. 110–119. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.1.8>
7. Пирожков С.І., Божок Є.В., Хамітов Н.В. Національна стійкість (резильєнтність) країни: стратегія і тактика випередження гібридних загроз. *Вісник Національної академії наук України*. 2021. № 8. С. 74–82.
8. Третій саміт перших леді та джентльменів. Ментальне здоров'я: стійкість і вразливість майбутнього. 2023. URL: <https://kyivsummitflg.gov.ua/>
9. APA Dictionary of Psychology. Resilience. 2023. URL: <https://dictionary.apa.org/resilience>
10. Grygorenko Z., Naydonova G. The concept of "resilience": history of formation and approaches to definition. *Public Administration and Law Review*. 2023. Vol. 2. P. 76–88. <https://doi.org/10.36690/2674-5216-2023-2-76-88>
11. Hellerstein D. "How can I become more resilient?" How new research can help us cope with postmodern stresses. *Psychology today*. 2011. URL: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/heal-your-brain/201108/how-can-i-become-more-resilient>
12. Lee Ji, Nam Suk, Kim A-Reum, Kim Boram, Lee Minyoung, Lee Sang. Resilience: A Meta-Analytic Approach. *Journal of Counseling & Development*. 2013. Vol. 91(3). <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00095.x>
13. Rice V., Liu B. Personal resilience and coping with implications for work. Part I: A review. *Work (Reading, Mass.)*. 2016. Vol. 54(2). P. 325–333. <https://doi.org/10.3233/WOR-162300>
14. Sisto A., Vicinanza F., Campanozzi L.L., Ricci G., Tartaglini D., Tambone V. Towards a Transversal Definition of Psychological Resilience: A Literature Review. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*. 2019. Vol. 55(11). P. 745. <https://doi.org/10.3390/medicina55110745>
15. Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience: Working Paper 13. URL: <https://developingchild.harvard.edu/wp-content/uploads/2015/05/The-Science-of-Resilience.pdf>
16. World Health Organization. World health report 2001 – Mental health: new understanding, new hope. [Google Scholar]. Geneva: Switzerland, 2001.

ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЯК ЧИННИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

CHARACTERISTICS OF SELF-FULFILLMENT AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ELDERLY PEOPLE

Дослідження психологічного благополуччя людей похилого віку може допомогти психологам надавати їм більш якісну підтримку, допомагати пристосуватися до нових умов життя та безболісно проходити кризу похилого віку. Метою дослідження було вивчення самоактуалізації як чинника психологічного благополуччя в людей похилого віку. У дослідженні брали участь 80 осіб у віці від 60 до 80 років, серед них 39 жінок та 31 чоловік. Для проведення дослідження були використані психодіагностичні методики «Виявлення рівня самоактуалізації особистості», «Шкала психологічного благополуччя» та «Методика діагностики самооцінки». Для оцінки статистичної значущості взаємозв'язку між показниками самоактуалізації особистості та психологічного благополуччя проведено кореляційний аналіз. Дані, отримані в ході дослідження, показали, що реалізація потреби людини в самоактуалізації можлива лише після задоволення фізіологічних потреб, потреб у безпеці, прихильності, приналежності до певної соціальної групи, повазі та схваленні. Особисте благополуччя відображає відчуття щастя та задоволеності життям, баланс між позитивними і негативними емоціями, а також інтеграцію психологічного та соціального благополуччя. Люди похилого віку потребують адаптації до змін, що відбуваються, і до нового оточення. Зміни в соціальному статусі потребують часу та звання, а самореалізація літніх людей може бути найважливішим чинником психологічного благополуччя. Дослідження самореалізації та психологічного благополуччя серед літніх людей показують, що з віком вони починають замислюватися про прожиті життя, про те, чи правильним був обраний ними життєвий шлях, чи можна було щось змінити, піти іншим шляхом. Незалежно від того, чи задоволена літня людина підсумками проживаного життя, минуле все одно відіграє дуже важливу роль у її житті. Проживши довге життя, літні люди мають власну думку про світ, людей і події, що їх оточують. У більшості випадків літні люди можуть розвивати стосунки з іншими людьми, піклуватися про їхнє благополуччя, співпереживати, формувати прихильність і налагоджувати взаєморозуміння. У багатьох випадках літні люди розуміють, що стосунки ґрунтуються на взаємних поступках.

Ключові слова: самоактуалізація, психологічне благополуччя, тривожність, особистісна самоактуалізація, людина похилого віку.

Researching the psychological well-being of the elderly can help psychologists provide them with better support, help them adapt to new living conditions and painlessly go through the crisis of old age. The purpose of the study was to study self-actualization as a factor of psychological well-being in the elderly. 80 people aged 60 to 80 took part in the study, including 39 women and 31 men. Psychodiagnostic techniques "Determining the level of self-actualization of the individual", "Scale of psychological well-being" and "Methodology of self-assessment diagnostics" were used to conduct the research. To assess the statistical significance of the relationship between indicators of self-actualization of the individual and psychological well-being, a correlation analysis was conducted. Based on the data obtained during the research, it was found that the realization of a person's need for self-actualization is possible only after satisfying the needs of physiological, safety, love, affection and belonging to a certain social group, respect and recognition. Personal well-being reflects the unity of the perceived level of happiness and life satisfaction, the balance of positive and negative emotions, psychological and social well-being. An elderly person must adapt to the changes taking place and adjust to the new environment. Changes in social status require time and getting used to, and self-actualization of an elderly person can become the most important factor in their acquisition of psychological well-being. A study of personality self-actualization and psychological well-being in the elderly showed that in old age, people begin to think about the life they lived, whether they chose the right path in life, whether they could have changed something, followed a different path. It doesn't matter if the inclined person is satisfied with the results of the life path he has passed or not, the past will still play a very important role in his life. An elderly person, having lived a long life, has his own opinion on the world around him, people and events. For the most part, inclined people have satisfied relationships with others, care about the well-being of other people, are able to empathize, have attachments and close relationships. Most often, inclined people understand that human relations are built on mutual concessions.

Key words: self-actualization, psychological well-being, anxiety, personal self-actualization, elderly person.

УДК 159
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.17>

Большакова А.М.

д.психол.н., професор,
завідувач кафедри педагогіки,
психології та філології
Харківська державна академія культури

Бужинська С.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки, психології,
початкової освіти та освітнього
менеджменту
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради

Зайцева О.О.

доктор філософії,
старший викладач кафедри педагогіки,
психології, початкової освіти
та освітнього менеджменту
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради

Постановка проблеми. Реалії сьогодення свідчать, що в більшості європейських країн, і Україна не є винятком, у демографічній структурі зростає кількість людей похилого віку. Така ситуація висуває на перший план проблеми людей похилого віку та необхідність вивчення умов для їх самореалізації та формування психологічного благополуччя. З іншого

боку, сучасна економічна та політична ситуація призводить до виключення цієї категорії людей із суспільних відносин та нехтування їхніми інтересами. Вихід на пенсію, зміна соціально-економічних умов і військові дії в країні є стресовими чинниками для людей похилого віку, які не можуть до них адаптуватися, що сприяє їх кризовому стану. Від того, як літні

люди долають цю кризу, залежить процес їхньої самореалізації та можливість активного та повноцінного життя.

Тому важливим для цієї вікової групи є вивчення процесу самореалізації та формування концепції «позитивного розвитку». Проблема самореалізації в людей похилого віку є важливою складовою психологічного благополуччя, і це питання є не тільки науково актуальним, але й життєво важливим. Люди похилого віку мають особливе призначення та особливу роль у системі життєвого циклу людини. Саме літні люди забезпечують зв'язок поколінь і здатні глибоко розуміти, цінувати та пояснювати життя в цілому, його природу й сенс. Із цієї точки зору одним із пріоритетних напрямків вікової психології та акмеології є вивчення психологічних особливостей людей похилого віку, їх особистісного розвитку та проблем самореалізації.

Аналіз досліджень та публікацій. Протягом багатьох років питання самоактуалізації та психологічного благополуччя особистості хвилювало вітчизняних і зарубіжних учених.

У західній філософії теоретичне осмислення самореалізації людської індивідуальності та практичної рекомендації щодо її здійснення дали Аристотель і Платон. Питання самоактуалізації широко представлено в працях А. Маслоу, Г. Олпорта, В. Франкла, Е. Еріксона та інших. Серед зарубіжних теорій також великою популярністю користуються вчення, у яких ставало питання самореалізації та самоактуалізації особистості, такі як філософсько-антропологічні та психологічні концепції З. Фрейда, аналітична психологія К. Юнга, індивідуальна психологія А. Адлера та неопрейдизм К. Хорні, концепція міжособистісної психіатрії Г. Саллівана, гуманістичний психоаналіз Е. Фромма, епігенетична теорія розвитку особистості Е. Еріксона, а також біхевіоризм (Б. Торндайк, Дж. Уотсон) і неопрейдизм (Е. Толмен, К. Халл) [3; 12; 16]. Цікавим є підхід до визначення особистісного розвитку як процесу гармонізації відносин із соціумом Н. Паттуріна, який містить щонайменше два етапи: а) підвищення рівня усвідомлення соціальних потреб і розширення засобів і способів їх задоволення та б) формування на цій основі автономії. К. Роджерс, зокрема, бачить структуру процесу самореалізації як низку стадій: усвідомлення – адекватність – активність [3]. Можливо, «самоактуалізація» в інтерпретації А. Маслоу та інших учених не знайшла широкого застосування на практиці через те, що розумілася дуже абстрактно: вражаюче самоусвідомлення індивідуальної унікальності та певної вродженої потреби в якійсь активності, яка обумовлена повною внутрішньою і зовнішньою свободою.

На даний час проблема психологічного благополуччя людей похилого віку по всьому світу

стає все актуальнішою. Крос-культурні дослідження під керівництвом Е. Дінера, К. Пітерсена, Р. Райна та К. Шелдона загалом охоплюють понад сто країн [3; 9]. У дослідженнях Р. Лукаса та Ф. Фудзіта з допомогою конфірматорного аналізу було доведено, що рівень екстраверсії впливає на вираженість суб'єктивного благополуччя та позитивних емоцій. Стійкість суб'єктивного благополуччя може бути пояснена також і домінуванням певних установок. Так, домінування спрямованості особистості на позитивний досвід і найкращий результат формує когнітивну диспозицію, названу Ч. Снайдером «надія на найкраще». М. Шайер та Ч. Карвер виділили близьке за змістом поняття – «диспозиційний оптимізм» чи диспозицію «віра в найкращий результат подій». Зокрема, питання про структуру позитивних і негативних емоцій досі залишається дискусійним. Л. Фелдман-Баррет і Дж. Рассел вважають, що позитивні та негативні емоції є двома протилежними полюсами континуального простору конструкту. Таким чином, концепції психологічного благополуччя відкривають нові горизонти в дослідженні особистості, що прагне продуктивної самореалізації.

Мета статті – виявити взаємозв'язок самоактуалізації та психологічного благополуччя в людей похилого віку.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні брали участь 80 осіб у віці від 60 до 80 років, серед них 39 жінок і 31 чоловік. Для проведення дослідження були використані психодіагностичні методики «Виявлення рівня самоактуалізації особистості» Е. Шостера в модифікації Л. Гомзана, «Шкала психологічного благополуччя» К. Рифф (адаптована Т. Шевеленковою, П. Фесенком) та «Методика діагностики самооцінки» Ч. Спілбергера, Л. Ханіна (оцінка ситуаційної та особистісної тривожності). Для оцінки статистичної значущості взаємозв'язку між показниками самоактуалізації особистості та психологічного благополуччя проведено кореляційний аналіз.

Отримані емпіричні частоти були перевірені на нормативний розподіл ознак, що дало можливість використовувати критерій кореляції Пірсона. Обробка даних проводилася за допомогою програми Statistica 10 for Windows.

Коефіцієнти кореляції показників самоактуалізації особистості та психологічного благополуччя в людей похилого віку наведено в табл. 1.

Результати, представлені в таблиці 1, показують, що між більшістю показників самоактуалізації та показниками психологічного благополуччя серед людей похилого віку існують статистично значущі кореляційні зв'язки. Було виявлено низку статистично значущих прямих кореляційних зв'язків між показниками психологічного благополуччя «Автономія», «Само-

Таблиця 1

Взаємозв'язок показників самоактуалізації особистості за методикою «Виявлення рівня самоактуалізації особистості» та показників психологічного благополуччя за методикою «Шкала психологічного благополуччя»

Показники самоактуалізації	Показники психологічного благополуччя								
	Позитивні відносини з іншими	Автономія	Управління оточенням	Особистісне зростання	Життєва мета	Само-сприйняття	Баланс афекту	Свідомість життя	Людина як відкрита система
Орієнтація в часі	***	0,303**	***	***	***	***	***	0,400**	***
Опора	***	0,276*	***	***	***	0,278*	***	0,290*	0,304**
Ціннісна орієнтація	0,370**	***	***	***	0,278*	0,300*	0,289*	0,356**	0,340*
Гнучкість поведінки	***	0,280*	0,388**	***	***	***	***	***	***
Сензитивність	0,390**	0,400**	0,279*	0,381**	0,400**	0,270*	0,281*	0,400**	0,278*
Спонтанність	***	0,450**	0,290*	0,300*	***	***	0,312*	***	***
Самоповага	0,404**	0,290*	0,389**	0,279*	0,367**	0,290*	0,300*	0,278*	0,298*
Самоприйняття	0,361**	0,404**	0,290*	0,381**	0,404**	0,290*	0,285*	0,412**	0,282*
Погляд на природу людини	0,276*	0,321*	***	0,456**	0,522**	0,390**	0,287*	0,289*	0,432**
Синергічність	0,290*	***	***	0,364**	***	0,354**	***	0,287*	0,388**
Прийняття агресії	***	0,371**	***	0,388**	0,293*	0,421**	0,293*	0,301*	***
Контактність	0,400**	0,285*	0,388**	0,282*	0,297*	0,285*	0,300*	0,285*	0,311*
Пізнавальні потреби	***	0,293*	***	0,400**	0,293*	***	0,289*	0,440**	0,300*
Креативність	***	0,421**	***	0,311*	0,288*	***	***	0,282*	***

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p > 0,05$

сприйняття», «Свідомість життя», «Людина як відкрита система» та показником самоактуалізації «Опора». Так, літні люди, які керуються в житті власними цілями, переконаннями, ідеями та принципами, зазвичай залежать від себе, позитивно ставляться до себе, приймають усі аспекти своєї особистості, мають цілі та сенс життя. Іншими словами, це незалежні люди, які не потребують нічийої допомоги, краще сприймають нову інформацію, у них розвивається цілісний погляд на життя, відкритість до нового досвіду, безпосередність і спонтанність переживань.

Очікувано, що показники самоактуалізації особистості «Сензитивність», «Самоповага» та «Самоприйняття» показали статистично значущий прямий кореляційний зв'язок з усіма показниками психологічного благополуччя за методикою «Шкала психологічного благополуччя». Таким чином, чим більше літні люди поважають власні досягнення й емоції та приймають себе як цілісну особистість, тим вище їх психологічне благополуччя. Люди, які глибоко й чутливо усвідомлюють власні потреби та почуття, мають можливості для особистісного зростання й розвитку в старшому віці, можуть розвивати добрі стосунки з оточуючими та вести повноцінне соціальне життя.

Статистично значущі прямі кореляційні зв'язки утворилися між показниками самоактуалізації «Креативність» і «Пізнавальні потреби» із показниками «Автономія», «Особистісне зростання», «Життєва мета» і «Усвідомленість життя». Таким чином, чим вищий ступінь прагнення до здобуття знань про себе та навколишній світ, тим вищий рівень усвідомленості життя та інших людей. Жага до нового створює відчуття нескінченного розвитку. Такі люди сприймають себе, як «зростаючу» особистість, що самоактуалізується, завжди відкрита до нового досвіду, відчуває реалізацію власного потенціалу та, незважаючи на свій похилий вік, спостерігають покращення в собі та своїй поведінці.

Очікувано, що показник самоактуалізації особистості «Контактність» показав прямий кореляційний зв'язок з усіма показниками психологічного благополуччя за методикою «Шкала психологічного благополуччя». Цей результат може означати, що літні люди мають можливість залишатися соціально активними, підтримувати задовільні стосунки з оточуючими, піклуватися про благополуччя інших і співпереживати їм, мати прихильність і близькі стосунки, а також знаходити або створювати правильні умови та ситуації для задоволення своїх особистісних потреб і досягнення своїх цілей.

**Взаємозв'язок показників самоактуалізації за методикою
«Виявлення рівня самоактуалізації особистості» та показників психологічного
благополуччя за «Методикою діагностики самооцінки»**

Показники самоактуалізації	Показники психологічного благополуччя			
	Реактивна тривожність	p	Особистісна тривожність	p
Орієнтація в часі	0,441	<	0,311	<
Опора	0,298	<	0,289	<
Ціннісна орієнтація	-	> 0,05	-	> 0,05
Гнучкість поведінки	0,441	<	0,274	<
Сензитивність	0,406	<	0,400	<
Спонтанність	0,300	<	0,274	<
Самоповага	-	> 0,05	-	> 0,05
Самоприйняття	-0,441	<	-0,274	<
Погляд на природу людини	-	> 0,05	-	> 0,05
Синергічність	-	> 0,05	-	> 0,05
Прийняття агресії	-0,389	<	-0,300	<
Контактність	-0,400	<	-0,300	<
Пізнавальні потреби	-	> 0,05	-	> 0,05
Креативність	0,298	<	0,289	<

Результати, представлені в таблиці 2, свідчать про те, що за методикою діагностики самоактуалізації людей похилого віку більшість показників психологічного благополуччя утворює статистично значущі кореляційні зв'язки. Статистично значущі прямі кореляційні зв'язки утворилися між показниками психологічного благополуччя «Реактивна тривожність» та «Особистісна тривожність» із показником самоактуалізації «Орієнтація в часі». Іншими словами, чим більше люди тривожні, тим більше вони живуть минулим і майбутнім. Люди похилого віку, які живуть сьогодні, тобто мають правильну орієнтацію в часі, думають і піклуються про те, що відбувається сьогодні, є більш спокійними та впевненими в собі.

Показники психологічного благополуччя «Реактивна тривожність» і «Особистісна тривожність» прямо корелюють із показниками самоактуалізації «Опора», «Гнучкість поведінки», «Сензитивність», «Спонтанність» та «Креативність». Так, чим частіше літні люди сприймають нейтральні моменти, як загрози, тим гнучкіші вони в нестандартних ситуаціях і тим більше покладаються на себе в різних складних життєвих моментах. Тривожні люди більш спонтанні та креативні, ніж спокійні. Це пов'язано з тим, що творчість вимагає емоційного драйву, який може забезпечувати тривожний стан.

Показники «Реактивна тривожність» та «Особистісна тривожність» утворюють значущі зворотні кореляційні зв'язки з показниками самоактуалізації «Самоприйняття», «Прийняття агресії» та «Контактність». Таким чином, чим вище в людини похилого віку тривожний

стан, тим гірше вона ставиться до себе та свого життя, вона не сприймає власної агресії, як природну властивість, вважаючи себе поганою людиною, і до мінімуму знижує соціальну активність.

Таким чином, кореляційний аналіз, проведений з метою визначення взаємозв'язку між самоактуалізацією та психологічним благополуччям серед людей похилого віку, виявив статистично значущий зв'язок між багатьма оцінками показників.

Висновки. На основі даних, отриманих у цьому дослідженні, можна зробити висновок, що кореляційний аналіз, проведений для визначення взаємозв'язку між самоактуалізацією та психологічним благополуччям серед людей похилого віку, показав статистично значущу кореляцію між оцінками показників. Результати засвідчили, що чим більше літні люди поважають власні досягнення й особистісні емоції та приймають себе як особистість, тим вище їх психологічне благополуччя. Також було зроблено висновок, що літні люди залишаються соціально активними, мають задоволені стосунки з оточуючими, піклуються та співпереживають за благополуччя інших, мають прихильність і близькі стосунки, задовольняють свої особисті потреби та здатні знаходити або створювати умови та ситуації, які сприяють досягненню власних цілей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондаренко О.В. Психологічне благополуччя особистості як важлива складова її життєвої якості. *Вісник Черкаського університету*. 2018. № 1(331). С. 21–27.

2. Брагіна К.І. Губристична мотивація у структурі мотиваційного профілю осіб літнього віку. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 5. Т. 2. С. 29–32.
3. Вірна Ж.П. Адаптаційний профіль задоволеності життям особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 2. С. 20–25.
4. Гончарова Л.А. Дослідження психологічних чинників творчої активності людей похилого віку. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 2.13. С. 47–51.
5. Гончарова Л.А. Розвиток громадянської самосвідомості та творчої активності людей зрілого віку : навч. посібник. Київ : Вид. КУТЕП, 2015. 89 с.
6. Гупаловська В.А. Самореалізація особистості як наукова проблема. *Актуальні проблеми психології: Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія*. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2002. Ч. 7. С. 37–45.
7. Каргіна Н.В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. Одеса : Наука і освіта, 2015. № 3. С. 48–55.
8. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1(142). С. 1–9.
9. Кашлюк Ю.І. Феномен психологічного благополуччя особистості як об'єкт наукового дослідження. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016. Вип. 2. Том 1. С. 70–74.
10. Коваленко О.Г. Міжособистісне спілкування осіб похилого віку: психологічні аспекти : монографія. Київ : Інститут обдарованої дитини, 2015. 456 с.
11. Коваленко О.Б., Корнев Н.Н. Соціальна психологія. Київ : Тополя, 2006. 400 с.
12. Лисенко Т.І. Психологічне благополуччя як складова поняття «якість життя». *Вісник Національної академії статистики, обліку та аудиту*. 2015. № 1. С. 81–87.
13. Міщиха Л.П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості : монографія. Івано-Франківськ : ПНУ, 2014. 400 с.
14. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : посібник. Київ : Академвидав, 2003. С. 159–277.
15. Поліщук С.А. Емоційно-вольова регуляція процесів старіння людини: проблеми і перспективи дослідження. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. 2013. Вип. 8. Ч. 2. С. 262–270.
16. Помиткін Е.О., Рибалка В.В. Геронтопсихологія навчання особистості похилого віку : посібник. Київ : ІПООД імені Івана Зязюна НАПН України, 2020. 150 с.
17. Ryff C. Self-realisation and meaning making in the face of adversity: a eudaimonic approach to human resilience. *Journal of Psychology in Africa*. 2014. № 24(1). P. 1–12.

СХИЛЬНІСТЬ ДО СУЇЦИДАЛЬНОЇ ТА ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ДІЙ

TENDENCIES TO SUICIDAL AND DEVIANT BEHAVIOR OF ADOLESCENTS DURING MILITARY ACTIONS

З урахуванням сучасних обставин існування українського народу проблема суїцидальності та девіації набуває особливої важливості. Молодь стає особливо вразливою через нестабільну економічну, політичну ситуацію, постійні загрози дії держави-агресора. Треба враховувати, що сам підлітковий вік – це період, який несе непередбачувані зміни в фізіологічному стані дівчат та хлопців, а їхня незрілість психіки лише набуває свого розвитку. Усі ці внутрішні та зовнішні фактори дестабілізують психіку молодого особистості, що може призвести до суїцидальних думок, задумів та дій у цьому напрямку. Соціальне оточення в цей період може бути додатковим фактором, що сприяє формуванню девіантної або суїцидальної поведінки. Метою нашого дослідження було вивчення особливостей осіб молодого покоління, схильних до суїцидальної та девіантної поведінки. Після детального аналізу вітчизняної та зарубіжної літератур, ми дійшли висновку, що проблема самогубств активно вивчалася фахівцями в різних галузях: психології, вікової психології, соціології, медицини, юридичної психології тощо. Наукові дослідження за даною темою були спрямовані на вивчення поведінки індивіда, яка призводить до суїциду з різних аспектів, ставши підґрунтям для подальшого розвитку суїцидології як окремої науки, яка не втрачає актуальності до теперішнього часу.

У своїй роботі ми розглядаємо суїцидальну поведінку як свідомий, спрямований на припинення власного життя вольовий акт, спричиненням якого особистість намагається завершити своє існування, перебуваючи в стані внутрішньої кризи або емоційного страждання.

За результатами проведеного дослідження встановлено, що найбільш критичним віком до скоєння суїцидальних дій є 14 та 15 років, саме підлітки цього віку продемонстрували виражену схильність до суїцидальних дій – 76,92%. Також під час дослідження встановлено, що підлітки схильні до соціально обумовленої поведінки (понад 35% респондентів), залежної поведінки (понад 20% респондентів) та самоушкоджуючої поведінки (понад 15% респондентів), що вказує на необхідність проведення виховної роботи як за темами здорового способу життя, так і з профілактики суїцидальної поведінки серед підлітків, оскільки понад 15% осіб підпадають під групи ризику.

Ключові слова: суїцидальність, суїцидальна поведінка, молодь, девіантна поведінка, девіація.

Taking into account the current circumstances of the existence of the Ukrainian people, the problem of suicidality and deviance takes on special importance. Youth becomes especially vulnerable due to unstable economic and political situation, constant threatening actions of the aggressor state. Taking into account the fact that adolescence itself is a period that brings unpredictable changes in their physiological state and the immaturity of the psyche, which is just beginning to develop. All these internal and external factors destabilize the psyche of a young person, which can lead to suicidal thoughts, plans and actions in this direction. The social environment during this period can be an additional factor contributing to the formation of deviant or suicidal behavior. The purpose of our research was to study the characteristics of the young generation who are prone to suicidal and deviant behavior. After a detailed analysis of domestic and foreign literature, we came to the conclusion that the problem of suicides was actively studied by specialists in various fields: psychology, age psychology, sociology, medicine, legal psychology, etc. Scientific research on this topic was aimed at studying individual behavior that leads to suicide from various aspects, becoming the basis for the further development of suicidology as a separate science that does not lose its relevance to the present time.

In our work, we consider suicidal behavior as a conscious willful act aimed at ending one's own life, causing an individual to try to end his existence while in a state of internal crisis or emotional suffering.

According to the results of the conducted research, it was established that the most critical age before committing suicidal acts is 14 and 15 years, it is teenagers of this age who demonstrated a pronounced tendency to commit suicidal acts – 76.92%. It was also established during the study that adolescents are prone to socially conditioned behavior (more than 35% of respondents), addictive behavior (more than 20% of respondents) and self-harming behavior (more than 15% of respondents), which indicates the need for educational work, both on the topics of healthy way of life and attention should be paid to the prevention of suicidal behavior among teenagers. Since more than 15% of people fall under risk groups.

Key words: suicidality, suicidal behavior, deviant behavior, deviation, young people.

УДК 159.99; 37.013.42; 376.58 (075.8); 37.018.26
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.18>

Головська І.Г.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри теорії та методики
практичної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені
К.Д. Ушинського

Авадані В.А.

здобувачка II курсу магістерського рівня
вищої освіти соціально-гуманітарного
факультету
Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені
К.Д. Ушинського

Тема суїцидальності серед підлітків та молодого покоління в умовах сучасного прогресу, економічної та політичної ситуації, а також з урахуванням розповсюдженості та доступності кіберпростору, збільшеного впливу інформативного простору набуває все більшої актуалізації та зацікавленості науковців.

Ця тема об'єднує в собі соціальні, психологічні та глобальні виклики сучасності. Підлітковий вік вважається одним із найбільш вразливих періодів у житті людини, коли можуть виникати емоційні, психологічні проблеми та питання ідентичності. Це період формування особистості, у якому вирішуються складні питання

самоідентифікації, соціального статусу, побу-
дови системи цінностей і визначення власної
ролі в суспільстві. Усе це викликає емоційне
напруження та інколи стає причиною трива-
лих стресових, а інколи й фруструючих ста-
нів. Відомо, що вплив різноманітних факторів,
таких як емоційний розлад, стрес, недостатня
суспільна підтримка, непорозуміння із зна-
чимими дорослими та однолітками, може
спричинити появу суїцидальних намірів серед
молоді.

Дослідження схильності до суїцидальної
поведінки та самої суїцидальності є дуже важ-
ливим, особливо для вдосконалення підходів
психологічної та психотерапевтичної допо-
моги. Розуміння внутрішньої динаміки, особи-
стісних особливостей та ризикових факторів
може допомогти розробити ефективні психо-
соціальні програми для підтримки та реабіліта-
ції підлітків у вразливий період їхнього життя.
Такі дослідження можуть сприяти зміцненню
психологічного здоров'я молоді, зменшенню
ризиків суїциду та підвищенню якості життя.

Науковий підхід до цієї теми став значно
більш систематичним і широким у XIX столітті,
першопрохідцем вважають Еміля Дюркгейма,
французького соціолога, який розпочав ана-
лізувати соціальні фактори, що впливають на
суїцидальну поведінку. Надалі значний внесок
у розробку проблематики суїцидальної пове-
дінки внесли А. Адлер, Е. Гроллман, К. Лукас,
К. Меннінгер, Г. Сейдіу, К. Хорні, Е. Шнейдман,
М. Фарбероу, З. Фрейд, К. Юнг та інші [3; 4; 6;
8; 11].

Українська суїцидологія відзначається від-
носно короткою історією. Завзятий та бага-
тогранний інтерес до різних аспектів суїциду
виявився в роботі вітчизняних психіатрів, ліка-
рів, психологів, філософів та юристів, таких
як: К.В. Аймедов, Ю.О. Асеева, П.В. Будьоний,
Я.В. Васильєв, В.І. Каневський, В.В. Лісницька,
Н.О. Марута, І.А. Сікорський, Г.Я. Пилягіна,
В.М. Прийменко, О.О. Хаустова, В.В. Шкуро та
ін. [1; 2; 5; 9; 14].

Об'єктом нашого дослідження була схиль-
ність до суїцидальної та девіантної поведінки
підлітків під час воєнних дій.

Метою дослідження було дослідити осо-
бливості осіб молодого покоління, які схильні
до суїцидальної та девіантної поведінки.

Методи дослідження наступні: теорети-
ко-методологічний аналіз теми дослідження,
психодіагностичні та математико-статистичні
методи.

Теоретичний метод включав теоретико-ме-
тодологічний аналіз та узагальнення соціаль-
них, педагогічних і психологічних досягнень,
що стосуються теми дослідження.

До складу психодіагностичного комплексу
увійшли тест про схильність до суїциду (роз-
робник М. Радуга) [12; 13]; методика про

схильність до девіантної поведінки (СДП) (роз-
робник Е.В. Леус) [7; 10].

Після детального аналізу вітчизняної та
зарубіжної літератури ми дійшли висновку, що
проблему самогубств активно вивчали фахівці
в різних галузях. Наукові дослідження за даною
темою були спрямовані на вивчення поведінки
індивіда, яка призводить до суїциду з різних
аспектів, ставши підґрунтям для подальшого
розвитку суїцидології як окремої науки, яка не
втрачає актуальності дотепер.

У нашій роботі ми розглядаємо поняття суї-
цидальної поведінки, як свідомий, спрямова-
ний на припинення власного життя вольовий
акт, спричиненням якого особистість нама-
гається завершити своє існування, перебуваю-
ючи в стані внутрішньої кризи або емоційного
страждання.

Особистість суїцидента скеровується
такими внутрішніми формами перебігу перед-
суїцидального періоду, як міркування, задуми
та наміри з приводу аутоагресивних дій, які
в подальшому набувають зовнішніх проявів,
а саме суїцидальних спроб або завершеного
суїциду.

Вікові кризи можуть розглядатися як детер-
мінуючий фактор суїцидальної поведінки. Але
найбільш суїцидонебезпечною є криза під-
літкового віку, яка відповідно до періодизації
Г. Абрамової проявляється в межах від 11 до
17 років. Цей період супроводжується нерівно-
мірними, але стрімкими темпами анатомо-фі-
зіологічної перебудови організму та переплетін-
ням внутрішньоособистісних конфліктів
і конфліктів із соціумом, збільшуючи ймовір-
ність спроб самогубства серед цієї вікової
категорії.

На етапі експериментального дослідження
було організовано опитування осіб підлітко-
вого віку (14–17 років) у кількості 58 осіб, що
в рамках дослідження розглядається, як 100%
вибірki. Обрані респонденти були розподілені
на дві вікові категорії: у першу групу увійшли
особи, які на час психодіагностичного дослі-
дження досягли віку від 14 до 15 років (ГТ-1),
у кількості 26 осіб, а в другу групу увійшли
особи у віковій категорії від 16 до 17 років
(ГП-2) у кількості 32 особи.

Для визначення схильності обраних рес-
пондентів до суїцидальної поведінки резуль-
тати кількісного аналізу тесту «Схильність до
суїциду» (М. Радуга) представлено на рис. 1.

Під час якісного аналізу отриманих резуль-
татів можливо відзначити, що серед обраних
респондентів яскраво виражена можливість
скоєння суїцидальної спроби при критичній
життєвій ситуації більш ніж у 34% опитаних під-
літків, понад 25% опитаних мають схильність
до рішучих дій щодо припинення власного
життя, а виражену схильність до скоєння суї-
цидальної спроби мають понад 12% опитаних.

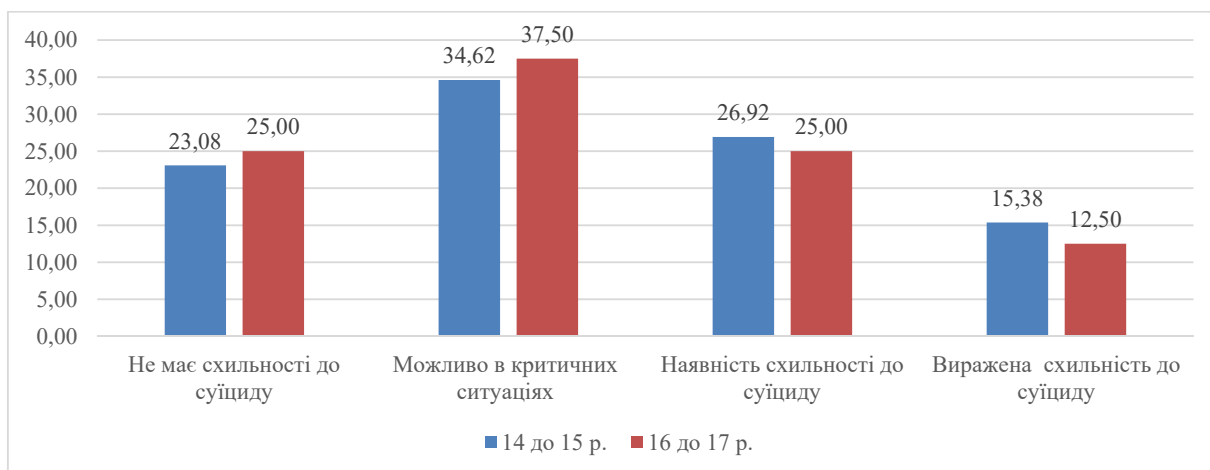


Рис. 1. Схильність респондентів до суїцидальної поведінки

При детальному розгляді отриманих результатів за визначеними групами можна відзначити, що у 23,08% підлітків ГТ-1 (14–15 років) діагностовано відсутність схильності до суїциду, у 34,62% осіб – схильність до можливого скоєння суїцидальної спроби в разі критичної життєвої ситуації, у 26,92% осіб виражена схильність до рішучих дій щодо припинення власного життя, а в 15,38% осіб відзначається виражена схильність до скоєння суїцидальної спроби.

Розглядаючи результати, отримані від респондентів ГП-2 (16–17 років), ми виявили, що у 25,00% осіб діагностовано відсутність схильності до суїциду, у 37,50% осіб відзначено схильність до можливого скоєння суїцидальної спроби в разі критичної життєвої ситуації, у 25,00% осіб виражена схильність до рішучих дій щодо припинення власного життя, а у 12,50% осіб відзначається виражена схильність до скоєння суїцидальної спроби.

На наступному етапі експериментального дослідження ми дослідили наявність схильності до девіантної поведінки за допомогою

методики «Схильність до девіантної поведінки» (СДП) (Е.В. Леус), яка має ряд додаткових шкал, що допомагають виявити психологічні особливості особистості підлітка: ризик соціальної дезадаптації, схильність до депресії, ризик початку вживання наркотичних засобів, можливість і характер суїциду, алкоголізацію тощо.

Для вирішення поставленого завдання ми проаналізували отримані дані та виявили характерні для нашої вибірки види девіантної поведінки. Результати дослідження наведено на рис. 2 і 3.

За результатами дослідження було встановлено, що в підлітків ГТ-1 спостерігався високий показник серед виду девіантної поведінки, 34,62% респондентів мають СОП. Це свідчить про те, що дана категорія підлітків схильна до соціально обумовленої поведінки. Це відносно деструктивний показник, бо особистість адаптується до ведучої, значущої або референтної групи, можливо, до групи, яка має антисоціальну або девіантну в різних варіантах спрямованість.

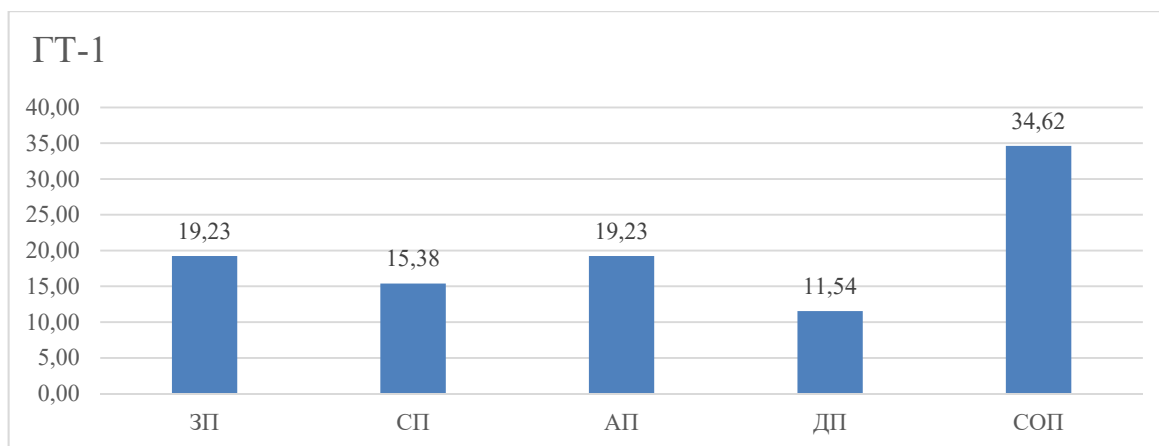


Рис. 2. Схильність до девіантної поведінки ГТ-1

Примітки: ЗП – залежна поведінка; СП – самошкодуюча поведінка; АП – агресивна поведінка; ДП – делінквентна поведінка; СОП – соціально обумовлена поведінка

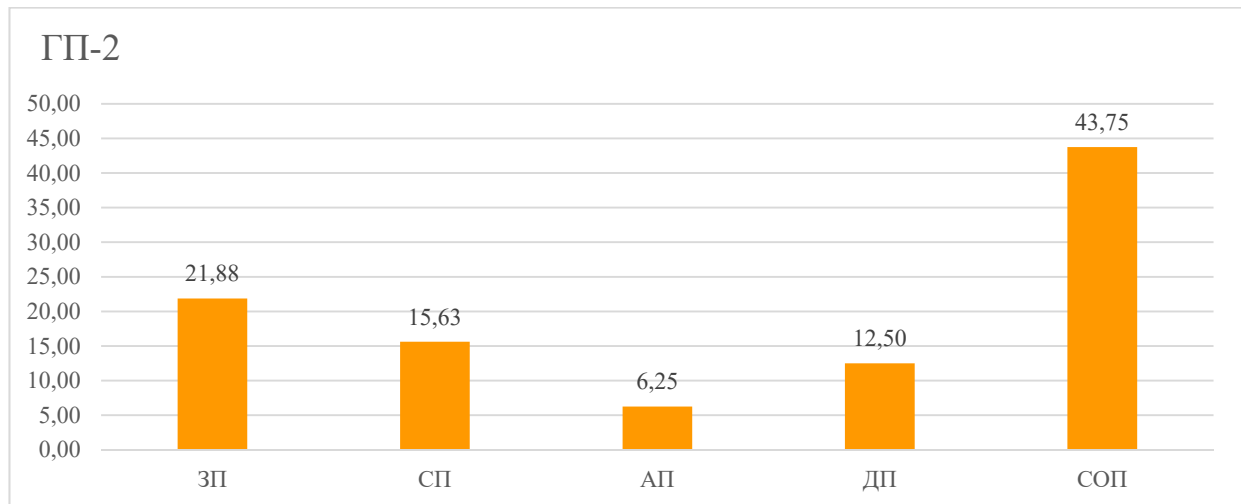


Рис. 3. Схильність до девіантної поведінки ГП-2

Примітки: ЗП – залежна поведінка; СП – самоушкоджуюча поведінка; АП – агресивна поведінка; ДП – делінквентна поведінка; СОП – соціально обумовлена поведінка

Наступний показник ЗП (19,23% респондентів) показав, що підлітки схильні до зловживання різними речовинами, які змінюють психічний стан, включаючи алкоголь і куріння тютюну, окрім хімічних залежностей. Можна також віднести і проміжні (переїдання, голодування) та нехімічні залежності: патологічна схильність до азартних ігор (гемблінг, лудомація), еротичні (любовні адикції та адикції уникнення, сексуальні), соціально прийнятні (роботоголізм, спортивна адикція, компульсивний шопінг, залежність від спілкування, релігійні адикції), кіберадикції (інтернет-залежність, залежність від соціальних мереж, фабінг, селфетіс, web-сьорфінг, кіберкомунікативні адикції тощо), недиференційовані (залежність від отримання задоволення, колекціонування, фанатизм, духовний пошук).

Також у 19,23% респондентів виявлено агресивну поведінку (АП), яка включає вербальну та фізичну агресію, ворожість, негативізм, зухвалість і мстивість. Це притаманно саме періоду тинейджерів (14–15 років), авторитетність батьків змінюється, саме цей період характеризується пошуком своїх авторитетів в інших місцях, і в цьому процесі агресивність набирає різних форм, які потім втілюються в характері. Прояви фізичної та вербальної агресії видно назовні, тоді як інші форми мають менш помітний характер: знищення майна, ведення спостереження за об'єктом, постійний роздратований стан і незадоволеність, відчуття провини та образи, надмірна підозрілість, напади критики на інших людей тощо.

Занепокоєння викликає отримані достатньо високі показники за субшкалою СП – 15,38% респондентів. Висока емоційна сприйнятливості і чутливість, низька стійкість до стресу, відсутність сформованих моделей співволо-

діння із зовнішніми ситуативними проблемами та внутрішніми переживаннями, потреба в тісних контактах з однолітками, прагнення до емансипації від дорослих, переживання вікової кризи та інші актуальні проблеми цього віку можуть сформувати прагнення заподіяти собі біль або фізичну шкоду, навіть до свідомої відмови від життя. Респонденти цієї категорії становлять групу ризику та вимагають уваги до своїх переживань.

ДП виявлено в 11,54% респондентів. Це є нормальним показником, враховуючи вік цієї групи респондентів, оскільки перехід у підлітковий вік характеризується випробуванням «світу на порочність», визначенням меж правильного та неправильного, пошуком та побудовою свого стилю поведінки в соціальному середовищі, який розпочинається в цьому віці. Делінквентна поведінка оцінюється соціумом, як «антисоціальна, яка суперечить правовим нормам, що загрожує соціальному порядку та благополуччю оточуючих людей. Включає поведінку, яка розгортається, як будь-які дії або бездіяльність, заборонені законодавством» [7; 10].

Аналізуючи дані другої групи респондентів, слід зауважити, що вони мають дещо більшу схильність до СОП (43,75% респондентів). Це може бути пов'язаним із тим, що у віці 16–17 років підлітки вже більше розуміють та усвідомлюють необхідність у притримуванні соціальних правил. Більшість із них уже визначилась із стилем своєї поведінки. Досить високим залишається ще показник ЗП – 21,88% респондентів, що може вказувати або на розгортання залежностей, або на подальші проби та пошуки нових відчуттів. Дещо підвищується показник за субшкалою СП – 15,63% респондентів, що є негативним проявом підліткового

віку, на відміну від молодшої групи. Це може вказувати на появу додаткових стресових факторів, якими можуть бути невдалі спроби знайти свою референтну групу, нерозділене кохання, замислювання про майбутнє та пошук сенсу життя. Отже, більш суїцидонебезпечним віком серед наших респондентів виявились опитані у віці 16–17 років.

За результатами проведеного психодіагностичного опитування можливо вказати, що найбільш критичним віком для скоєння суїцидальних дій у рамках нашого дослідження виявилась група (ГТ-1) у віковій категорії від 14 до 15 років, оскільки найбільші показники виявлено за шкалами «Можливість скоєння суїцидального акту в критичній ситуації», «Наявність схильності до суїциду» та «Виражена схильність», що складає 76,92% респондентів даної групи. Для осіб у віковій категорії від 16 до 17 років (ГП-2) сумарний показник визначених субшкал склав 75% опитаних.

Стосовно схильності до девіантної поведінки, при порівнянні показників ГТ-1 та ГП-2 можна зазначити, що у двох цих групах переважають шкали СОП (ГТ-1 – 34,62% респондентів і ГП-2 – 43,75% опитаних), які є значною частиною в успішній соціалізації підлітка в групах. Досить високі показники за ЗП (ГТ-1 – 19,23% респондентів і ГП-2 – 21,88% опитаних) та СП (ГТ-1 – 15,38% респондентів і ГП-2 – 15,63% опитаних) в обох групах, що вказує на необхідність проведення виховної роботи як за темами здорового способу життя, так і з профілактики суїцидальної поведінки серед підлітків, оскільки понад 15% осіб підпадають під групи ризику.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Асєєва Ю.О., Кузнецова А.В., Грачківська В.В. Проблема суїцидальності серед молодого покоління українців. *Габітус*. 2022. Вип. 36. С. 110–114.
2. Блинова О.Є. Психологічні фактори суїцидальної поведінки у підлітковому віці. *Актуальні проблеми суїцидології* : зб. наук. праць. Київ, 2002. Ч. 1. С. 31–33.
3. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби / за ред.

В.Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 106 с.

4. Зубрицька-Макота І.В., Христюк О.Л. Суїцид як крайня форма психологічного неприйняття себе: допомога психологу діагностувати проблему. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія «Психологічна»*. 2014. Вип. 1. С. 13–21.

5. Каневський В.І. Суїцидологія в соціальній роботі : навчальний посібник. Миколаїв : Вид-во ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 348 с.

6. Каневський В.І., Васильєв Я.В. Проблема парасуїцидальної особистості в контексті суїцидальної ситуації. *Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. академіка С.Д. Максименка. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. Вип. 17. Том. X. С. 201–211.

7. Корольчук М.С., Корольчук В.М., Ржевський Г.М. Практична психологія : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2017. 728 с.

8. Кризова психологія : навчальний посібник / за заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків : НЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2010. 383 с.

9. Лісницька В.В. Основні причини суїцидальної поведінки підлітків. *Modern science: innovations and prospects : proceedings of V International Scientific and Practical Conference. Stockholm, Sweden : Diamond trading tour, 6–8 February 2022*. Р. 430–436.

10. Моргун В.Ф., Тітов І.Г. Основи психологічної діагностики : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2009. 464 с.

11. Психологія суїцидальної поведінки : посібник / Д.В. Лебедєв та ін. / за заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків, 2007. 129 с.

12. Рудюк Н.Г., Полетаєва І.О. Сутність суїцидальної поведінки та аспекти її діагностики серед підлітків. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича. URL: http://www.rusnauka.com/6_NiTSB_2009/Psihologia/41838.doc.htm

13. Сербіновська Н.В. Діагностика суїцидальних тенденцій підлітків / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/171/1.pdf>

14. Хаустова О.О. Суїцид: сучасні підходи до профілактики. *Ліки України*. 2013. № 1(167). С. 89–94.

ГРУПОВА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ GROUP THERAPY AS A MEANS OF OVERCOMING GAMBLING ADDICTION

У статті представлено теоретичний аналіз ефективності групової терапії, як інструмента психологічної допомоги особам з ігровою залежністю.

Встановлено, що одним з основних методів допомоги при ігровій залежності є групова терапія. Учасниками терапії є особи, які зазнали соціальної дезадаптації або втратили зв'язок із своїм соціальним оточенням. Досвід, набутий у спеціально організованих групах, сприяє протистоянню відчуженості та покращує міжособистісні відносини.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі групової терапії в психологічній роботі при подоланні ігрової залежності.

Визначено, що ігрова залежність, або ігроманія, відноситься до асоціального виду девіантної поведінки. Проблема ігрової залежності виникає, коли бажання уникнення реальності через зміни в психічному стані стає домінуючим у свідомості, перетворюючись на головну мету. Виникають симптоми абстиненції, толерантності та втрати контролю.

Психологи все активніше включають групову терапію в програми реабілітації осіб, які стикаються з цією залежністю. Основні терапевтичні фактори групової терапії охоплюють універсальність, альтруїзм, міжособистісне навчання та згуртованість серед інших, сприяючи особистісному зростанню та навичкам вирішення проблем.

Груповий метод терапії забезпечує комплексний вплив на особистість пацієнта, сприяючи виявленню та корекції рис характеру, що заважають адаптації та можуть бути джерелом психосоматичних розладів.

Групова психотерапія передбачає організацію психологічного тренінгу, під час якого основний акцент робиться на взаємодії між учасниками, що дозволяє виявити моделі поведінки, які можуть залишатися непоміченими під час індивідуальних сесій. Тому цей метод має наступні переваги: зменшення почуття ізоляції, покращення саморозуміння, вдосконалення навички міжособистісного спілкування, навчання стратегій подолання та соціальних навичок.

Хоча групова терапія має багато переваг, вона також має потенційні недоліки: можливість виникнення конфліктів чи негативної динаміки в групі, відчуття тиску на пацієнтів, а також різниця в глибині проблем пацієнтів може ускладнювати терапевтичний процес.

Ключові слова: залежність, ігроманія, ігрова залежність, групова терапія, психологічна реабілітація, адаптація.

The article presents a theoretical analysis of the effectiveness of group therapy as a tool of psychological assistance to persons with gaming addiction. It has been established that one of the main methods of treatment for gaming addiction is group therapy. The participants of the therapy are persons who have experienced social maladjustment or have lost contact with their social environment. Experiences gained in specially organized groups help to combat alienation and improve interpersonal relationships.

The purpose of the article is a theoretical analysis of group therapy in psychological work in overcoming gaming addiction.

It was determined that gaming addiction or gaming mania refers to an antisocial type of deviant behavior. The problem of game addiction arises when the desire to avoid reality due to changes in the mental state becomes dominant in the mind, turning into the main goal. Symptoms of withdrawal, tolerance and loss of control appear.

Psychologists are increasingly including group therapy in the rehabilitation programs of persons facing this addiction. The main therapeutic factors of group therapy include versatility, altruism, interpersonal learning and cohesion among others, promoting personal growth and problem-solving skills.

The group method of therapy provides a comprehensive impact on the patient's personality. Contributing to the identification and correction of character traits that interfere with adaptation and may be the source of psychosomatic disorders.

Group psychotherapy involves the organization of psychological training, during which the main emphasis is placed on the interaction between participants, which allows to reveal patterns of behavior that may remain unnoticed during individual sessions. Therefore, this method has the following advantages: reducing feelings of isolation, improving self-understanding, improving interpersonal communication skills, teaching coping strategies and social skills.

Although group therapy has many advantages, it also has potential disadvantages: the possibility of conflicts or negative dynamics in the group, the feeling of pressure on patients, as well as the difference in the depth of patients' problems can complicate the therapeutic process.

Key words: addiction, game addiction, game addiction, group therapy, psychological rehabilitation, adaptation.

УДК [159.97.072.43-042.72:615.851]:35
1.762
DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.
2023.53.19](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.19)

Козира П.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Львівський державний університет
внутрішніх справ

Легка А.І.

викладач кафедри практичної
психології
Львівський державний університет
внутрішніх справ

На сьогодні ігрова залежність є однією з найпоширеніших нехімічних (поведінкових) залежностей у світі. Згідно з епідеміологічними дослідженнями, у Північній Америці та Європі відсоток осіб з ігровою залежністю коливається від 1,5% до 13,9% [6, с. 2215]. У Гонконгу серед підлітків цей показник досягає 15,6%, у В'єтнамі – 21,2%, а в Китаї серед студентів – 15,2%–21,3% [3, с. 568; 14, с. 620]. Найвищі показники спостерігаються в Ірані – 24,5% серед студентів та в Малайзії – 36,9% [4, с. 8].

Ігрова залежність – по суті явище соціально-психологічне, але ця проблема фіксується на індивідуальному рівні. Ігроманія характеризується неконтрольованим, повторюваним бажанням людини брати участь в іграх, що часто призводить до значних порушень або дистресу [1].

Отже, ця залежність широко поширена в середовищі підлітків, молоді та набуває характеру національного лиха. У зв'язку з цим дедалі більше фахівців у сфері наркології, психіатрії,

психотерапії, практичної психології почали звертати увагу на цей розлад [17, с. 218].

Одним із ключових методів боротьби з ігровою залежністю є групова терапія. Учасниками групової терапії часто є особи, які відчували соціальне відчуження або втратили зв'язок зі своїм соціальним оточенням. Досвід, набутий у таких спеціалізованих групах, допомагає протистояти почуттю відчуженості та вирішувати конфлікти, що виникають у міжособистісних відносинах. Робота в групі сприяє глибокому самодослідженню та інтроспекції [16, с. 78].

І. Ялом [19], Н. Петрі [18], М. Гріффітс [9] та інші дослідники акцентують увагу на важливості використання групової терапії при роботі з ігровою залежністю. Саме І. Ялом акцентував увагу на важливості міжособистісної взаємодії в групі та її терапевтичному ефекті.

Однак варто зауважити, що не всі аспекти групової терапії в контексті ігрової залежності досліджені. Хоча існують численні докази ефективності групової терапії, є питання, які потребують додаткового вивчення.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі групової терапії в психологічній роботі при подоланні ігрової залежності.

Ігрова залежність відноситься до асоціального виду девіантної поведінки. Ця проблема виникає, коли бажання уникнення реальності через зміни в психічному стані стає домінуючим у свідомості, перетворюючись на головну думку, яка змінює життя та віддаляє від реального світу. Згубна звичка може розвиватися досить довго – від кількох місяців до 3-х років [15, с. 593].

Ігроманію умовно поділяють на дві категорії: азартні ігри (ставки на різні види спорту, покер, казино, рулетка, ігрові автомати, ігри в лотерею) та комп'ютерні ігри (частіше за все насильницького характеру – зі зброєю, вбивствами та ін.) [7, с. 594].

Фактори, які впливають на розвиток залежності, умовно поділяють на такі групи [8, с. 327]:

- індивідуальні фактори (низька самооцінка, висока імпульсивність і невротизм);
- фактори навколишнього середовища (вплив сім'ї та однолітків, а також наявність ігрових ресурсів).

1. Griffiths стверджував, що існує шість психологічних компонентів цієї залежності [10, с. 32; 9, с. 196]:

2. Помітність. Гра домінує над думками, почуттями та поведінкою.

3. Зміна настрою. Гра використовується як стратегія подолання, щоб змінити настрій.

4. Толерантність. Час, проведений за грою, стає довшим для того, щоб досягнути зміни настрою.

5. Симптоми абстиненції. Виникає психологічне чи фізичне відчуття дискомфорту, коли немає можливості грати.

6. Конфлікт. Між- та/або внутрішньоособистісний конфлікт, викликаний ігровою поведінкою.

Рецидив. Повернення до старих моделей гри після періоду утримання.

Ці шість компонентів значною мірою збігаються з критеріями залежності від психоактивних речовин як у DSM-V, так і в ICD-11.

Необхідно відзначити, що будь-який вид ігроманії небезпечний та може викликати неприємні наслідки для людини. Особа отримує приємні відчуття від гри – у крові підвищується вміст дофаміну, задоволення зростає, збуджується нервова система, і в процесі гри відбувається підкріплення різними емоціями – як позитивними, так і негативними. Усе це призводить до залежності від таких почуттів, внаслідок чого виникають симптоми абстиненції, толерантності та втрати контролю. Крім того, такі супутні захворювання, як депресія, тривога та соціальна фобія, часто пов'язані з ігровою залежністю [15, с. 595].

У важких випадках це викликає страждання членів сім'ї, а також може спровокувати повний розпад особистості. Відомі навіть випадки суїциду, як наслідок ігроманії [5, с. 430].

Психологи все частіше застосовують метод групової терапії для реабілітації осіб з ігровою залежністю, відзначаючи клінічну, соціальну та економічну ефективність [11, с. 390].

Групова терапія – це тип психотерапії, який передбачає одночасну роботу одного або кількох терапевтів із кількома людьми. Основні терапевтичні фактори групової терапії охоплюють універсальність, альтруїзм, міжособистісне навчання та згуртованість серед інших, сприяючи особистісному зростанню та навичкам вирішення проблем у людей [19, с. 112].

Груповий метод є особливо ефективним для глибокої взаємодії з особистістю пацієнта, виявлення тих характеристик, які стають перешкодою для адаптації та є причиною психосоматичних проблем.

Існують численні методи класифікації терапевтичних груп. Тому розглянемо деякі з них [16, с. 24].

За фокусом та змістом:

1. Психоуніверсальний: зосереджені на наданні інформації та інструментів.

2. Процес-центрований: зосереджені на корисності групових відносин та емоційному вираженні.

За розміром:

1. Малі групи: зазвичай від 5 до 10 учасників, дозволяють більше взаємодіяти та згуртуватися.

2. Великі групи: можуть сприяти формуванню підгруп та розподілу завдань.

За структурною ознакою учасників:

1. Однорідні групи: учасники мають схожі проблеми чи особливості.

2. Неоднорідні групи: учасники можуть значно відрізнятись за статтю, віком, соціальним становищем тощо.

За механізмом участі:

1. Відкрита терапевтична група: дозволяє новим учасникам приєднуватися будь-коли. Це може бути корисно для осіб, які шукають негайну підтримку.

2. Закрита терапевтична група: складається з фіксованої кількості учасників, які зобов'язуються відвідувати групу протягом певного періоду часу.

За тривалістю:

1. Короткострокові: тривають від декількох тижнів до декількох місяців.

2. Довгострокові: можуть тривати роками, забезпечуючи глибокий підхід до проблем.

Групова терапія передбачає організацію психологічних тренінгів, під час яких основний акцент робиться на взаємодії між учасниками. Це середовище сприяє розкриттю патернів поведінки, які можуть бути невиявленими під час індивідуальних сесій. Терапевт активно працює з групою, допомагаючи зрозуміти динаміку взаємодій, пояснюючи сутність патологічних процесів, а також обговорюючи можливі стратегії роботи з проблемами [9, с. 196].

Основні напрями в груповій роботі включають такі аспекти, як самопізнання, саморозкриття, робота з емоційними реакціями та їхніми проявами, осмислення глибоких емоційних травм [19, с. 246].

Учасниками групової терапії часто стають особи, які втратили соціальні зв'язки або знаходяться в ізоляції від певного соціального оточення. У цьому контексті роль терапевта полягає в сприянні відновленню цих зв'язків та реінтеграції особи в соціум. Таким чином, знання та навички, набуті в рамках груп, допомагають протистояти почуттю відчуженості та вирішують проблеми в міжособистісних відносинах. Умови групи створюють мікросоціум, віддзеркалюючи зовнішній світ і надаючи реалістичність взаємодії учасників.

При побудові ефективної групової терапевтичної практики психологам необхідно звертати увагу на декілька ключових особливостей, які характеризуються наступними положеннями [19, с. 265]:

1. Індивідуальний підхід до пацієнта. Важливо пам'ятати, що кожний пацієнт рухається своїм темпом і може знаходитися на різних стадіях своєї особистісної еволюції. Вимоги до нього повинні відображати його індивідуальний прогрес, а не загальний рівень групи. Завищення вимог до пацієнта, який за своїми динамічними показниками відстає від решти, може підірвати ефективність терапії не лише для нього, а й для всієї групи.

2. Розуміння динаміки групи. У групі можуть існувати підгрупи пацієнтів, які перебувають на різних стадіях своєї психотерапевтичної

подорожі. Це робить межі між фазами розвитку групи менш виразними та вимагає від психолога гнучкості та здатності адаптуватися до різних динамічних етапів. Відповідно дуже важливе вміння – ефективно взаємодіяти одночасно з різними підгрупами, враховуючи їх унікальні особливості та потреби.

Корекційні групи працюють на основі кількох ключових принципів, що відображають їхню суть та мету [16, с. 141]:

- створення середовища, де учасники можуть вільно проявляти свої емоції;

- формування глибокого почуття єдності та відчуття злиття з групою;

- забезпечення простору для саморозкриття, яке може бути як добровільним, так і обов'язковим залежно від контексту;

- заохочення учасників до експериментування з новими формами поведінки не лише в межах групи, але і в повсякденному житті.

Визначено чотири ключові фази групової терапії, а саме [13, с. 280]:

1. Початкова або орієнтована стадія. Ця стадія сконцентрована на встановленні довіри між учасниками та терапевтом. Оскільки учасники зазвичай є незнайомими одне з одним, ця фаза є критично важливою для створення безпечного середовища, де пацієнти можуть відчувати себе комфортно, ділячись своїми почуттями та страхами щодо ігрової залежності.

2. Перехідний етап. На цій стадії учасники можуть мати побоювання або невпевненість щодо того, чи можуть вони дійсно долати свою залежність у груповому середовищі. Ця фаза включає в себе навчання учасників групи розпізнавати та проявляти свої емоції та відчуття.

3. Робочий стадіон. На цій стадії учасники активно працюють над своєю залежністю, користуючись підтримкою та взаємодією з іншими членами групи. Терапевт у цій фазі активізує роботу групи, направляючи увагу на конкретні проблеми, які потребують вирішення.

4. Фінал, або етап консолідації. Після активної роботи над проблемою ігрової залежності настає час підсумовувати здобутки та готуватися до завершення групової терапії. Ця фаза важлива для забезпечення того, щоб пацієнти мали засоби та стратегії для подолання майбутніх викликів поза межами терапевтичної групи.

Взаємодія на групових заняттях чітко демонструє, що багатьом учасникам важко сприймати, аналізувати та артикулювати свої почуття. Замість самоприйняття та осмислення своєї втрати контролю над ситуацією та відповідальністю за своє здоров'я, вони заперечують потенційні ризики, проявляють агресивність і виявляють ухилення від проблем. Корінням проблеми є конфлікт між власним «Я» та залежною поведінкою особистості.

Відновлення розпочинається з турботи про себе, налагодження внутрішньої гармонії та

взаємодії з іншими. Автентичність, що сприяє здоровому «Я», є ключем до тривалих стосунків із самим собою та оточенням.

Щоб подолати проблему ігрової залежності, потрібне захищене середовище. Тому в контексті відновлення є важливим створення «зон безпеки».

Щире визнання власної залежності покладає початок новим, здоровим відносинам із собою та оточуючим середовищем, а спроби приховати залежність лише поглиблюють проблему.

Незважаючи на потребу в підтримці родини, залежні часто стикаються зі складними взаємозв'язками в сім'ї, що ускладнює процес відновлення. На групових сесіях люди вчаться відкритому спілкуванню, знаходячи однодумців зі схожими проблемами та переживаннями. Це сприяє глибокому взаєморозумінню на емоційному рівні.

Обговорення особистих труднощів може спочатку викликати почуття незручності та сорому через неузгодженість із загальноприйнятими соціальними стандартами. Проте, будучи в групі, людина помічає, що незалежно від розповідей теплота стосунків між учасниками зберігається. Це сприяє зменшенню внутрішнього напруження. Щире бажання підтримувати інших та відмова від маніпулювання стають ключовими в процесі відновлення. Така взаємна підтримка є незамінною: учасники групи відчують свою значущість, зростає самооцінка, і є можливість поділитися корисним досвідом [13, с. 283].

Люди з проблемою ігрової залежності, які залучені до групової роботи, відчують початок особистісного відновлення. Їхнє розуміння світу розширюється, з'являється інтерес до самопізнання, якого раніше уникали.

У рамках групових сесій особа отримує можливість знаходити відповіді на актуальні питання, розвиває навички спілкування та випробовує нові поведінкові стратегії. Така діяльність створює відчуття комфорту та допомагає саморозвитку.

І. Ялом описав десять основних лікувальних аспектів, які визначають діяльність більшості груп [19, с. 82]:

1. Створення спільної, згуртованої атмосфери.
2. Внесення відчуття оптимізму та надії.
3. Процес узагальнення досвіду, отриманого від інших.
4. Формування альтруїстичних взаємодій.
5. Обмін важливою інформацією та колективне міркування.
6. Адаптація та перенесення навичок.
7. Міжособистісне навчання на прикладах інших.
8. Освоєння та вдосконалення міжособистісних навичок.
9. Навчання через спостереження та наслідування поведінки інших учасників.

10. Емоційне вивільнення, або катарсис, як засіб саморефлексії та росту.

Із моменту початку групової терапії та до її завершення кожен учасник зіштовхується з викликами, які стосуються питань авторитету, соціального впливу, особистих цілей і потреб, взаємсприйняття та співчуття. Зрештою, результативність групової терапії заснована на здатності учасників прийняти життєві виклики та впоратися з ними.

Групова терапія виявляється вкрай ефективною в контексті боротьби із залежністю, і ось чому [18, с. 1186]:

1. Вона створює тепле та приймаюче середовище, де люди можуть відчувати себе менш відокремленими від соціуму.

2. Учасникам групи пропонується можливість поглибленого самопізнання завдяки обміну особистим досвідом і отриманню відгуків від інших.

3. У процесі спілкування в групі учасники освоюють ефективні методики подолання викликів і набувають міжособистісних навичок, спостерігаючи за досвідом інших.

4. Група служить безпечною платформою для обговорення викликів, із якими стикаються учасники, а також для взаємної підтримки в процесі відновлення.

5. Відчуття спільноти допомагає подолати стигму та почуття ізоляції, яке часто супроводжує залежність, таким чином підсилюючи ефективність терапевтичного втручання.

6. Через групову роботу учасники вивчають практичні стратегії та соціальні навички, які допомагають уникнути повторення деструктивних шаблонів поведінки.

7. Зворотний зв'язок від інших учасників може допомогти особі переоцінити власні переконання та погляди, підсилюючи самопізнання та особистісний розвиток.

8. Групова форма терапії вигідна також з економічної точки зору. Коли один терапевт працює з кількома особами одночасно, це є більш вартісно-ефективним для всіх сторін порівняно з індивідуальним підходом.

Хоча групова терапія має багато переваг, вона також має потенційні недоліки:

1. Можливість конфліктів або негативної динаміки всередині групи, що потенційно може перешкоджати терапевтичному процесу [19, с. 208].

2. Учасники можуть відчувати тиск, який полягатиме в натиску групи отримати особисту інформацію, перш ніж учасник буде готовим, що спричиняє дискомфорт або опір.

3. Структура групової терапії може підійти не всім. Наприклад, люди з серйозною соціальною тривогою або труднощами міжособистісного спілкування можуть вважати, що групові умови перевантажують.

4. Відмінності в тяжкості залежності, уподобаннях до ігор і супутніх проблемах психіч-

ного здоров'я серед учасників групи можуть ускладнити процес терапії.

Як наслідок, впровадження групової терапії при боротьбі з ігровою залежністю може створити проблеми. По-перше, може бути небажання відвідувати групову терапію через стигму, пов'язану з ігровою залежністю. Також групова терапія вимагає регулярного та постійного відвідування, що може бути складним для осіб із напруженим графіком або матеріально-технічними обмеженнями. Крім того, ефективність групової терапії значною мірою залежить від навичок і досвіду терапевта в управлінні груповою динамікою та підтримці сприятливого терапевтичного середовища [19, с. 224].

Рішення цих проблем вимагає багатогранних підходів. Підвищення обізнаності громадськості щодо ігрової залежності та шляхів боротьби з нею може зменшити стигматизацію та спонукати людей звертатися по допомогу [12, с. 876]. Крім того, ретельний відбір учасників групи може забезпечити більш однорідну групу, тим самим підвищуючи ефективність терапії.

Хоча групову терапію було визначено, як ефективний спосіб боротьби з ігровою залежністю, її часто використовують у поєднанні з іншими терапевтичними втручаннями. Наприклад, у поєднанні з індивідуальною когнітивно-поведінковою терапією (КПТ), яка широко використовується та визнана ефективною в боротьбі з ігровою залежністю [2, с. 115].

Отже, основними методами боротьби з ігровою залежністю є традиційні та адаптовані форми групової терапії.

Групова терапія – це форма психотерапії, яка забезпечує одночасну роботу одного чи декількох терапевтів із групою людей. Основна мета полягає в організації психологічного тренінгу, де головна увага приділяється взаємодії учасників.

Пріоритетними напрямками цієї роботи є самопізнання, самовиявлення, розуміння власних почуттів.

Досвід, набутий у межах таких груп, спрямований на протидію відчуженості, підсилюючи розуміння та вирішення проблем міжособистісних відносин.

Такий підхід сприяє осмисленню особистих помилок, знаходженню підтримки серед однодумців та вибору шляху до здорового життя.

ЛИТЕРАТУРА:

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5). URL: <https://cdn.website-editor.net/30f11123991548a0af708722d458e476/files/uploaded/DSM%2520V.pdf> (дата звернення: 15.08.2023).
2. Barak A., Hen L., Boniel-Nissim M., Shapira N. A comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of Internet-based psychotherapeutic

interventions. *Journal of Technology in Human Services*. 2008. Vol. 26. № 2–4. P. 109–160. DOI: <https://doi.org/10.1080/15228830802094429>

3. Chi X., Lin L., Zhang P. Internet addiction among college students in China: Prevalence and psychosocial correlates. *Cyberpsychol.* 2016. Vol. 19. № 9. P. 567–573. DOI: <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0234>

4. Ching S.M., Hamidin A., Vasudevan R. Prevalence and factors associated with internet addiction among medical students – A cross-sectional study in Malaysia. *Med. J. Malaysia.* 2017. Vol. 72. № 1. P. 7–11. DOI: <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20170737>

5. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (10th ed.). Cengage Learning, 2017. 485 p.

6. Durkee T., Kaess M., Carli V. Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction.* 2012. Vol. 107. № 12. P. 2210–2222. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2012.03946.x>

7. Gentile D. Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological Science.* 2009. Vol. 20. № 5. P. 594–602.

8. Gentile D., Choo H., Khoo A. Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics.* 2011. Vol. 127. № 2. P. 319–329.

9. Griffiths M.D. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use.* 2005. Vol. 10. № 4. P. 191–197.

10. Griffiths M.D. Diagnosis and Management of Video Game Addiction. *New Directions in Addiction Treatment and Prevention.* 2008. Vol. 12. P. 27–41.

11. Ingle P.J., Marotta J., McMillan G. Significant others and gambling treatment outcomes. *Journal of Gambling Studies.* 2008. Vol. 24. № 3. P. 381–392.

12. King D.L., Delfabbro P.H. Video-gaming disorder and the DSM-5: Some further thoughts Australian and New Zealand. *Journal of Psychiatry.* 2013. Vol. 47. № 9. P. 875–879. DOI: <https://doi.org/10.1177/0004867413495925>

13. Kuss D.J., Griffiths M.D., Binder J.F. Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction.* 2012. Vol. 10. № 2. P. 278–296.

14. Malinauskas R., Malinauskiene V. A meta-analysis of psychological interventions for Internet. *Journal of Behavioral Addictions.* 2019. Vol. 8. № 4. P. 613–624. DOI: <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.72>

15. Mentzoni R.A., Brunborg G.S., Molde H. Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking.* 2011. Vol. 14. № 10. P. 591–596.

16. Moreno J.L., Jennings H.H., Whitin E.S. Group method and group psychotherapy. Boston, MA : Beacon House, 2018. 350 p.

17. Petry N.M. Pathological Gambling: Etiology, Comorbidity, and Treatment. 2005. Washington, DC : American Psychological Association, 2005. 417 p.

18. Petry N.M., O'Brien C.P. Internet gaming disorder and the DSM-5. *Addiction.* 2013. Vol. 108. № 7. P. 1186–1187. DOI: <https://doi.org/10.1111/add.12162>

19. Yalom I.D., Leszcz M. The theory and practice of group psychotherapy. New York : Basic Books, 2005. 272 p.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСНОВКИ ВЗАЄМОЗУМОВЛЕННЯ РОЗВИТКУ АКСІОСФЕРИ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF INTERCONNECTION BETWEEN THE DEVELOPMENT OF THE AXIOSPHERE AND SELF-ACTUALIZATION OF PERSONALITY

Стаття присвячена дослідженню розвитку аксіосфери та самоактуалізації особистості, а також взаємозумовленню їх розвитку. Проблеми розвитку аксіосфери та самоактуалізації особистості належить одне з найголовніших місць у дослідженні становлення характеру, психічних станів та їх проявів у людській діяльності. Дослідженнями цієї сфери займалися багато українських і зарубіжних науковців, але ця тема не є повністю вичерпаною. У статті ми розглядаємо поняття цінності в цілому, у науково-історичній перспективі. У статті також розглянуто психологічні чинники взаємозумовлення розвитку аксіосфери та самоактуалізації особистості, що є недостатньо вивченими та потребують більш глибокого дослідження. У психології аксіосфера, на нашу думку, переважно розглядається як система образів у житті особистості, які мають для неї особистий сенс. У нашому дослідженні аксіосфера розглядається як внутрішня система цінностей, які визначають важливість та пріоритети для особистості – це щось, що має, так би мовити, найважливіші сенси для людини.

У статті розглядаються поняття аксіосфери особистості та чинники, за якими вона утворюється. У нашому дослідженні ми також розкриваємо зміст терміна «самоактуалізація особистості» та намагаємось з'ясувати, яким чином відтворюється розвиток взаємозумовлення аксіосфери та самоактуалізації особистості.

Метою дослідження є визначення того, яким є взаємозумовлення розвитку аксіосфери та самоактуалізації особистості. Ми вважаємо, що дана тема є досить актуальною в наш час як для психологічної сфери в цілому, так і для багатьох інших практичних і теоретичних завдань, які можливі в різних дисциплінах соціально-гуманітарного напрямку. У дослідженні поняття аксіосфери та самоактуалізації особистості нами були використані теоретичні методи: систематизація наукових джерел, теоретичний аналіз монографічної літератури, порівняння та узагальнення даних, емпіричні: діагностика самоактуалізації особистості.

Цінності – це те, що найважливіше та найдорожче в житті людини. Узагальнення різних цінностей особистості є його аксіосферою.

Самоактуалізація (у більш широкому змісті) означає тенденцію реалізації внутрішнього потенціалу, тобто самореалізацію, це бажання людини стати такою, якою вона здатна бути, прагнення повністю реалізувати потенційні можливості. У наших респондентів у цілому рівень прагнення до самоактуалізації знаходиться на низькому

рівні. Цей висновок показує нам те, на що необхідно більше звернути увагу особистості для поліпшення якості життєдіяльності в нашому суспільстві.

Взаємозумовлення аксіосфери особистості та її самоактуалізації є взаємозалежним процесом.

Ключові слова: особистість, цінність, аксіосфера, самореалізація, самоактуалізація.

The article is devoted to the exploration of the development of the axiosphere and self-actualization of an individual, as well as the interrelation of their development. The issue of axiosphere and self-actualization development holds a significant place in the study of character formation, psychological states, and their manifestations in human activity. Many Ukrainian and foreign scholars have engaged in research within this sphere, but the topic is not fully exhausted. In this article, we examine the concept of value as a whole and consider this concept from a scientific-historical perspective. We define the notion of the axiosphere and its development. Additionally, in the article, we delve into the concept of the individual's axiosphere and describe how it forms.

The purpose of this research is to ascertain the nature of the interrelation between the development of the axiosphere and the self-actualization of the individual. We believe that this theme remains highly relevant in our time, both for the field of psychology as a whole and for numerous practical and theoretical tasks across various disciplines within the social-humanitarian realm.

In the study of the concept of the axiosphere and self-actualization of the individual, we used theoretical methods: systematization of scientific sources, theoretical analysis of monographic literature, comparison and generalization of data, empirical methods: Diagnostics of self-actualization of the individual.

Values represent what is important and precious in a person's life. The aggregation of various personal values constitutes their axiosphere. Self-actualization (in a broader sense) entails the tendency to realize internal potential, essentially self-realization; it is a person's desire to become who they are capable of being, an aspiration to fully utilize their potential capabilities. Among our respondents, on the whole, the level of aspiration towards self-actualization is low. This conclusion highlights the areas individuals need to pay more attention to in order to enhance the quality of their life activities within our society.

The interrelation between an individual's axiosphere and their self-actualization is an interdependent process.

Key words: personality, values, axiosphere, self-realization, self-actualization.

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.20>

Лааріф А.Ж.

студент магістратури кафедри теорії та методики практичної психології
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Сучасна психологія активно досліджує процеси саморозвитку та самореалізації особистості. В одному з напрямків дослідження

розглядається вплив системи цінностей особистості, відображеної в аксіосфері, на її самоактуалізацію. Аксіосфера представляє

собою внутрішню карту цінностей, які визначають важливість та пріоритети для особистості.

З етимологічного походження цінності – це поняття, яке використовується для позначення об'єктів, явищ, їхніх властивостей, абстрактних ідей, що втілюють у собі суспільні ідеали та виступають, завдяки цьому, як еталон належного [8, с. 597].

Спробуємо розкрити зміст і сенс поняття «цінність». У повсякденному розумінні даного терміна ми вважаємо, що цінність – це щось, що має, так би мовити, надзначущість для людини.

Цінність – це будь-який об'єкт, який має велике значення для суб'єкта, індивіда, групи або етносу. Цей об'єкт може бути життєвою вартістю або відображати інші важливі аспекти для даного суб'єкта. Цінності можуть приймати різні форми, включаючи абстрактні поняття та ситуаційні аспекти, а також конкретні матеріальні блага.

У широкому розумінні цінностями можуть бути не тільки абстрактні смисли та ситуаційні цінності, але також реальні матеріальні речі та ресурси, які мають важливе значення для особистого задоволення, комфорту або інших потреб суб'єкта [6, с. 104].

Ще з давніх часів людство бентежили різні питання про сенс життя, моральні основи особистості та суспільства в цілому. Однією з найважливіших категорій, про яку замислювались філософи в різні часи, – це цінності. У першому підході до цінностей можна визначити розглядання ставлення людини до світу, цінностей – як значень ідей мудрості, мужності, справедливості, добра та ін. Надалі різні уявлення та прояви цінностей розглядали мислителі в епохи Середньовіччя, Відродження, Просвітництва та Нового часу, але аж до середини XIX століття ніхто не використовував поняття «цінності». І. Кант показав відмінність між предметами чуттєвого досвіду та надчуттєвими предметами, чим заклав ґрунт для постановки проблеми цінностей [3, с. 21].

На європейських теренах виникає наймолодша серед загальнотеоретичних дисциплін у філософській науці – наука аксіологія. Аксіологія, теорія цінностей – один із розділів філософії, що вивчає сутність, види, співвідношення та функції цінностей [1, с. 12].

Проблема цінностей як специфічна галузь філософського пізнання та діяльності бере свій початок у середині XIX ст. у Р. Лотце, а в подальшому в неокантіанстві Баденської школи (Віндельбанд, Ріккерт), а також у філософії Ф. Ніцше. Саме ці автори висувають ідею першочергової ролі цінностей у філософії, яка отримала назву «аксіологія» (від грец. *axia* – цінність) [2, с. 8].

Людина ставиться до навколишнього світу та до дійсності крізь призму своїх внутрішніх

цінностей, які є екзистенційним середовищем його життя. Аксіосфера особистості являє собою систему смислових образів життєвої активності людини, яка впорядковує її інтенційні та потенційні запити до самопізнання та самостворення [6, с. 99–100].

А.А. Фурман у своїй монографії [6] розкриває погляди А.Г. Маслоу, який поділяє всі мотиви людини на дві глобальні групи: дефіцитарні (біологічні цінності) та мотиви зростання (буттєві, духовні вартості). Перші спрямовують людину на задоволення фізіологічних потреб (спраги, голоду, холоду та ін.). Їх відсутність провокує хворобливі стани та невротизацію поведінки. Такі біологічні цінності підштовхують людину на зміну несприятливих умов, що викликають напруженість між людиною та світом. Друга група (духовні цінності) – це метапотреби, які пов'язані з прагненням особистості актуалізувати свій потенціал. Саме ці цінності збагачують світ людини, розширюють кругозір, посилюючи психічне напруження, яке змушує людину до самовдосконалення. Прикладами метапотреб, що є аналогом цінностей особистості, є цілісність, поведінкова активність, краса, добро, любов, істина, унікальність, довершеність, духовні запити-діяння та ін. [6, с. 73–74].

У процесі життєдіяльності людина постійно стикається з неймовірною кількістю різноманітних речей, явищ і процесів, і зі всього цього вона відокремлює для себе те, що має для неї якийсь сенс, те, що вона вважає найліпшим для себе, найбільш корисним, дозволяє задовольнити її потреби та інтереси. Серед багатьох трактувань поняття «оцінка» ми можемо дійти висновку, що цінність проявляє себе в акті оцінювання.

Самоактуалізація – прагнення людини до якомога повнішого виявлення та розвитку своїх особистісних можливостей. На противагу прибічникам біхевіоризму та фрейдизму, які вважають, що поведінкою особистості рухають біологічні сили, а внутрішній зміст її полягає в розрядці створеної ними напруженості та пристосуванні до середовища, у деяких напрямках західної психології самоактуалізація висувається на роль головного мотиваційного фактора [8, с. 443].

Для представників гуманістичного напрямку психології основною ідеєю є те, що прагнення людини до максимального розвитку своїх можливостей, яке є усвідомленим, та реалізація їх у практичній діяльності на благо суспільства шляхом самоактуалізації буде являти собою необхідний чинник повноцінного розвитку людини.

Самоактуалізація припускає наявність сприятливих соціально-історичних умов. Це безперервна реалізація потенційних можливостей, здібностей і талантів, як звершення

своєї місії або покликання, долі тощо, як повніше пізнання і, отже, прийняття своєї власної початкової природи, як невпинне прагнення до єдності, інтеграції чи внутрішньої синергії особистості. Навряд чи можна скласти повний список усіх специфічних мотивів, що належать до «самоактуалізації», оскільки кожна особистість має властиві лише їй таланти, здібності та потенційні можливості. Але деякі характеристики залишаються загальними.

Процес самоактуалізації тісно переплітається з процесом життєтворчості, виступаючи передумовою, а часом – результатом останньої. У цьому контексті самоактуалізація починає діяти, як механізм саморегуляції соціальної поведінки особистості. У процесі самоактуалізації формується та усвідомлюється специфічна система ціннісних орієнтацій, що визначають характер змісту та засобів досягнення провідних життєвих цілей особистості й тому складають основу саморегуляції її соціальної поведінки. У процесі самоактуалізації розвивається соціально конструктивна життєва позиція, що передбачає усвідомлення необхідності творчої взаємодії з соціальним середовищем на основі прийняття особистості відповідальності за побудову власного життя, ставлення до оточуючих як до суб'єктів життя, а не засобів досягнення власних цілей. Таким чином, одним із результатів самоактуалізації є формування суб'єктивно та об'єктивно узгодженого, такого, що суб'єктивно вдовольняє певну особистість, стилю життя – індивідуально обраної системи засобів взаємодії з соціальним середовищем [6, с. 71–72].

На думку К. Роджерса, самоактуалізація – це прагнення до зростання, розвитку, самостійності, самовираження, активізації всіх можливостей свого організму. К. Роджерс вважає, що прагнення до повної самореалізації є вродженим для кожного з нас. Так само, як рослини розвиваються, щоб вирости здоровими, а насіння містить у собі прагнення стати деревом, так і людина схиляється до того, щоб знайти цілісність і найбільш повно реалізувати себе. Прагнення до здорового розвитку розглядається як переважаюча та мотивуюча сила в людині, що діє вільно та не ослаблена ні подіями минулого, ні установками сьогодення. Частиною базисного прагнення до актуалізації свого «Я» і є самоактуалізація, яка полягає в прагненні індивіда до розвитку в напрямку все більшої складності, зрілості та компетентності. Самоактуалізація не означає кінець проблем і труднощів, навпаки, особистісне зростання часто може принести певну частку страждань. Здатність людини до самостійного планування своєї діяльності, здійснення своїх планів та аналізу отриманих результатів ведеться з точки зору розвиненості її соціального інтересу. У кожній людині є природне

почуття спільності, або соціальний інтерес – вроджене прагнення вступати у взаємні соціальні відносини співпраці [6, с. 75–77].

Самоактуалізація своїх можливостей та здібностей призводить до розвитку «людини, яка повноцінно функціонує». Звісно, таких людей немає, але до цього ідеалу можливо наблизитися. Така людина рухається до повного знання себе та свого внутрішнього досвіду, може сприймати його без захисних реакцій, не боїться, що усвідомлення своїх почуттів, відчуттів та думок позначиться на її самоповазі. Її уявлення про себе не тільки відповідає досвіду, але і цей досвід правдиво виражається вербальними та невербальними засобами комунікації. Така людина не лицемірить, виказуючи те, що вона відчуває [7, с. 99].

Останнім часом вважається, що потреба в самоактуалізації властива кожній людині, але більша частина людства не досягає її. Людина не досягає самоактуалізації, насамперед, тому, що ця потреба усвідомлюється нею лише тоді, коли в неї задоволені нижчі, базові потреби, або фізіологічні. Це потреби у воді, їжі, сні, безпеці, почутті приналежності та повазі.

Багато хто з людей сумнівається у своїх здібностях, та багато хто навіть не здогадується про свій потенціал і можливості. Часто буває, що прагнення людини до самореалізації пригнічується оточенням і стереотипами суспільства. Особисте зростання вимагає від людини бути готовою до певних змін, прийняття помилок і готовності до ризику, що може бути перешкодою в самоактуалізації людини тому, що вона потребує відчуття безпеки.

Тій невеликій частині людства, якій вдалося самоактуалізуватися, притаманні здатність концентруватись на проблемі, зрілість почуттів і емоцій, вміння протистояти соціальному тиску, впевненість у собі та інші позитивні риси. Таких людей відрізняє усвідомлення свого покликання. Самоактуалізацію психологи рекомендують розуміти як процес, а не як кінцевий результат, це постійна праця людини над собою. Такі люди досягають значно більшого, ніж інші, тому подальше вивчення цього процесу є дуже важливим.

Цінності людини починають формуватися від народження та, з нашого погляду, можуть трансформуватися під впливом часу й різних чинників, які можуть на неї впливати як із довкілля, так і «зсередини» людини, тобто під впливом її психоемоційної сфери. Коли людина є ще дитиною, вона росте в певному середовищі, у якому вже склалася своя, так би мовити, атмосфера – аксіосфера сім'ї.

На особистість безпосередньо впливають ті чи інші погляди і відповідно цінності батьків або тих, із ким пов'язана дитина в процесі виховання. У міру дорослішання аксіосфера

особистості може поступово змінюватися під впливом різних поглядів кола її спілкування, сфери інтересів різних людей, із якими вона взаємопов'язана в процесі спілкування. На становлення людини як особистості зі сформованими поглядами, тими чи іншими цінностями впливають вихователі в дошкільних установах. Потім, коли дитина починає ходити до середньої школи, на неї можуть впливати викладачі. Також безпосередній вплив мають на неї друзі та однокласники, із якими вона безпосередньо спілкується. Якщо підліток відвідує будь-які секції та гуртки, особливо які представляють для нього безпосередній інтерес, то він виявляється в зоні особливого впливу керівника гуртка чи тренера, що є авторитетом для нього. Спілкування з товаришами з секції, одногрупниками у вищих навчальних закладах тощо – усе це безпосередньо впливає на зміну та побудову аксіосфери особистості.

Із певних цінностей особистості починають формуватися потреби людини, які вимагають задоволеності. Виходячи з проведеного нами дослідження, ми можемо зробити висновок, що самоактуалізація людини, на наш погляд, є найпріоритетнішою з потреб особистості. Тільки за повної усвідомленої реалізації своїх талантів і здібностей, своїх потреб, сформованих під впливом ціннісних пріоритетів, її аксіосфери, можна говорити про повну самоактуалізацію людини.

З іншого боку, усвідомлено прагнучи до реалізації своєї основної, на нашу думку, потреби в самоактуалізації, у людини в процесі діяльності, що веде до неї, видозмінюються цінності та, таким чином, і його аксіосфера. У зв'язку з наведеними вище висновками ми вважаємо, що взаємопричинність аксіосфери та самоактуалізації особистості є безпосередньою та очевидною.

Виходячи з даних, які отримали за допомогою діагностики самоактуалізації САМОАЛ (А.В. Лазукін в адаптації Н.Ф. Калина) [4, с. 45–59], ми дійшли висновку, що більшість наших респондентів має самоактуалізацію нижче середнього рівня. На нашу думку, це пов'язано з тим, що країна знаходиться в стані війни, і більшість населення не розуміє, що може бути наступного дня.

Таким чином, проведений аналіз дозволяє зробити висновок, що психологічні основи

є первинними, які безпосередньо впливають на розвиток аксіосфери особистості та її самоактуалізацію в житті, а також взаємозумовлені її розвитком.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Велика українська енциклопедія. Тематичний словник гасел з напрямку «Філософські науки» (філософія, логіка, етика, естетика) / укл.: А.В. Арістова, І.В. Шліхта ; за заг. ред. д. і. н., проф. А.М. Киридон. Київ : Державна наукова установа «Енциклопедичне видавництво» [Електронний ресурс]. 2019. 256 с. Режим доступу: <https://ev.vue.gov.ua/publications/publikatsii-vydavnytstva/thematic-registers/velyka-ukrayinska-entsyklopediya-tematychnyy-reyestr-hasel-z-napriamu-filosofski-nauky-filosofiiia-lohika-etyka-estetyka-ukladachi-aristova-a-v-shlikhta-i-v-za-zah-red-d-i-n-prof-kyrydon-a/>
2. Підлісний М.М. Проблеми аксіології та шляхи їх вирішення : моногр. / М.М. Підлісний. Дніпро : Видавець Біла К.О., 2020. 164 с.
3. Семенова Алла Василівна. Ціннісний вимір досвіду суб'єктів педагогічної дії : монографія / А.В. Семенова. Одеса : Бондаренко М.О., 2016. 436 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://www.pedagogicmaster.com.ua/public/semenova/tsinisnyi_vymir.pdf
4. Філософський енциклопедичний словник : енциклопедія / НАН України, Ін-т філософії ім. Г.С. Сковороди ; голов. ред. В.І. Шинкарук. Київ : Абрис, 2002. 742 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://xpr4stm90bvzr.frontroute.org/s11/7/0/8/6/4/70864.pdf>
5. Фурман А.А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір : монографія / Анатолій Анатолійович Фурман. Одеса : ОНПУ ; Тернопіль : ТНЕУ, 2016. 312 с. Режим доступу: <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/handle/123456789/15190>
6. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості : монографія / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль : ТНЕУ, 2017. 508 с. Режим доступу: <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/handle/123456789/15189>
7. Чудакова В.П. Алгоритм проведення, аналізу, обробки та інтерпретації результатів дослідження «самоактуалізації». *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2019. № 3(34). С. 45–59. [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://lib.iitta.gov.ua/9659/1/Чудакова_3-2015.pdf
8. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с. Режим доступу: https://library.udpu.edu.ua/library_files/427530.pdf

СПЕЦИФІКА РОБОТИ ПСИХОЛОГА З ВІЙСЬКОВИМИ – УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АДАПТАЦІЇ (РА)

THE SPECIFICS OF A PSYCHOLOGIST'S WORK WITH MILITARY ACTION PARTICIPANTS WITH ADAPTATION DISORDER (AD)

У статті розглянуто функції психолога в роботі з учасниками бойових дій, які мають розлади адаптації. Проаналізовано особливості та механізми розладів адаптації, що виникають у військових під час бойових дій, і досліджено різноманітність проявів порушення та перебіг терапевтичних заходів на відновлення психічного здоров'я.

Актуальність даної статті зумовлена територіально-політичним військовим конфліктом в Україні, що накладає відбиток на теперішні та подальші психологічні запити пацієнтів у неврологічних та психіатричних лікувальних закладах. У статті розглянуто та проаналізовано основні функції та етапи роботи психолога з учасниками бойових дій, які страждають на розлади адаптації. Було систематизовано та чітко визначено алгоритм для психологів, які працюють із військовими, що мають розлад адаптації. В алгоритм включено наступні основні етапи роботи: діагностика, психологічна корекція, розробка загальної програми психологічної реабілітації, розробка індивідуальних програм психологічної реабілітації, консультування сімей і близьких військового та їх едукція, впровадження психологічної реабілітаційної програми, підтримка та додатковий психологічний супровід проти рецидивів розладу. Цей алгоритм ретельно розроблено на основі практичного досвіду, отриманого під час інтенсивної роботи з військовослужбовцями в психіатричних закладах м. Одеси.

Основна мета даної статті – визначення алгоритму роботи психолога в клініці на основі практичного досвіду роботи з військовими, з урахуванням методів, підходів, що найбільш ефективно використовують психологи у своїх терапевтичних втручаннях. Стаття включає в себе комплексний аналіз траєкторії та ефективності терапевтичних втручань і підкреслює ключову роль психологів як невід'ємних членів міждисциплінарних команд у рамках реабілітації військових. Спільні зусилля з іншими медичними працівниками мають ключове значення для забезпечення цілісної та орієнтованої на пацієнта допомоги. Це міждисциплінарне партнерство часто передбачає тісну координацію з психіатрами, медичними працівниками та реабілітологами для надання комплексної підтримки учасникам бойових дій на їхньому шляху до одужання.

Ключові слова: специфіка роботи психолога, адаптація, порушення адаптації, розлад адаптації, учасники бойових дій.

The article examines the functions of a psychologist in working with combatants who have adjustment disorders. The features and mechanisms of adaptation disorders that occur in military personnel during hostilities are analyzed, and the variety of manifestations of the disorder and the course of therapeutic measures are investigated.

The relevance of this article is due to the territorial-political military conflict in Ukraine, which has an impact on the current and future psychological needs of patients in neurological and psychiatric treatment facilities. The article examines and analyzes the main stages of a psychologist's work with combatants suffering from adjustment disorders. An algorithm was systematized and clearly defined for psychologists working with military personnel with adjustment disorder. The following main stages of work are included in the algorithm: diagnosis, psychological correction, development of a general program of psychological rehabilitation, development of individual programs of psychological rehabilitation, counseling and education of families and relatives of the elderly person, implementation of a psychological rehabilitation program, support and additional psychological support against relapses of the disorder. This algorithm was carefully developed on the basis of practical experience gained during intensive work with military personnel in psychiatric institutions in Odessa.

The main purpose of this article is to define the algorithm of the psychologist's work in the clinic based on practical experience of working with the military, taking into account the methods and approaches most effectively used by psychologists in their therapeutic interventions. The article includes a comprehensive analysis of the trajectory and effectiveness of therapeutic interventions and emphasizes the key role of psychologists as integral members of interdisciplinary teams in military rehabilitation. Collaborative efforts with other healthcare professionals are key to providing holistic and patient-centered care. This interdisciplinary partnership often involves close coordination with psychiatrists, medical professionals, and rehabilitation providers to provide comprehensive support to combatants on their journey to recovery.

Key words: specifics of a psychologist's work, adaptation, adaptation disorder, adaptation disorder, participants in hostilities.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.21>

Лазоренко Т.М.

к.психол.н.,

доцент кафедри теорії та методики практичної психології

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені

К.Д. Ушинського

Тернавська А.С.

студентка другого (магістерського)

рівня вищої освіти за спеціальністю 053

«Психологія (клінічна та реабілітаційна психологія)»

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені

К.Д. Ушинського

Вплив воєнного конфлікту та бойових дій на території України як надмірний стресовий чинник є стартовим механізмом виникнення та розвитку цілої низки психічних розладів у населення і, насамперед, розладу адаптації (РА).

До початку масштабного вторгнення на територію України розладам адаптації загалом при-

ділялося достатньо уваги в психологічній науці, але недостатньо вивченим зараз залишається питання про саме роль і функції психолога в рамках психологічного супроводу осіб, які мають порушення адаптації в результаті воєнних дій.

При накладенні впливу воєнних дій на вже існуючі психотравмуючі обставини середо-

вища кількість ризиків виникнення психічних розладів зростає, а спеціалістів, що здатні оперативну та повноцінно надати якісну психологічну допомогу населенню, не вистачає, чим і зумовлена необхідність у підготовці клінічних психологів із чітким визначенням алгоритму їх роботи та функцій, які працюють у програмах реабілітації, направлених на роботу саме з військовослужбовцями-учасниками бойових дій, що мають розлади адаптації, та їхніми сім'ями.

Враховуючи те, що військові-учасники бойових дій в Україні перебувають в умовах, що характеризуються гострим стресом та травмуючими обставинами, саме вони мають підвищений ризик до формування та ускладнення порушень адаптації. Цим обумовлене підґрунтя для подальшого більш детального дослідження проблеми порушень адаптації військових взагалі та в умовах воєнного часу й підготовки клінічних психологів до практичної роботи з даною категорією населення.

Вивченням проблеми дезадаптації та розладів адаптації в медико-психологічній літературі в Україні займаються такі науковці, як Л.О. Герасименко [1; 2], Н.В. Пророк, Л.Г. Царенко, С.Т. Бойко [5], О.В. Самойлова [6], А.М. Скрипніков, К.В. Гринь, Я.П. Мартиненко [7], Г.М. Кожина, К.О. Зеленська, Т.Ю. Красковська [8] та ін., які зазначають, що розлади адаптації – це багаторівневий, функціонально детермінований процес із включенням у нього фізіологічних, особистісно орієнтованих і соціальних компонентів особистості.

Для того, щоб прослідкувати процес розвитку порушень адаптації взагалі, потрібно розуміти, що розлади адаптації загалом виникають у особистості у відповідь на стрес у пропорційній взаємозалежності.

Л.О. Герасименко зазначає, що стрес і реакції на стрес є еволюційно закріпленими та необхідними функціями виживання, що сприяють розвитку особистості у всіх сферах її життєдіяльності та потрібне індивіду як каталізатор розвитку та придбання навичок, що забезпечують безперервну адаптацію та стійкість людини до мінливості умов життя (мається на увазі і фізіологічна, і психологічна, і психічна стійкість та адаптація людини) [1].

Для класифікації реакцій людини на стрес, згідно з теорією Г. Сельє, використовують поняття еустресу та дистресу. Реакції на стресові чинники, що спричиняють конструктивні емоційно-поведінкові реакції, називаються еустресом, тобто «корисним стресом», що мобілізує захисні та адаптаційні сили організму (наприклад, фізіологічні процеси імунної системи), а ті, що спричиняють деструктивні емоційно-поведінкові реакції, – дистресом, що переходить межі можливостей людини впоратися з ситуацією, спричиняє сильне фізичне, ментальне або емоційне напруження,

що перевищують індивідуальні та соціальні ресурси особистості, що і спричиняє можливість розвитку розладів адаптації [1; 2].

Виходячи з вищевказаних тверджень, ми можемо розглянути і поняття дезадаптації, тобто протилежність адаптації. Сама дезадаптація – термін, що позначає відсутність або порушення пристосувальницьких функцій людини, зустрічається доволі рідко, зокрема в психологічній та психіатричній практиці. Н.В. Пророк, Л.Г. Царенко, С.Т. Бойко уточнюють, що під дезадаптацією розуміють саме РА, при якому людина не здатна пристосовуватися до умов існування (функціонування), які змінилися або продовжують змінюватися. Тобто дезадаптація – це свого роду хворобливий патологічний стан і передумова появи невротичних розладів, а у військових може бути причиною виникнення посттравматичного стресового розладу (ПТСР) [3].

Згідно з Довідником діагностичних критеріїв 5-го перегляду (DSM-5), задля встановлення діагнозу РА симптоми розладу повинні збігатися з переліком основних діагностичних критеріїв: розвиток емоційних або поведінкових симптомів у відповідь на ідентифікований стресор(и) протягом трьох місяців після початку стресора(ів), симптоми або поведінка є клінічно значущими(ою), про що свідчить одна або обидва з наведених ознак: виражений дистрес, не пропорційний тяжкості чи інтенсивності стресора, з урахуванням зовнішнього контексту та культурних факторів, які можуть впливати на тяжкість симптомів та їх проявів; істотні порушення в соціальній, професійній чи інших важливих сферах діяльності, розлад, пов'язаний зі стресом, не відповідає критеріям іншого психічного розладу та не є просто загостренням попереднього психічного розладу, симптоми не вказують на нормальну втрату, після припинення дії стресора або його впливу симптоми не зберігаються більше ніж шість місяців [3].

РА (F43.2) за Міжнародною класифікацією хвороб 10-го перегляду (МКХ-10) кодується в рамках діагностичної рубрики «Реакції на важкий стрес і адаптаційні механізми». Залежно від особливостей домінуючої симптоматики в рамках розладів адаптації можна умовно виокремити два основні клінічні варіанти: емоційний та поведінковий. Варіант із переважанням у клінічній картині РА емоційних порушень можна розділити на тривожний, депресивний і змішаний [4].

Депресивний варіант характеризується зниженням фону настрою до субдепресивного чи депресивного рівня легкого ступеня, з елементами депресивної оцінки себе, навколишнього середовища та майбутніх перспектив. Відзначається періодичне відчуття пригнічення, смутку, суму, сльозливість. Наявні

відчуття безвиході, самотності, безпорадності, безпомічності, залежності від навколишніх обставин і людей. Зниження самооцінки поєднується з невпевненістю щодо свого професіоналізму, адекватності своїх потреб і вимог, зменшення мотивації до трудової діяльності. Відзначається певне звуження кола постійних інтересів. Із нейропсихологічної оцінки частими симптомами є порушення концентрації уваги, важкість прийняття рішень, зниження рівня спонукань. У клінічній картині має місце млявість, симптоми дратівливої слабкості, апатії, безініціативності та пасивності [3].

Тривожний варіант характеризується немотивованою напруженістю, відчуттям психічного та фізичного дискомфорту, побоюваннями та хвилюваннями, що спроектовані на майбутнє. Спостерігається загальна стурбованість, нервозність, неможливість розслабитися, відчуття внутрішнього тремтіння чи «дискомфорт» і «тиск» у грудях, епізодичні відчуття безпредметної тривоги, неспокійного очікування поганих новин, лиха чи неприємностей. Тривожні думки сприяють виникненню розладів сну. Відзначаються труднощі із засинанням, порушенням глибини сну та його тривалості. Фіксуються спалахи дратівливості та схильність до сумнівів у правильності своєї поведінки. Провідне місце в клінічній картині посідають соматовегетативні порушення у вигляді запаморочення, головного болю, блідості чи почервоніння шкіри, лабільності артеріального тиску, тахікардії, відчуття оніміння чи похолодіння кінцівок, припливів жару чи холоду, підвищеної пітливості, відчуття клубка в горлі, нудоти. Спостерігається і виражена астенична симптоматика як прояви розбитості та дратівливої слабкості, неухважності та незібраності, швидкої втомлюваності та виснажливості, гіперстенічних реакцій на зовнішні подразники [3].

Як вказують А. Кожина та М. Кожин, К. Зеленська, Т. Красковська, змішаний тривожно-депресивний варіант поєднує в собі обидва варіанти клінічних ознак тривожного та депресивного варіантів, але не сягають того ступеня, який би надав можливість діагностувати інший депресивний чи тривожний психічний розлад психогенної природи [8].

РА з переважанням порушень поведінки відзначається такою симптоматикою, як нетерпимість, роздратування, звинувачування у всіх негараздах оточення, короткочасні ситуаційно обумовлені реакції гніву, образи, агресії, що супроводжуються непродуктивною метушливістю, недоцільною активністю та активною конфліктною поведінкою [8].

Слід зазначити, що дія стресового агента може бути як одноразовою, так і багаторазовою; нетривалою або безперервною. Стресорні фактори можуть впливати лише на одну окрему особу чи мікросоціальну групу або

навіть на цілі співтовариства або громади. Деякі стресорні реагенти супроводжують події, пов'язані з нормальним розвитком людини (навчання в школі, робота, одруження тощо), а інші виходять за їх межі (стихийні лиха, катастрофи, воєнні дії тощо).

Л.О. Герасименко відмічає, що воєнні дії на території України є тривалим і пролонгованим стресорним реагентом, який виходить за межі звичайного досвіду та розвитку людини й спричиняє хронічний дистрес, який, насамперед, є травматичним стресом, і відповідно в населення відмічаються неадаптивні поведінкові реакції незалежно від того, чи знаходиться особистість безпосередньо в епіцентрі бойових дій, на периферії воєнного конфлікту або в іншій країні, наслідки хронічного стресу та виснаження можуть потягнути за собою розлади адаптивної поведінки [1].

На основі аналізу клінічних бесід, результатів діагностики та процесу консультування військовослужбовців у психіатричних відділеннях м. Одеси ми можемо стверджувати, що для військових, що мають бойовий досвід, ускладнювальними психічний стан факторами є наявність численних контузій, фізичних травм, із різноманіттям яких досі не доводилося тісно стикатися психологам до початку вторгнення. Відмічається наявність фізичного та психічного виснаження саме через пролонгованість військового конфлікту та нестачу спеціалізованих комплексних програм реабілітації, які враховують усі чинники, що ускладнюють процес роботи з військовими. Відсутність психологічного супроводу або невідповідна якість психологічного втручання в даному випадку призводить до глобальних серйозних наслідків, таких, як розвиток ПТСР або навіть комплексного ПТСР, із численними організаційними рівнями та особливостями протікання порушення; а також, призводить до початку хронічного перебігу хворобливих психічних станів або їх трансформації в синдромо- та симптомокомплекси міцного конструкту цілої низки психічних порушень, що погіршує якість життя і хворого, і його оточуючих.

Також слід зазначити, що порушення адаптації у військових впливають на їхню професійну діяльність, процес виконання своєї роботи, їх особистісні якості, тому першу допомогу військовим надають саме психологи, що знаходяться в зоні бойових дій і беруть на себе відповідальність за психологічний стан військовослужбовців. Саме військові психологи в зоні бойових дій повинні вміти професійно та швидко орієнтуватись у проблемі порушень адаптації військовослужбовців, вміти використовувати діагностичний інструментарій, техніки та методи, що направлені на превентивне втручання або первинну психологічну допомогу перших виявлених ознак РА.

У клініці сучасне лікування розладу адаптації має бути диференційованим залежно від домінуючих клінічних ознак і причин виникнення та потребує мультимодальної системи супроводу, до якої входять: лікарі (займаються супутніми захворюваннями), психіатр (постановка психіатричного діагнозу РА та медикаментозне лікування психопатологічної симптоматики), клінічний психолог (підтвердження діагнозу РА, диференційована діагностика домінуючих симптомів, розробка та впровадження корекційної програми як для військовослужбовців, так і для їх сімей), психотерапевт (психотерапевтичне консультування та супровід із використанням різних методів і технік психотерапії), реабілітологи та інші спеціалісти (рис. 1).

Через тісну взаємодію з лікарями і психіатром, у яких спостерігається пацієнт, клінічний психолог у ході роботи стикається з фармакологічними заходами терапії РА. Насамперед призначення фармакотерапії залежить від тяжкості перебігу РА та особливостей клінічної картини з домінуванням того чи іншого синдромокомплексу. Здебільшого під час лікування використовують транквілізатори, антидепресанти та снодійні препарати [8]. Психологу важливо розуміти та знати, як кожен призначений препарат впливає на психіку пацієнта, які побічні ефекти препаратів та які симптоми захворювання чи функції організму при цьому послаблюються чи посилюються, і враховувати це при діагностичних та терапевтичних заходах задля більш точного

психологічного висновку та складання індивідуальної психокорекційної програми, програм реабілітації. Терапевтичні дії у відповідь на РА мають за мету катартичне реагування на отриману психотравму та усвідомлення внутрішньо особистісних чинників, що слугують перепорою до адаптації вже до нових умов існування, прийняття пережитого стресу як частини життєвого досвіду та певного етапу життя. Допомога пацієнтам із РА може здійснюватися за допомогою психоосвітніх занять, психотерапії та фармакотерапії [7].

Алгоритм роботи клінічного психолога з військовими-учасниками бойових дій з розладами адаптації

На підготовчому нульовому етапі корекційної роботи необхідно забезпечити конфіденційне етичне та прозоре інформаційне поле взаємодії в системі психолог-пацієнт.

Етичний компонент та питання конфіденційності під час роботи є невід’ємною та вкрай необхідною частиною процесу лікування з акцентом на занурення в безпечне довірливе терапевтичне середовище, зосереджуючись при цьому на забезпеченні ефективного психологічного догляду та підтримки.

Роль психолога в клініці насамперед спрямована на формування мотивації пацієнтів до подальшого лікування та реабілітації. Ми пропонуємо використовувати психоосвітні заняття, що орієнтуються на пояснення та донесення необхідної інформації про психічне здоров’я пацієнта, можливі варіанти психічних розладів, їх причини виникнення, ознаки

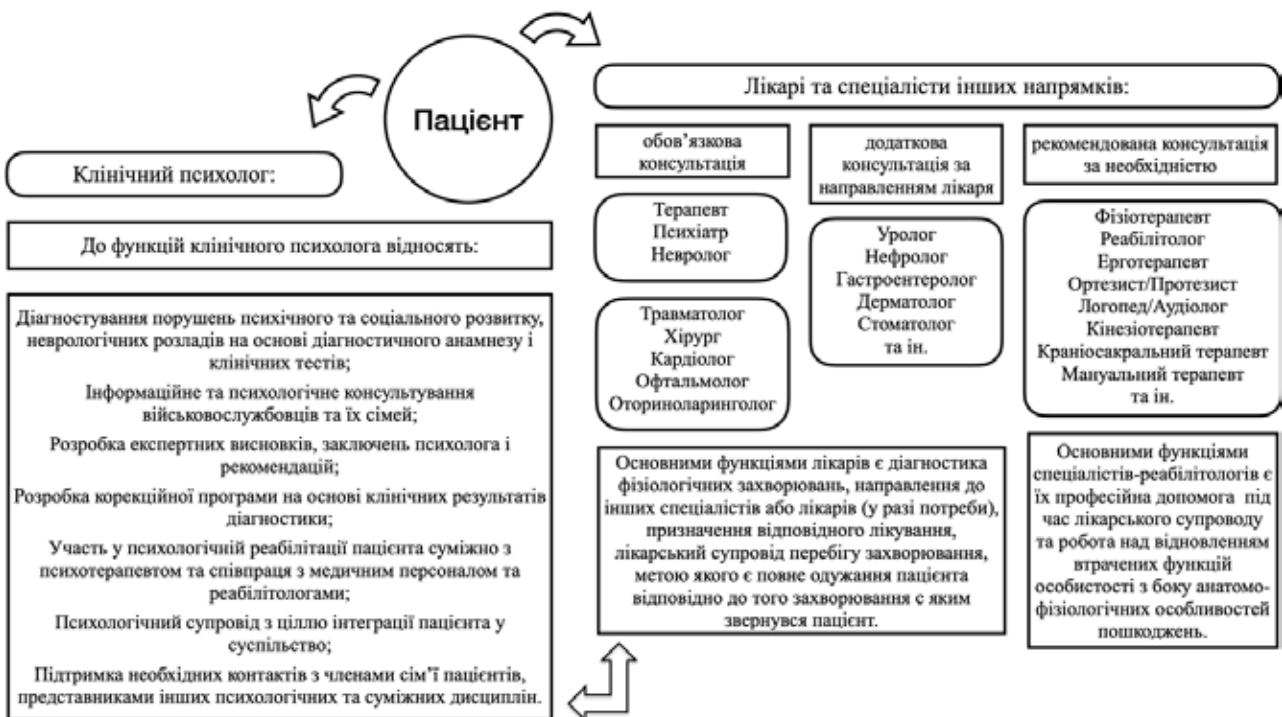


Рис. 1. Функції спеціалістів мультимодальної системи супроводу категорії пацієнтів із розладами адаптації та їх взаємодія

та наслідки, способи та варіанти допомоги. Зокрема, проведення психоосвітніх занять сприяє швидкій та ефективній редукції симптоматики в пацієнтів із РА, а в разі легкої її форми може використовуватися самостійно [8].

Перший етап. Проведення діагностики домінуючих симптомів у пацієнтів з порушеною адаптацією. Пропонується проведення клініко-терапевтичної бесіди з метою ознайомлення з результатами тестування, для додаткової мотивації пацієнта до лікування, що направлене на уточнення та виявлення домінуючих ознак РА. Діагностику рекомендовано поділити на декілька зустрічей від 30 до 90 хв, враховуючи швидкість втомлюваності хворого, можливий дискомфорт, пов'язаний із фізіологічними травмами, та загалом його когнітивні можливості до виконання завдань. Підбір діагностичних методик необхідно здійснювати з метою уточнення домінуючих негативних проявів РА та збережених функцій, на які спирається саме корекційна робота.

Первинна діагностика індивідуальних особливостей складається з клінічної бесіди, за результатами якої заповнюється анкета пацієнта, опитувальники теперішнього самопочуття, тестові методики визначення особистісних особливостей та домінуючих симптомів РА.

У *перший діагностичний блок* необхідно включити анкету пацієнта з епікризом захворювання, анамнез життя (обов'язково включити дані про сімейні відносини), скарги зі слів пацієнта, опис травматичної події, опис поточного середовища, у якому пацієнт зараз знаходиться. До цього необхідно додати опитувальники самопочуття, прояву та інтенсивності психічних і фізіологічних симптомів для визначення загального рівня самопочуття пацієнта. Рекомендовано скласти психологічний портрет пацієнта, використовуючи особистісні відмінності (темперамент, характер, емоційні прояви, психологічні стани тощо) з метою виокремлення «позитивних» частин особистості, через які буде здійснюватися психотерапевтичний вплив, і які складатимуть фундамент психологічної роботи з пацієнтом.

У *другий діагностичний блок* рекомендовано включити нейропсихологічні методики діагностики можливих порушень когнітивних функцій головного мозку (практисис, пам'ять, увага, мислення, інтелект, мовлення тощо) з метою виявлення збережених функцій, через які буде відбуватися психологічна корекція та подальша реабілітація.

Наприкінці діагностики рекомендовано надати пацієнтові психологічний висновок із подальшими рекомендаціями на основі отриманих даних.

Другий етап. Проводять покрокову роботу з пацієнтом у рамках психологічної корекційної

програми в системі мультимодального супроводу, де клінічний психолог проводить терапевтичні бесіди та консультативні зустрічі, тренінги, групові сесії, психогімнастичні вправи, націлені на процес розширення діапазону реагування клієнта на різноманітні подразники, формування навичок, що роблять його поведінку більш гнучкою, підвищують адаптивні можливості його особистості. Слід зауважити, що психокорекція не націлена на зміну поглядів пацієнта або його внутрішнього світу особистості та може проводитися навіть у випадку, коли пацієнт не усвідомлює свої проблеми та психологічного змісту корекційних вправ.

Третій етап. За результатами діагностики та проведеної психокорекційної роботи з пацієнтом необхідно розробити загальну програму психологічної реабілітації для військовослужбовців із РА, а також індивідуальні програми для окремих пацієнтів. За необхідністю соціальної підтримки або бажанням пацієнта необхідно розробити програму групових занять зі суворо підібраними для групової терапії іншими пацієнтами, у яких симптоматика, досвід, особливості протікання порушення та особливості стану хоч частково збігаються з порушеннями пацієнта (групові заняття можна проводити лише в разі повної клінічної діагностики кожного з учасників, а завдання групової сесії та тривалість зустрічей підбирати під їх фізіологічні та психічні можливості).

Четвертий етап. Необхідним інструментом корекції та адаптування пацієнта до життя після травматичного досвіду є психологічний супровід сімей або близьких людей як забезпечення умов для більш ефективного відновлення функціонування особистості в соціумі. Із сім'ями рекомендовано проводити освітні терапевтичні зустрічі й підготувати членів родини та близьких людей до можливих проявів розладу адаптації, пояснити, як це може проявитись у буденному житті. Зі слів пацієнтів, часто саме сім'я з відсутністю розуміння та підтримки стає пусковим механізмом до загострення симптомів та каталізатором тривожних і депресивних станів, а відсутність усвідомлення складності стану пацієнта спричиняє додаткову психічну напругу. Отже, перед включенням пацієнта до сімейної терапії важливим етапом є саме освітня підготовка сім'ї, що забезпечить більш ефективні та повноцінні умови лікування.

П'ятий та шостий етапи. Розробка та впровадження профілактичної превентивної програми проти рецидивів розладу з акцентом на набуття пацієнтами навичок саморегуляції та самопомоги. Цю програму необхідно включити інформацію стосовно можливостей пацієнтів звернутися по допомогу (перелік профільних лікарів та інших спеціалістів (реабілітологи, мануальні терапевти, краніо-сакральні

терапевти, кінезіомасажисти та ін.), профільних реабілітаційних центрів тощо) та релаксаційні методики (абдомінального дихання, контролю дихання, м'язової релаксації, аутогенного тренування та ін.), техніки арт-терапії, музикотерапії тощо (рис. 2).

Тривалість і частота кожної зустрічі необхідно індивідуально обговорити на початку лікування з пацієнтом і брати до уваги симптоматику пацієнта та його здатність виконувати завдання психолога при психічних і фізичних навантаженнях, що виявляється, у першу чергу, при діагностичних заходах. Загальноприйнятим стандартом вважають таку частоту зустрічей: терапевтичні сесії КПТ проводять не менше ніж 1–2 рази на тиждень тривалістю від 60 до 90 хв, релаксаційний тренінг застосовують за необхідністю в індивідуальній формі 1-2 рази на добу по 30 хв, а в груповій формі – по 2–3 рази на тиждень до 60 хв. Курс такого терапевтичного втручання повинен становити від 2-х до 3-х місяців, що підтверджується результатами нашої роботи [2].

Висновки. Виходячи з вищевказаної інформації, можемо сказати, що для військових-учасників бойових дій, які мають діагноз «розлад адаптації», вкрай необхідна професійна психологічна корекція та реабілітація.

Значну роль у психологічній корекції та реабілітації військовослужбовців із розладами адаптації відіграють клінічні психологи. До їхніх обов'язків входить оцінка, діагностика, лікування, профілактика та дослідження. Їхня робота спрямована на покращення психічного благополуччя людей, зменшення стигматизації, пов'язаної зі зверненням за психологічною допомогою, та формування психічного здоров'я, одночасно надаючи високоякісне психологічне лікування для сприяння одужанню серед військовослужбовців, які стикаються з розладами адаптації.

У зв'язку з цим на основі практичного досвіду роботи з військово-службовцями в психіатричних закладах було визначено ефективний алгоритм роботи клінічного психолога. Розроблений та відпрацьований алгоритм

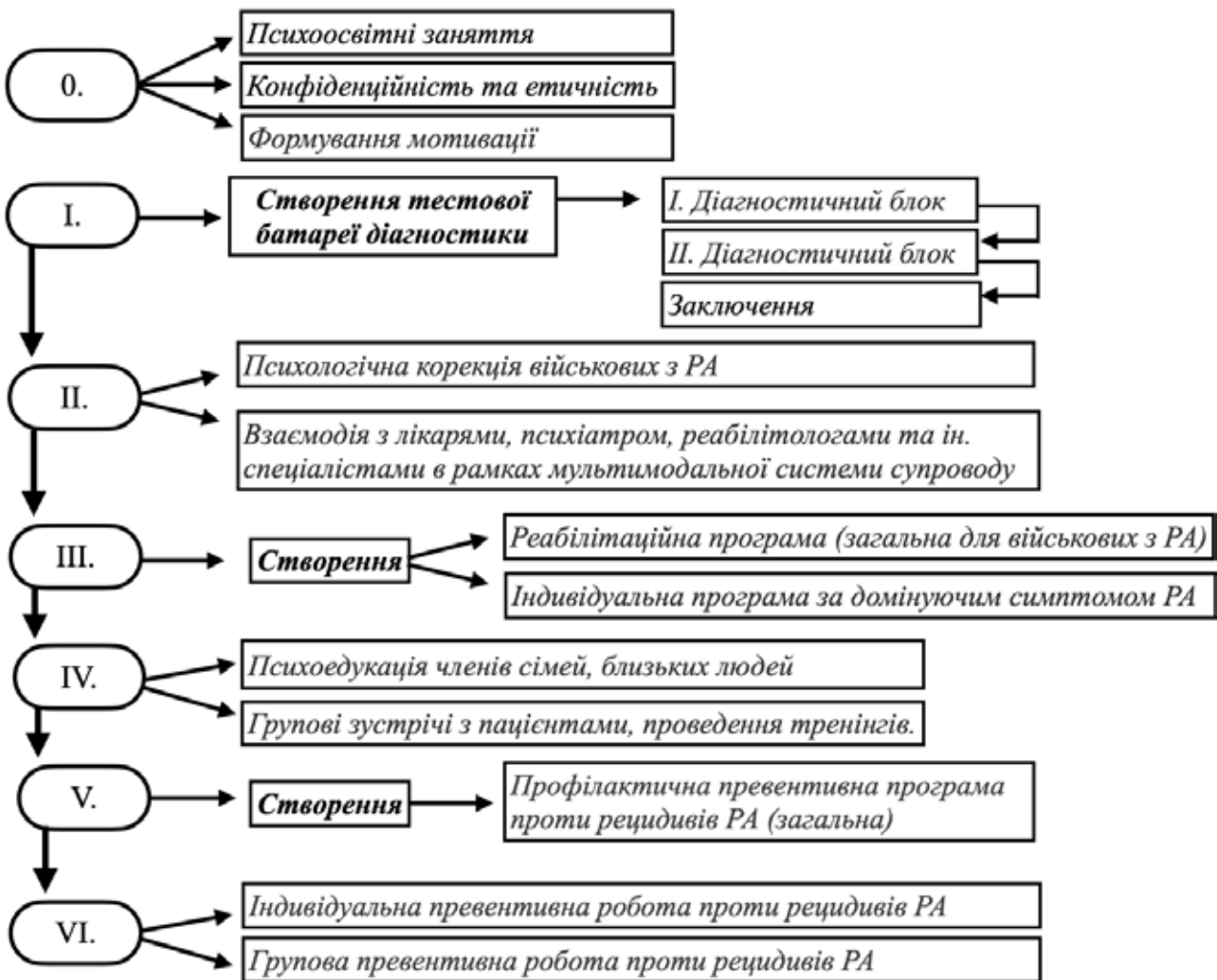


Рис. 2. Етапи роботи клінічного психолога з військовими-учасниками бойових дій із розладами адаптації

роботи психолога дав змогу висунути низку актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми та можливості дослідити ефективність використаних реабілітаційних заходів у корекційній роботі з військовими.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Герасименко Л.О. Психосоціальна дезадаптація (сучасні концептуальні моделі). *Український вісник психоневрології*. 2018. № 1. С. 62–65.
2. Герасименко Л.О. Розлади адаптації та реакції на стрес. *НейроNews*. 2022. № 9–10(137). С. 18–20.
3. Довідник діагностичних критеріїв DSM-5. URL: [https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20_%20DSM-5%20\(%20PDFDrive.com%20\).pdf](https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20_%20DSM-5%20(%20PDFDrive.com%20).pdf) (дата звернення: 09.23.2023).
4. Міжнародна класифікація хвороб 10-го перегляду (МКХ-10). URL: <https://icd.who.int/browse10/2019/en> (дата звернення: 09.23.2023).
5. Пророк Н.В., Царенко Л.Г., Бойко С.Т. Адаптація, дезадаптація, розлади адаптації: питання термінології. *Грааль науки*. 2021. № 9. С. 373–381.
6. Самойлова О.В. Сучасні погляди на проблему розладів адаптації (огляд наукової літератури). *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2018. № 1(9). С. 32–37.
7. Carta M.G., Balestrieri M., Murru A., Hardoy M.C. Adjustment Disorder: epidemiology, diagnosis and treatment. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*. 2009. Vol. 5. P. 15.
8. Kozhyna H., Zelenska K., Kraskovska T., Kozhyn M. A comprehensive approach in the treatment of adaptation disorders. *Ukrains'kyi Visnyk Psykhonevrolohii*. 2020. Vol. 28, issue 4(105). P. 34–39.

EMPIRICAL STUDY OF THE FORMATION OF THE MORAL QUALITIES OF LEADERS OF PUBLIC ORGANIZATIONS

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНОСТІ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ КЕРІВНИКІВ ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ

The article presents theoretical and empirical investigations of indicators of the formation of moral qualities of leaders of public organizations. The psychological analysis of this issue indicates the need for the integration of scientific knowledge to solve the problem of forming a moral and spiritual personality, and the improvement of the professional activity of specialists, on which depends not only the success of reform, but also the ability to make decisions in the organization of public tasks of a diverse nature, acquires a special importance. Science offers a sufficient number of approaches to the study of the formation of moral qualities of an individual, however, in the practice of administrative reform in Ukraine, namely the leaders of public organizations, the review of this problem is insufficient. The purpose of the study is to empirically identify the peculiarities of the formation of moral qualities of leaders of public organizations. 125 leaders of various public organizations acted as the empirical basis of the study. Groups were divided by gender and age. The first group included 75 women – leaders of women's public organizations. The second group consisted of 50 men – leaders of public organizations. N. Pavlyk's "Moral qualities" method was chosen for the psychodiagnostic toolkit for determining the formation of moral qualities of leaders of public organizations with the following indicators: sympathy for others, selflessness, attention, distance, conscientiousness, altruism, honesty, compliance, respect, trust in people.

It has been empirically proven that according to indicators of the formation of moral qualities of leaders of public organizations, almost all criteria of moral qualities are fully formed. The most developed criteria are altruism, followed by honesty, conscientiousness, attention, distance in communication, sympathy for others, compliance and respect. Less developed criteria are selflessness and trust in people. Unfortunately, according to the results, no criterion reached a high level of formation. It was established that the indicators of the formation of moral qualities are higher in the group of men than in women. The results obtained by the integrated indicator of the formation of moral qualities indicate that the average level prevails both in men and in the group of women.

Key words: moral qualities, leaders of public organizations, indicators of moral qualities, formation of moral qualities.

Стаття презентує теоретичні та емпіричні розвідки показників сформованості моральних якостей керівників громадських організацій. Психологічний аналіз даного

питання свідчить про потребу інтеграції наукових знань щодо розв'язання проблеми формування моральної, духовної особистості та набуває особливого значення вдосконалення професійної діяльності фахівців, від яких залежить не тільки успіх реформування, а ще й здатність до прийняття рішень в організації громадських завдань різноманітного характеру. Наука пропонує достатню кількість підходів вивчення сформованості моральних якостей особистості, однак в практиці адміністративної реформи в Україні, а саме керівників громадських організацій огляд даної проблеми є недостатнім. Мета дослідження полягає у емпіричному виявленні особливостей сформованості моральних якостей керівників громадських організацій. Емпіричною базою дослідження виступили 125 керівників різних громадських організацій. Розподіл груп було здійснено за статтю та віком. До першої групи увійшло 75 жінок – керівниць громадських організацій жінки. Другу групу становило 50 чоловіків – керівників громадських організацій. До психодіагностичного інструментарію визначення сформованості моральних якостей керівників громадських організацій було обрано методику «Моральні якості» Н. Павлик з такими показниками: симпатія до оточуючих, безкорисливість, увага, дистанція, совісність, альтруїзм, чесність, поступливість, повага, довіра людям. Емпірично доведено, що за показниками сформованості моральних якостей керівників громадських організацій майже всі критерії моральних якостей цілком сформовані. Найбільш сформованими критеріями є альтруїзм, за ним йдуть чесність, совісність, увага, дистанція у спілкуванні, симпатія до оточуючих, поступливість і повага. Менше сформованими критеріями є безкорисливість і довіра людям. На жаль, за результатами жоден критерій не досягнув високого рівня сформованості. Встановлено, що показники сформованості моральних якостей вищі у групі чоловіків, ніж у жінок. Результати отримані за інтегрованим показником сформованості моральних якостей свідчать, що як у чоловіків так і у групі жінок переважають середній рівень.

Ключові слова: моральні якості, керівники громадських організацій, показники моральних якостей, сформованість моральних якостей.

UDC 159.9:005

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.22>

Parasiei-Hocher A.O.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Pedagogy and Psychology Ukrainian Institute of Arts and Science

Adelaja A.O.

Master's Student in speciality 053 "Psychology" Interregional Academy of Personnel Management

Formulation of the problem. The modern system of the State National Program "Education" and administrative reform in Ukraine requires the integration of psychological knowledge to solve the problem of forming a moral and spiritual personality, and the improvement of the professional activity of specialists, on which depends

not only the success of the reform, but also the ability to accept decisions in the organization of public tasks of various nature. It is noted that modern forms of management of public organizations contribute to a rapid decrease in respect for social norms, moral qualities and values, moral guidelines are ignored, and moral principles are

destroyed. Therefore, a particularly relevant area of modern science and practice is the problem of studying the professional positions of heads of public organizations, their ability to make moral decisions. A person's ability to make moral decisions is determined by the multifaceted process of its formation, the assimilation of moral values, the development of moral qualities, the ability to navigate the principles of norms and rules of morality, the formation of moral consciousness, etc. Modern society requires not only high professionalism, but also the moral position of the subjects of managerial activity, due to the responsibility assigned to them for achieving the goals of the public organization and other people. The difficulty of solving this problem is due to the fact that the activity of the heads of public organizations in the implementation of their management decisions is carried out not only in a socio-economic context, but also in a moral one, which affects the methods of management in general.

The aim of the article is to empirically reveal the peculiarities of the formation of moral qualities of leaders of public organizations.

Presenting main material. In order to achieve the set goal, we conducted an empirical study of the peculiarities of the formation of moral qualities of heads of public organizations. The study of the ability to make moral decisions was conducted in the first quarter of 2021 among middle-aged heads of public organizations (35–55 years old) living in different regions of Ukraine. 125 people took part in the study, 75 of them women, 50 men. The “Moral qualities” method by N. Pavlyk was chosen for the psychodiagnostic toolkit for determining the formation of moral qualities of leaders of public organizations (indicators: sympathy for others, selflessness, warning, distance, conscientiousness, altruism, honesty, compliance, respect, trust in people) [6].

Let's move on to the consideration of the data we received during the diagnosis of the level of formation of moral qualities of leaders of public

organizations according to the “Moral qualities” method by N. Pavlyk. As evidenced by the obtained data, the respondents showed sufficiently diverse results in terms of the level of formation of the criteria of moral qualities. The results of the empirical study are presented in Table 1 and Fig. 1.

Studying the results of the diagnosis of the formation of moral qualities of leaders of public organizations, it can be noted that almost all criteria of moral qualities are fully formed. The most developed criteria are altruism, followed by honesty, conscientiousness, warning, distance in communication, sympathy for others, compliance and respect. Less developed criteria are selflessness and trust in people. Unfortunately, according to the results, no criterion reached a high level of formation.

According to the results of our research, “altruism” is the most developed criterion of moral quality. The academic explanatory dictionary of the Ukrainian language defines altruism as “Selfless concern for the welfare of others and willingness to sacrifice one's personal interests for others; the opposite of selfishness” [1].

Altruism is a moral principle according to which the good of other people and their interests are more important than one's own self and personal interests [2]. The term “altruism” was constructed and introduced into circulation by O. Comte, who developed the traditions of British moral philosophy of the 18th century, to fix the concept opposite to the concept of egoism. A. Comte called altruism “life for the sake of others”, thus considering a person's selfless satisfaction of other people's interests as the highest good [3].

The quantitative indicator of altruism is equal to 5.04, which is slightly higher than the average value of the nine-point scale of this technique. This shows that this criterion is not stable enough in the moral self-awareness of leaders of public organizations. With this level of formation of altruism, altruistic actions of leaders of public organizations will have hidden selfish motives.

Table 1

Results of the study of indicators of moral qualities of respondents, n=125

Indicators of moral qualities	Sympathy for others	Selflessness	Warning	Distance	Conscientiousness	Altruism	Honesty	Compliance	Respect	Trust in people
Average value	4,14	0,81	4,35	4,29	4,59	5,04	4,89	3,98	3,91	1,52

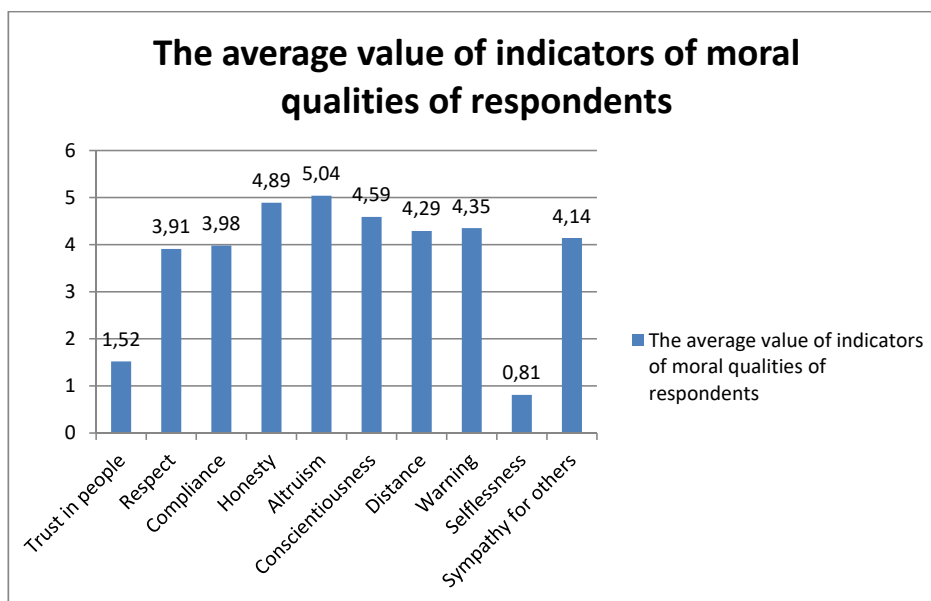


Fig. 1. Results of a study of indicators of moral qualities of heads of public organizations

“Honesty” is the second most developed indicator based on the result of research data processing. According to the academic dictionary of the Ukrainian language, the concept of honesty is defined as “one of the basic human virtues, a moral quality that includes truthfulness, principledness, faithfulness to accepted obligations, subjective conviction in the rightness of the case, sincerity to others and to oneself regarding those motives by which a person is guided. Honesty is one of the most important requirements of morality. Honesty is related to conscience, based on compliance with public norms and is the basis of trust between people. The requirement of honesty stems from the need for mutual coordination of actions in joint activities and from the needs of people’s common life” [7].

Honesty is a character trait according to which a person always tells the truth and tries not to deceive under any circumstances. An honest person avoids lies and understatement. Honesty is the ability to always admit one’s wrongness, never to make excuses, to be sincere in any situation. An honest person has a conscience that never sleeps, which strictly controls all his deeds and actions. An honest person always fulfills his promise, will help in a difficult moment. You can trust him like yourself. He always speaks on purpose and would rather remain silent than flatter and deceive [4].

The indicator “honesty” gained a quantitative value of 4.89, which also slightly exceeds the average value of the nine-point scale of this technique and is only 0.15 points less than the value of altruism. Honesty, like altruism, is formed only at the level of satisfaction, which indicates its instability in moral self-awareness and episodic presence in the ability to make moral decisions by leaders of public organizations. With such

an average level of honesty, unfortunately, it is difficult to count on real honest intentions and actions of leaders of public organizations.

Conscientiousness is the quality of a person to show a sense of moral responsibility to others, a person’s ability to act according to conscience. Such a person freely makes his moral decisions, regardless of the public or popular opinion of other people, he is aware of the responsibility for his actions.

Among the dictionary definitions of the word conscientious, its description is found as “a positive spiritual and moral quality of an individual, which manifests itself as a high sensitivity to the moral side of one’s actions, as self-criticism, as presenting oneself with the highest moral requirements. Conscientiousness prompts to test feelings of guilt, responsibility for what has been done. A conscientious person is ashamed of misdeeds, he never shifts the blame to another, he is able to apologize. Conscientiousness is based on such qualities of spirituality formed in a person as conscience, guilt, fear of doing evil, love for one’s neighbor. This is a very valuable Christian quality” [8]. Honesty is a synonym of the word conscientiousness, which is noted as a result of the research that follows the formation of the criterion of honesty, followed by the criterion of conscientiousness.

V. Yagupov points out that conscientiousness is a personality trait, a moral feeling that prevents a person from bad deeds. This feature prompts a person to evaluate his own motives, actions and their consequences in the process of interpersonal communication, and not the motives of the interlocutor. In contrast to the feeling of guilt that comes after a person commits a bad deed, conscience is activated before making a decision and the deed itself, deters from

imprudent assessments and decisions, for which one will later be ashamed [5].

Conscientious people do not have a consumerist attitude towards people, they are inclined to altruistic actions. However, they often put self-care on the back burner. It is important to note that an excessive display of conscientiousness can inhibit entrepreneurship and dexterity, the ability to find a common language with people.

Conscientiousness, as a criterion of moral quality, has a quantitative value of 4.59, which almost occupies the average value according to the nine-point scale of this methodology. This value is 0.45 points less than the value of altruism and 0.3 less than the value of honesty. This result indicates the unstable, episodic manifestation of this criterion in making moral decisions by heads of public organizations, which reduces their ability to make moral decisions. With such an average level of integrity, unfortunately, most leaders of public organizations cannot always make conscientious decisions.

Paying attention once again to the histogram of indicators of moral qualities of heads of public organizations (see Fig. 1), it can be seen that five criteria of moral qualities, such as attention, distance in communication, sympathy for others, respect and compliance have a quantitative value in limits are greater than or equal to 3.91 and less, or equal to 4.35 ($\geq 3.91 \leq 4.35$). The data of the results indicate their weak and unstable manifestation in making moral decisions, which negatively affects the ability to make moral decisions of the leaders of public organizations. With such a result, you should not expect decisions from them that will include factors of attention, respect and sympathy for people, or compliance.

The criteria "trust in people" and "selflessness" scored the lowest values – 1.52 and 0.81, respectively. This is a very bad result, and causes some indignation, because public organizations serve the people as a fiduciary to those whom they serve; selflessness in motives and actions should be formed and preferably at a high level. Such low indicators of these last two criteria indicate that they were formed only at the initial stage or that they were formed at a higher level than they are at the moment, but gradually declined.

The contradiction is that the best-formed criterion is altruism, and the least-formed is selflessness, while altruism is closely related to selflessness, which can be explained by the fact that it is actually difficult to be altruistic without conscious self-benefit. Today, altruism is quite a fashionable topic, gives a good reputation, but it is difficult to meet true altruism. Leaders of public organizations often, helping others, also help themselves.

When analyzing the average value of the level of formation of moral qualities of all respondents according to all criteria in this experiment, it was

found that the heads of public organizations have an average level of formation of moral qualities with a numerical value of 4.17. This value is unsatisfactory for this category of human society. Leaders of public organizations are leaders and an example for other people in society, and this requires them to have a high level of moral qualities.

A low result of the analysis of the formation of moral qualities of leaders of public organizations according to the "Moral qualities" method by N. Pavlyk compared to an average and high result of the analysis of the development of respect for social norms and ethical requirements of heads of public organizations according to the "Scale of Conscientiousness" method according to V. Melnikov, L. Yampilskyi in the study of the ability to make moral decisions by the leaders of public organizations confirms the previously made proposal that it is easier to find correct and maintain social norms and standards under the socially accepted opinion than when being isolated from everyone. It can be noted that this result indicates that the state system does not sufficiently work with the heads of public organizations, does not require high standards when approving people for leadership positions in public organizations. We consider it necessary for managers to participate in psychological measures of personal growth and pass tests for professional development.

Conclusions. Thus, the empirical study of indicators of moral qualities among leaders of public organizations demonstrated that leaders of public organizations with a high level of ability to make moral decisions are characterized by the formation of moral consciousness, moral qualities (trust in people, respect, compliance, honesty, altruism, conscientiousness, distance, warning, selflessness, sympathy for others), as well as respect for social norms and ethical requirements. Leaders of public organizations at this level of moral development can easily distinguish moral from immoral, can explain moral principles that are the reasons for human actions, justify their own life decisions and worldview beliefs. They are characterized by an awareness of the importance of their moral self-regulation in society, a persistent motivation for moral self-improvement. Leaders with a high level of moral decision-making ability have strong moral convictions. They have a strong sense of duty, respect and adhere to moral standards. They are always accurate and neat in their work, they love order in everything, they are distinguished by responsibility and conscientiousness.

Leaders of public organizations with an average level of ability to make moral decisions have an episodic desire to acquire knowledge about spirituality, values, moral development, want to learn to consciously regulate their emotions, to constructively and positively adjust their lives.

They strive for personal and professional self-improvement, are aware of responsibility for their actions, are critical of their shortcomings, make efforts for self-discovery, self-development, have a desire to do good, benefit their neighbors, the country, and the world.

Leaders of public organizations with a low level of formation of the ability to make moral decisions lack the ability to regulate their thoughts, emotions, and actions in difficult and extreme situations. They are slowly mobilized to overcome difficulties, they have a weak connection between motives and means of achieving goals, there is no critical attitude towards their own actions, but they show cognitive interests and a desire to understand themselves and gain knowledge about spirituality, values, and moral development.

The result of the study shows that it is necessary to work purposefully to make the leaders of public organizations in Ukraine more self-sacrificing, less manipulative and more patriotic. The state must use all means of influencing people through different social groups to identify and honor people with a high level of moral consciousness who have the appropriate criteria applied in the Machiavellian test. Thus, it is possible to change the qualities of civil society, because such a feature will become part of the culture of the Ukrainian people.

The prospects for further scientific research, we believe, by making a repeated cut over time, it is possible to reveal the dynamics of the value development of the individual; determine the effectiveness of special courses, trainings, conferences on moral and spiritual topics; acceptance of participation in charity programs, consultations and other methods aimed at forming moral values among heads of public organizations

in Ukraine. It is advisable to enter the results of the research into a special development card, which allows you to use them in the counseling process in the future.

BIBLIOGRAPHY:

1. Академічний тлумачний словник української мови: в 11 томах. Том 1, 1970. Альтруїзм. *UA*. URL: <http://sum.in.ua/p/1/37/1>.
2. Roger Bergman (2015) The Power of Ideals: The Real Story of Moral Choice, *Journal of Moral Education*. *EN*. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03057240.2015.1069484?journalCode=cjme20>.
3. Carpendale J.I., Hammond S.I., Atwood S. A relational developmental systems approach to moral development. 2013. *EN*. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/B9780123979469000063>.
4. Feldman Hall O., Mobbs D., Evans D., Hiscox L., Navrady L., Dalgleish T. What we say and what we do: the relationship between real and hypothetical moral choices. *Cognition*. 2012. Pp 434–441. *EN*. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010027712000273>.
5. Ягупов В.В. Морально-психологічне забезпечення: курс лекцій. Київ : Київський універсал, 2002. 349 с.
6. Павлик Н.В. Психодіагностика професійно-значущих характерологічних якостей, що обумовлюють психологічну готовність особистості до творчої педагогічної діяльності. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Київ : Видавництво «Фенікс», 2009.
7. Академічний тлумачний словник української мови: в 11 томах. Том 1, 1970. Чесність. *UA*. URL: <http://sum.in.ua/s/chesnyj>.
8. Бех І.Д. Від волі до особистості. Київ : Україна – Віта, 1995. 202 с.

МЕТОДИ ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ ЯК ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ЖИТТЄВИХ КРИЗ

GESTALT PSYCHOLOGY METHODS AS FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF AN INDIVIDUAL IN THE CONTEXT OF LIFE CRISES

У статті розглянуто сутність та виявлено доцільність використання методів гештальт-психології як чинників формування психологічного благополуччя людей, що зіткнулися зі складними життєвими обставинами. Спираючись на всебічний огляд наукової літератури, у роботі розкрито сутність гештальт-терапії, її провідні цілі та ступінь інтеграції в психологічну теорію та практику. Наголошено на важливості самоаналізу, терапевтичних взаємин і активної участі як ключових чинників, що зумовлюють ефективність цього терапевтичного підходу.

Шляхом емпіричного дослідження розкрито відмінні аспекти гештальт-терапії та її потенціал у векторі підвищення психологічного благополуччя в період життєвих криз. Реалізація емпіричного дослідження здійснювалась із використанням таких інструментів оцінювання: «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріффа, (адаптація Шевеленкової Т.Д., Фесенко П.П.), «Самоактуалізаційний тест Е. Шюстрома» (адаптація Альошина Ю.О., Гозмана Л.Я., Загіка М.В. та Кроз М.В.), «Шкала суб'єктивного благополуччя» А.А. Перуе-Баду (адаптація Соколової М.В.).

У дослідженні взяли участь 105 респондентів, віком від 21 до 55 років, яких було поділено на дві групи: контрольну (особи, які не мають досвіду психотерапії у межах гештальт-підходу) та експериментальну (учасники програм навчання методам гештальт-терапії, які проходять або попередньо проходили психотерапію у межах цього підходу).

Результати емпіричного дослідження підтверджують реальну цінність гештальт-терапії в психологічній практиці як катализатора впливу на стан психологічного здоров'я особистості та можуть бути використані в індивідуальній терапії та психологічному консультуванні з питань психологічного благополуччя й здоров'я, а також у групових методах роботи.

Показово, що гештальт-терапія має великі перспективи як цінна терапевтична основа для людей, що переживають особисті життєві кризи. Її акцент на цілісному сприйнятті, емоційному перевтіленні та особистісному зростанні відповідає різномісним завданням, які виносять на вирішення такі кризи. Відмінні риси її впливу підкреслюють необхідність персоналізованого та культурно-чутливого застосування. Таким чином, майбутні дослідження мають продовжити вивчення універсальних та культурно-специфічних аспектів цього підходу і розкриття його потенціалу у змісті досягнення психологічного благополуччя в період несприятливих ситуацій.

логічного благополуччя в період несприятливих ситуацій.

Ключові слова: гештальт-терапія, гештальт-підхід, психологічне та суб'єктивне благополуччя, самоактуалізація, життєві кризи.

The article studies the essence and reveals the expediency of using the methods of Gestalt psychology as a factor in the formation of psychological well-being of people facing difficult life circumstances. Based on an extensive review of scientific literature, the paper reveals the essence of Gestalt therapy, its main goals and the degree of integration into psychological theory and practice. The importance of self-reflection, therapeutic relationship and active participation as key factors determining the effectiveness of this therapeutic approach is emphasized.

By means of empirical research the distinctive aspects of Gestalt therapy and its potential in increasing psychological well-being during life crises are revealed. Realization of empirical research was carried out using the following assessment tools: "Scale of psychological well-being" by K. Riff, (adaptation of Shevelenkova T. D., Fesenko P. P.), "Self-actualization test by E. Sjoström" (adaptation by Aloschin Y. O., Gozman L. Y., Zagik M. V. and Kroz M. V.), "Scale of subjective well-being" by A. A. Perue-Badu (adaptation by Sokolova M. V.).

The study involved 105 respondents aged 21 to 55 years who were divided into two groups: control (individuals with no experience of psychotherapy within the Gestalt approach) and experimental (participants in Gestalt therapy training programs who are undergoing or have previously undergone psychotherapy within this approach). The results of the empirical research confirm the real value of Gestalt therapy in psychology practice as a catalyst of influence on the state of psychological health of the individual and can be used in individual therapy and psychological counseling on the issues of psychological well-being and health, as well as in group methods of work. Notably, Gestalt therapy holds great promise as a valuable therapeutic framework for people experiencing life crises. Its emphasis on holistic perception, emotional processing, and personal growth is consistent with the multifaceted challenges posed by such crises. The distinctive nature of its impact emphasizes the need for personalized and culturally sensitive application. Thus, future research should further explore the universal and culturally specific aspects of this approach and its potential to promote psychological well-being during times of adversity.

Key words: gestalt therapy, gestalt approach, psychological and subjective well-being, self-actualization, life crises.

УДК 159.9:613.8

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.23>

Смокова Л.С.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри практичної і клінічної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Кологривова Н.М.

старший викладач кафедри практичної та клінічної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Піщевська Е.В.

к.іст.н., доцент,
доцент кафедри практичної і клінічної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Постановка проблеми. Забезпечення і залишається актуальною протягом декількох останніх декад. Сучасне життя людини є однією з провідних тем в сучасній психології і характеризується значною інтенсивністю, різ-

номаніттям подій та постійними змінами, що у сукупному впливі породжує ряд психологічних викликів. Довготривалі соціокультурні та економічні перетворення, що відбуваються по всьому світу, а також вплив різноманітних чинників, таких як: політична нестабільність, конфлікти та глобальні пандемії, – створюють непередбачуване та, нерідко, стресове оточення, в якому людям доводиться функціонувати. Соціальна взаємодія часто є головним джерелом значних конфліктів та стресів, які мають негативний вплив як на фізичний, так і на психічний стан особистості.

Гештальт-підхід є унікальною психотерапевтичною методологією, яка акцентує увагу на цілісності та усвідомленості. Дослідження демонструють, що застосування методів гештальт-терапії сприяє покращенню спроможності подолання труднощів, допомагаючи індивідууму усвідомити та переробити власні емоції [1]. Цей процес загалом сприяє зміцненню емоційної стійкості та зменшенню ризику розвитку довготривалого психологічного стресу. Крім того, гештальт-терапія сприяє глибшому дослідженню власних цінностей та життєвих цілей, що дає змогу людям віднаходити сенс буття та оптимальний вектор дій у складних життєвих ситуаціях.

У глобальній практиці наразі налічується значний обсяг досвіду в окресленому напрямі, з числа відомих фахівців, таких як Ф. Перлз, Р. Резнік, М. Парлет, Ж.-М. Робін, К. Рудестам, Дж. Сімкін, І. Польстер, Н. Лебедева, О. Іванова, І. Булюбаш, Б. Новодержкін, та багатьох інших. Проте слід зазначити, що вітчизняні фахівці у сфері практичної психології лише протягом останніх декад розпочали більш поглиблене дослідження гештальт-підходу. Окреслена ситуація акцентує увагу на важливості теми психологічного благополуччя особистості, водночас підкреслюючи недостатність досліджень щодо можливого використання методів гештальт-психології, спрямованих на вирішення психологічних проблем клієнтів, що є однією з причин вибору зазначеної теми нашого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Гештальт-підхід традиційно вважається одним із фундаментальних напрямків гуманістичної психології та являє собою унікальну експериментальну модель консультування із високим терапевтичним потенціалом.

Ключову роль у першій концептуалізації та розвитку гештальт-терапії зіграли психіатри Фрідріх і Лора Перлз. Вони черпали натхнення із різних джерел, включно з психоаналізом, екзистенціалізмом та феноменологією. Однією з ключових ідей у розвитку гештальт-терапії був акцент на холізмі. Ф. Перлз та його колеги вважали, що вкрай важливо розглядати людину як цілісну істоту, а не як

сукупність ізольованих симптомів. Ця цілісна перспектива скеровувалася на інтеграцію фізичних, емоційних, когнітивних та міжособистісних аспектів досвіду людини.

Провідна мета гештальт-терапії, за словами Дж. Енрайта, полягає по-перше в тому, щоб допомогти клієнту краще зрозуміти себе, власний спосіб сприйняття, почуттів та поведінки, а по-друге: в навчанні його брати відповідальність за своє життя. Цей підхід базується на теорії контакту, що пояснює взаємодію людини з оточуючим середовищем під час задоволення її потреб. До того ж, гештальт-терапія, яка є складовою гуманістичного підходу, викликає суттєвий інтерес через свою здатність до багатогранної інтеграції та синтезу різних психологічних напрямків й методів психотерапії. Серед них можна вказати біхевіоризм, психоаналіз, психодраму, екзистенціальну психологію та інші. Гештальт-терапія розглядає людину як складну самоорганізовану систему, що має тенденцію до покращення самофункціонування та здатність до рефлексивної свідомості.

Одним із важливих напрямків у сучасних психологічних дослідженнях є вивчення ефективності та результативності гештальт-терапії в різних клінічних й психологічних контекстах. Наприклад, у роботах Д. Чимедзе досліджується ефективність гештальт-терапії в лікуванні депресії. Він провів клінічні дослідження, за результатами яких було отримано позитивні показники у покращенні психологічного благополуччя пацієнтів із депресією. Інший відомий представник гештальт-психології, Д. Блок, досліджував застосування гештальт-терапії у роботі з травматизованими клієнтами й підкреслював важливість роботи з травмованими досвідами через інтегративний підхід гештальт-терапії. Л. Грінберг, вивчаючи застосування гештальт-терапії у контексті міжособистісних стосунків і терапії пар, виокремив конструктивну роль цього методу в роботі з конфліктами та покращенні взаємодії у парах.

Гештальт-терапія виявляє свою користь у наданні допомоги клієнтам, що стикаються із різними проблемами, такими як: тривога, психологічні розлади, психосоматичні порушення, психічна травма [7], депресія, питання самооцінки, труднощі у міжособистісних стосунках, почуття сорому та вини [3, 4]; також у вирішенні гострих психологічних проблем та ситуацій, таких як: траур, розлучення, почуття самотності та інші [9]. Вона також може бути корисною при екзистенційних проблемах, наприклад: кризи зростання та кризи віку. Поза тим, гештальт-терапія може сприяти полегшенню фізичних проблем, серед яких виокремлюють мігрені, виразковий коліт та спазми у спині. Додатково, вона може використовуватися при лікуванні різних душевних хвороб, включаючи

невротичні розлади й підтримку ремісії та соціальної адаптації у хворих на шизофренію [9].

Однак, незважаючи на все різноманіття наукових досліджень, залишається недостатньо вивченою емпірична оцінка методів гештальт-психології у вирішенні конкретних психологічних проблем особистості [8]. Таким чином, обґрунтована необхідність проведення подальших досліджень для розкриття цього важливого аспекту в контексті психологічного благополуччя особистості.

Психологічне благополуччя – це стан гармонії у психічних процесах та внутрішня рівновага [4]. Спираючись на результати досліджень американської науковиці К. Ріфф, ми розуміємо під психологічним благополуччям феномен, що містить багато чинників та відображає оцінку особистістю власного функціонування з точки зору розкриття внутрішнього потенціалу [10]. Робота К. Ріфф має глибокі корені у структурі концепції М. Ягоди та враховує результати інтеграції попередніх наукових концепцій, що належать різним авторам та пов'язані з поняттями психологічного благополуччя і здоров'я, самоактуалізації, самоідентифікації, оптимального функціонування й зрілості особистості (концепції К. Роджерса, Ш. Бюлер, Д. Біррена, Г. Олпорта, А. Маслоу, Б. Нью-Гартена, теорії Е. Еріксона, К. Юнга та ін.). Отже, виходячи з актуальності проблематики, можна сформулювати мету дослідження.

Мета дослідження – емпірично дослідити роль гештальттерапії у формуванні психологічного благополуччя особистості в умовах життєвих криз.

Методики дослідження. Для проведення емпіричного дослідження був використаний наступний психодіагностичний інструментарій: Опитувальник «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф, (адаптація Шевеленкової Т.Д., Фесенко П.П. [6]), самоактуалізаційний тест Е. Шострома (адаптація Альошина Ю.О., Гозман Л.Я., Загіка М.В. та Кроз М.В. [2]), опитувальник «Шкала суб'єктивного благополуччя» А. А. Перуе-Баду (адаптація Соколової М.В.) [8].

Вивчення психологічного благополуччя в умовах життєвих криз проводилося за допомогою сервісу Google Form. У дослідженні взяли участь 105 респондентів віком від 21 до 55 років. Гендерний склад вибірки: чоловіки склали 45 осіб (42,8%), жінки – 60 осіб (57,2%). Рівень освіти: бакалаври та спеціалісти склали 74 особи (70%), магістрів – 31 особа (30%). Частина респондентів становили студенти навчальних програм з гештальттерапії, які обов'язково проходили особисту психотерапію за цим напрямом та склали експериментальну групу – 58 осіб, що становить 55,2%, друга частина опитаних – студенти, які не мали досвіду психотерапії у межах гештальт-під-

ходу, вони склали контрольну групу – 57 осіб (54,8%).

Гіпотеза дослідження передбачала, що характеристики психологічного благополуччя у досліджуваних, що отримують навчання в гештальт-підході та психотерапію за цим методом, можуть відрізнятися від показників психологічного благополуччя у досліджуваних, які не мають знань та досвіду в гештальт-підході.

Ми також припускали, що існує взаємозв'язок між тривалістю психотерапії у гештальт-підході та рівнем психологічного благополуччя.

Під час першого етапу аналізу ми порівняли показники психологічного, суб'єктивного благополуччя та складових компонентів самоактуалізації між експериментальною та контрольною групами за допомогою t-критерію Стьюдента. Результати аналізу відображені в таблиці 1 та свідчать, що загальний показник психологічного благополуччя в мажах моделі К. Ріффа в експериментальній групі є вищим, ніж у контрольній. Учасники дослідження, які проходили або проходять гештальт-терапію, демонструють високий рівень психологічного благополуччя (376 балів), а учасники, які не проходили гештальттерапію, показали середній рівень (323 бали). Статистично достовірні відмінності виявлені в наступних показниках психологічного благополуччя: самоприйняття, підтримка та позитивні взаємини з іншими людьми. У експериментальній групі рівень даних шкал достовірно вищий у порівнянні з контрольною групою.

Аналіз структури суб'єктивного благополуччя в контрольній та експериментальній групах свідчить про те, що важливими домінуючими складовими в обох групах є «зміни настрою», «самооцінка здоров'я» й «значимість соціального оточення». Загальний показник «суб'єктивного благополуччя» у експериментальній групі перевищує аналогічний показник у контрольній групі на 5%. Водночас порівняльний аналіз за допомогою t-критерію Стьюдента засвідчив, що статистично важливих відмінностей у складових суб'єктивного благополуччя між двома групами не виявлено. Тому отримані результати можуть бути інтерпретовані як тенденція в особливостях структури суб'єктивного благополуччя в обидвох групах.

Протягом наступного етапу нашого дослідження ми провели аналіз отриманих даних, що ґрунтувались на використанні шкали самоактуалізації за методологією Шострома у експериментальній та контрольній групах. Результати аналізу, здійсненого за допомогою t-критерію Стьюдента, представлені в таблиці 1. Вони свідчать, що показники самоактуалізації на усіх шкалах, окрім шкали «прийняття

агресії», були статистично значуще вищими в експериментальній групі у порівнянні з контрольною групою. Важливо відзначити, що усі показники в обидвох групах залишаються в межах кордонних значень параметрів «САТ» та вище, що свідчить про відсутність надмірно сильного впливу на результат дослідження чинника «соціальної бажаності» або наміру респондентів виглядати у більш сприятливому світлі.

За допомогою статистичних обчислень було виявлено статистично значущі відмінності за шкалами: «підтримки» ($t=2,16, p=0,035$), «самоприйняття» ($t=1,8, p=0,045$), «контактності» ($t=2,47, p=0,020$), «орієнтації у часі» ($t=2,73, p=0,008$), «креативності» ($t=2,03, p=0,043$) та «гнучкості поведінки» ($t=3,004, p=0,004$). В таблиці 1 нами візуалізовано, що середні значення за вищезазначеними шкалами в експериментальній групі були вищими, ніж у контрольній групі. Суттєві відмінності на шкалі «підтримки» відображають провідні принципи гештальт-терапії та свідчать про те, що досвід у гештальт-терапії підвищує рівень незалежності у власних діях, прагнення керуватися власними цілями, переконаннями, настановами та принципами через подолання потреби отримувати підтримку від оточуючого світу та пошуку нових джерел самопідтримки. Значущі відмінності за шкалою «самоприйняття» також відображають одну з центральних цінностей гештальт-терапії – автентичність, яку розуміють як самовідповідність особистості зі здатністю жити, без втручання у своє істинне «Я». У цьому контексті можемо згадати слова Фрідріха Перлза: «Не тисни на річку, вона сама тече» [7].

Отже, перетворення людини розпочинається саме тоді, коли вона починає приймати себе такою, якою вона є, а не коли вона намагається бути тим, чим вона не є. Статистично значуща різниця за шкалою «контактність» визначається у термінології Шострома як здатність особистості швидко встановлювати глибокі та емоційно насичені взаємини з іншими людьми. Це також пояснюється впливом досвіду у гештальт-терапії, однією з цілей

якої є – розвиток у людини навичок створення близьких та вільних взаємин, що базуються на бажанні, інтересах та зручності для обох партнерів, зберігаючи при цьому комфортну відстань [4].

Для проведення перевірки припущення про наявність зв'язку між тривалістю психотерапії за гештальт-підходом та рівнем психологічного благополуччя ми використали метод непараметричного рангового дисперсійного аналізу, використовуючи критерій Краскела-Уолліса. Результати цього аналізу наведені нами в таблиці 2.

Як впливає із наведеної в таблиці 2 інформації, ми виявили статистично значущі різниці на рівні значимості $p \leq 0,05$ за розглянутими шкалами. Ці відмінності вказують на те, що особи, що мають досвід гештальт-терапії тривалістю від 3 до 5 років та понад 5 років, мають найвищі показники компонентів самоактуалізації. У той самий час найнижчі результати спостерігаються серед осіб з досвідом гештальт-терапії тривалістю менше ніж 6 місяців.

Знижені результати можуть бути пояснені тим, що люди звертаються до терапії з метою знаходження нових джерел підтримки в самих себе, що супроводжується вираженням рівнем залежності від зовнішнього світу та незалежністю від внутрішніх ресурсів. Це проявляється у наявності високого ступеню контролю, який зовнішнє оточення має над ними, а також у низькому рівні самоприйняття та самооцінки, жорстких патернах поведінки та віддалених цінностях, які не відповідають концепції самоактуалізованої особистості. До того ж спостерігається обмежене сприйняття власного життя, фіксація на минулому або майбутньому, проте не на поточному моменті. Важливо відзначити, що на отримані результати може мати вплив висока похибка, що виникла через невеликий обсяг вибірки всередині кожної групи.

Також наше припущення частково підтверджується результатами, наведеними в працях вітчизняних психологів, зокрема: А.Б. Холмогорової, Н.Г. Гараняна, І.В. Нікітіна, О.Д. Пуговкіної про те, що приблизно половина пацієнтів, які почали психодинамічну психотерапію під

Таблиця 1

Порівняльний аналіз проявів психологічного та суб'єктивного благополуччя та самоактуалізації в контрольній і експериментальній групах

Шкали	Середнє значення			t-Стюдента	Рівень знач. (p)
	вся вибірка	контр. група	експер. група		
Підтримки	54,50	51,59	57,42	2,156	0,035
Самоприйняття	12,85	11,78	13,92	1,999	0,050
Контактність	12,24	11,15	13,33	2,378	0,020
Орієнтація у часі	9,56	8,59	10,54	2,730	0,008
Креативність	7,62	7,02	8,21	2,060	0,044
Гнучкість	14,88	13,46	16,29	3,004	0,004

Вплив тривалості гештальт-терапії на суб'єктивне, психологічне благополуччя та самоактуалізацію

Досвід у гешт. терапії Шкали	Середній ранг за Спірменом						Асімп. знач.
	без досвіду терапії	< 6 місяців терапії	6–12 місяців терапії	від 1 року до 3-х	від 3-х до 5 років	> 5 років терапії	
Підтримка	29,40	7,75	38,00	24,67	52,60	58,17	0,000
Ціннісна орієнтація	31,94	5,00	26,75	29,33	36,00	53,33	0,033
Спонтанність	32,22	4,50	48,50	25,92	34,90	48,58	0,040
Самоповага	30,70	7,00	43,00	29,00	40,50	52,92	0,025
Самосприйняття	30,22	7,00	45,50	30,83	43,40	51,42	0,024
Прийняття агресії	34,60	7,75	18,75	15,83	38,40	47,08	0,016
Контактність	28,76	14,50	56,00	26,42	51,40	53,83	0,001
Орієнтація за часом	29,48	5,75	46,00	37,33	35,30	57,33	0,004
Гнучкість	30,91	14,75	42,25	33,42	33,30	50,67	0,000

час загострення, досягають клінічно значущого поліпшення після проведення 21 сесії. Через 50 сесій це число зростає до 75% [5].

Загалом за даними таблиці 2 зрозуміло, що в осіб, які мають досвід у гештальт-терапії тривалістю від трьох та більше років, спостерігається стійка позитивна динаміка. Цей висновок певною мірою відповідає результатам дослідження, яке вказує на те, що після трьох років проведення психотерапії, ефект цієї терапії залишається досить сталим для значної кількості пацієнтів [5]. Таким чином, результати дослідження свідчать про те, що довготривала психотерапія з використанням гештальт-підходу в досліджуваній групі була змістовною та мала більш значущий позитивний вплив на різні аспекти психологічного благополуччя, зокрема щодо самоактуалізації, залежно від тривалості терапії.

Висновки. У світлі результатів дослідження можна зробити такі висновки. Статистичний аналіз, проведений за допомогою t-критерію Стьюдента, виявив значні розбіжності у рівні суб'єктивного благополуччя та самоактуалізації між експериментальною і контрольною групами. Зокрема, загальний показник суб'єктивного благополуччя, як і шкали «підтримки», «самоприйняття», «контактності», «орієнтації у часі», «креативності» та «гнучкості поведінки», в експериментальній групі виявився на високому рівні, тоді як у контрольній групі – на середньому рівні. Це свідчить про те, що досвід роботи за гештальт-підходом має тенденцію позитивно впливати на психологічне благополуччя людини.

За результатами дослідження також виявлено, що наявний досвід у гештальт-терапії від 3-х до 5-ти років є каталізатором рівня психологічного, суб'єктивного добробуту та самоактуалізації, що свідчить про цінність та

позитивний вплив тривалості психотерапії в гештальт-підході на компоненти психологічного добробуту.

Підсумовуючи, варто зазначити, що гештальт-терапія має великі перспективи як цінна терапевтична основа для людей, які переживають життєві кризи. Її акцент на цілісному сприйнятті, емоційній трансформації та особистісному зростанні людини відповідає різностороннім завданням, що ставлять перед собою такі кризи. Відмінні риси впливу гештальт-терапії підкреслюють необхідність персоналізованого та культурно чутливого застосування її у практиці. Таким чином, майбутні дослідження мають бути скеровані на вивчення універсальних та культурно-специфічних аспектів цього підходу і його потенціалу з метою сприяння психологічному благополуччю особистості в періоди несприятливих ситуацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Володарська Н.Д. Технології активізації процесу самодетермінації розвитку особистості: діалогово-феноменологічний підхід. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 13. Київ-Житомир: Видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2017. С. 32–38.
2. Волинець Н.В. Психологічні особливості особистісного благополуччя в професійній сфері життєдіяльності: монографія. Хмельницький: Видавництво НАДПСУ, 2019. 620 с.
3. Двойнос І.Г. Особливості подолання тривожності та агресивності клієнтів методом гештальт-терапії. *Психологія*. URL: <http://medpsychology.pp.ua>.
4. Заборовська І. Р., Туриніна О.Л. Особливості застосування гештальт-терапевтичного методу в подоланні психологічних труднощів клієнтів. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*, 2021. № 2(3). С. 54–66.

5. Калмиков Г.В. Психотерапія: минуле, сьогодення та психолінгвістично центрована перспектива. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 2020. № 4. С. 34–41. DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.4/05>.

6. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1. С. 1–10.

7. Малкіна-Пих І. Г. Гендерна терапія. Довідник практичного психолога. 2003. URL: <http://medbib.in.ua/geshtalterapiya-41877.html>.

8. Пахоль Б.Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники. *Український психологічний журнал*, 2017. № 1(3). С. 80–104.

9. Седих К. Психотерапія і мистецтво. *Форум психіатрії та психотерапії : наук.-практ. журн. Львів : Простір М*, 2012. С. 129–135.

10. Ryff C.D. The contours of positive human health .*Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9. P. 1–28. Subjective well – being: three decades of progress. Diener E. [et. al.]. *Psychological bulletin*. 1999. Vol. 125. N. 2. P. 276–302.

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОКОРЕКЦІЇ

ART THERAPY AS A METHOD OF PSYCHO-CORRECTION

Акцент даного дослідження сфокусований на тематиці арт-терапії як методу психокорекції. На основі аналізу методів арт-терапії було встановлено, що кожен з методів чинить позитивний вплив на психіку людини і часто використовується для подолання психологічних проблем не тільки в дорослих, але й у дітей. Арт-терапевтичні прийоми широко застосовуються в психологічній практиці, оскільки є м'яким методом для подолання різних видів порушень. В результаті було встановлено, що методи арт-терапії дозволяють не тільки позбутися психологічних проблем, нервової напруги та стресу, але й сприяють розвитку творчих та пізнавальних здібностей, особливо у дітей. Встановлено, що кожен з методів арт-терапії: ізотерапія (використання малювання, яке допомагає у розвитку творчих здібностей та емоційної сфери дитини), лялькотерапія (використання ляльки в терапевтичних цілях, що покращує соціальну адаптацію та сприяє розвитку пізнавальних процесів), пісочна терапія (використання піску в психотерапевтичній роботі з дітьми для покращення їх соціальних навичок та адаптації), казкотерапія (сприяє розвитку творчого мислення та фантазії при використанні казки в терапевтичних цілях) – несе у собі різні продуктивні способи взаємодії людини з навколишнім світом, що сприяє саморегуляції та зцілення особистості. Вважається, що найпоширенішим є напрям ізотерапії. Терапія малюванням дозволяє на папері вільно виразити свої емоції, почуття та думки, а також допомагає особистості краще зрозуміти та відчувати себе. Отже, підводячи підсумки даному дослідженню, констатуємо: арт-терапевтичні прийоми широко застосовуються у психодіагностиці та психокорекції дорослих та дітей; визначено, що кожен з методів дає свій позитивний психокорекційний та психорегулюючий вплив на особистість. Встановлено, що арт-терапевтична корекція сприяє покращенню емоційного стану людини та розвитку її творчих здібностей, що відкриває нові можливості для самореалізації та самовдосконалення.

Ключові слова: арт-терапія, психокорекція, ізотерапія, казкотерапія, танцювальна

терапія, музикотерапія, пісочна терапія, природотерапія.

The emphasis of this study is focused on the topic of art therapy as a method of psychocorrection. Based on the analysis of art therapy methods, it was found that each method has a positive effect on the human psyche and is often used to overcome psychological problems not only in adults, but also in children. Art therapeutic techniques are widely used in psychological practice, as they are a gentle method for overcoming various types of disorders. As a result, it was found that art therapy methods can not only get rid of psychological problems, nervous tension and stress, but also contribute to the development of creative and cognitive abilities, especially in children. It has been established that each of the methods of art therapy: isotherapy (the use of drawing, which helps in the development of the child's creative abilities and emotional sphere), doll therapy (the use of dolls for therapeutic purposes, which improves social adaptation and promotes the development of cognitive processes), sand sand in psychotherapeutic working with children to improve their social skills and adaptation), fairy tale therapy (promotes the development of creative thinking and imagination when using fairy tales for therapeutic purposes) carries various productive ways of human interaction with the outside world, which promotes self-regulation and personal healing. It is believed that the most common direction is isotherapy. Drawing therapy allows you to freely express emotions, feelings and thoughts on paper, and also helps the individual to better understand and feel themselves. So, summing up the results of this study, we state the following: art therapeutic techniques are widely used in psychodiagnostics and psychocorrection of adults and children; It has been determined that each of the methods has its own positive psychocorrective and psychoregulatory effect on the individual. It has been established that art therapy correction helps improve a person's emotional state and develop his creative abilities, which in turn opens up new opportunities for self-realization and self-improvement.

Key words: art therapy, psychocorrection, isotherapy, fairy tale therapy, dance therapy, music therapy, sand therapy, nature therapy.

УДК 37.013.82:7(100)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.24>

Співак Л.В.

аспірантка зі спеціальності 053
«Психологія»
Інститут педагогічної освіти
і освіти дорослих імені Івана Язюна
Національної академії педагогічних
наук України;
викладач кафедри педагогіки
та психології
ПВНЗ «Український гуманітарний
інститут»

Зайцева З.О.

студентка зі спеціальності 053
«Психологія»
ПВНЗ «Український гуманітарний
інститут»

Актуальність дослідження. У сучасному суспільстві все більше зростає інтерес до арт-терапії як до методу психологічної роботи, що широко застосовується для роботи з людьми різного віку, зокрема з дітьми. Арт-терапія як напрям у сучасній психології та психотерапії стрімко розвивається та стає популярним у професійному середовищі нашої країни. Наприклад, у Києві за останні 10 років кількість арт-терапевтів та клінік, що працюють саме за цим методом зросла втричі у порівнянні з минулим періодом [1, с. 36]. Арт-терапія є методом психологічної роботи, який використовується з цілями терапевтичного впливу, зокрема для вирішення

психодіагностичних, психокорекційних, психопрофілактичних завдань та як спосіб самовираження особистості. У роботі з дітьми цей метод застосовується для формування творчої та цілісної особистості за допомогою залучення дитини до мистецтва. Арт-терапія дає змогу самостійно висловлювати свої почуття, потреби, прагнення. Отже, арт-терапія – це лікування мистецтвом, творчістю. Через зосередження на творчому процесі проявляються певні, глибоко потаємні аспекти особистості. Арт-терапевтичні методи орієнтуються на те, що кожна людина, незалежно від того, чи обізнана вона в мистецтві, має приховані здібності проектування власних внутрішніх конфліктів

у візуальному вигляді. Тому **мета** дослідження полягає в аналізі основних методів арт-терапії. Для вирішення поставленої мети необхідно виконати наступні наукові **завдання**: дати характеристику основним методам арт-терапії; розглянути особливості застосування арт-терапії у роботі з дітьми; виявити переваги ізотерапії у психокорекції.

Основні результати дослідження. Мистецтво – це невидимий зв'язок між світом фантазії та реальності. Арт-терапія – це сукупність методів, що побудовані на застосуванні різних видів мистецтва, які дозволяють за допомогою творчих проявів особистості здійснити корекцію психоемоційних порушень. Маргарет Наумбург говорила, що «арт-терапевтична практика виходить з того, що найбільш важливі думки і переживання людини є породженням її несвідомого, можуть знаходити вираження швидше у вигляді образів, ніж у словах...» [2, с. 11]. Важливість арт-терапії полягає в терапевтичному та корекційному впливі мистецтва на особистість. Оскільки допомагає трансформувати психо-травмуючу ситуацію за допомогою творчої діяльності. І за допомогою арт-терапії вивести переживання пов'язані з травмуючою ситуацією у зовнішню форму через творчу діяльність. Основними функціями арт-терапії є звільнення від негативних станів; зняття нервово-психічного напруження; регуляція психосоматичних станів. Напрямок арт-терапії може використовуватися як в індивідуальній, так і в груповій роботі. Робота арт-терапевта полягає в тому, що він повинен завжди знаходитися поруч клієнта в процесі його творчості. Він тільки за допомогою запитань з'ясує те, що робить клієнт, але ніколи не оцінює роботу клієнта. На сьогоднішній день з'являється все більше напрямів в арт-терапії. До основних можна віднести: ізотерапію, казкотерапію, танцювально-рухова терапія, музикотерапію, пісочну терапію [3].

Ізотерапія – це малювання у різних його формах: кляксотерапія; абстрактний малюнок; малювання пальцями, воском; ліплення. Через малюнок людина може висловити свої почуття та переживання, а також звільнитися від негативних їхніх проявів. Казкотерапія включає в себе створення особливої атмосфери – створення казки, де головний герой схожий на дитину і бореться з тими ж страхами що і вона. Цей метод найбільше підходить для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Танцювально-рухова терапія – це терапія з використанням різних видів танців, а також імпровізація. Цей вид терапії допомагає позбутися напруги, що виникла в тілі людини в наслідок психологічної травми. Те, що людина відчуває видно по її рухах. Музикотерапія – включає в себе: вокал, гру на музичних інструментах, слухання музики (релаксація),

рухову драматизацію під музику, розповіді під музику, дихальні вправи під музику, тощо. Пісочна терапія – це різновид терапії, що включає в себе використання природних матеріалів, а саме піску. В «пісочниці» людина може відобразити те, що відбувається з нею в реальному житті [4, с. 378–382].

Методи арт-терапії широко застосовуються психологами у роботі з клієнтами та не мають обмежень у використанні. Вони допомагають позбавитися стресу, різних страхів, підкоригувати емоційний стан особистості, а також отримати позитивні емоції. Для дорослих допомагають розвинути навички у спілкуванні, краще пізнати себе, вчать виражати свої емоції, піднімають життєвий тонус. Дітям допомагають розкрити свій творчий потенціал та розвинути пізнавальні здібності. Через використання методів арт-терапії психолог здатен розкрити внутрішнє «Я» людини, що ховається за візуальними образами. Важливим є те, що терапія мистецтвом дозволяє без зайвих слів описати свій внутрішній стан та передати емоції через образи. Арт-терапевт ініціює все, що відбувається під час терапії та ретельно планує підхід до кожної проблеми. Його завдання постає в тому, щоб створити сприятливе середовище та атмосферу, де клієнт зможе вільно творити та виражати свої емоції. Отже, арт-терапія є інструментом для дослідження та гармонізації внутрішнього світу людини і є механізмом самопізнання та самовираження. Методи арт-терапії ґрунтуються на досягненні терапевтичного ефекту, що полягає у творчості.

Арт-терапія широко застосовується у роботі з дітьми, оскільки є найбільш м'яким методом роботи з різними психологічними проблемами. Цей метод психологічної допомоги дозволяє краще зрозуміти внутрішній світ дитини, тому що зазвичай дітям важко висловлювати свої емоції. Часто буває, що дитині складно говорити про свої переживання, а даний спосіб корекції допомагає невербально виражати свої почуття. Також арт-терапія додатково служить творчим розвитком дитини, що розкриває її таланти та здібності. На молодший шкільний вік припадає значна кількість періодів, коли певні психічні функції розвиваються надто інтенсивно. Діти часто бувають дуже емоційні і їм важко вдається зрозуміти власні емоції. Основним завданням арт-терапевта є створення теплої атмосфери, в якій дитина буде відчувати задоволення, радість та успіх від цієї справи. Позитивним є момент, що для кожної дитини можна підібрати той метод терапії, який їй підходить найбільше, а також дозволяє об'єднувати в різні методи. Арт-терапія передбачає використання різних матеріалів, це не тільки кольорові олівці, фарби, кольоровий папір, листівки, також підійдуть природні матеріали,

такі як: листя, насіння рослин, квіти, камінці, тощо. Основу психологічної корекції складає довірлива атмосфера з дитиною та створення певного сюжету гри в ході терапії.

Якщо розглядати арт-терапію як діяльність, що спрямована на багатосторонній та цілеспрямований розвиток особистості, то можна помітити зв'язок з педагогікою. Саме в педагогічному контексті йдеться про формування особистості та пошук самого себе. Арт-терапія може використовуватися як метод у роботі вчителів чи вихователів. Оскільки дитина проводить достатній відрізок часу в навчальному закладі, то вчитель та інші учасники навчального процесу чинять великий вплив на особистість дитини і на подальше її життя. В процесі навчання та виховання слід враховувати індивідуально-психологічні особливості дитини, важливо побачити її сильні сторони. Індивідуальність дитини проявляється в її темпераменті, рисах характеру, здібностях, тощо. Організація навчання повинна бути побудована так, щоб учні були активними учасниками, а учитель – помічником, організатором навчального процесу [5, с. 50–52]. На жаль, досвід проведення арт-терапевтичних тренінгів в освітніх установах не надто поширений. Я би пропонувала створити в освітніх закладах арт-терапевтичний простір, де кожна дитина могла б не тільки проявити свої творчі здібності, але й позбутися відчуття напруги. Найважливішим у роботі з дітьми є почуття любові, уваги та розуміння до них, бо не щирість вони відчувають.

Методи арт-терапії зазвичай чинять позитивний ефект на дітей та широко практикуються у дитячій психокорекції. Прийоми арт-терапії сприяють розвитку дрібної моторики у дітей дошкільного віку. У шкільному віці впливають на розумовий розвиток, активізують творчий потенціал у дітей. Методи арт-терапії: допомагають формуванню комунікативних та мовних навичок у дітей; вчать правильно виражати свої емоції та почуття; допомагають позбутися переживань на нервовій напруги; стимулюють самопізнання та самовираження дитини; відновлюють емоційну рівновагу та позбавляють тривоги; активізують уяву та розкривають творчий потенціал у дітей тощо.

З негативних моментів можуть стати некомпетентність на непідготовленість арт-терапевта, що позначиться на небажанні дитини продовжувати терапію. Тому важливо встановити довірливі стосунки з дитиною з першого заняття. Також буде не доцільно використовувати арт-терапевтичні прийоми дітям до двох років, бо вони можуть не принести бажаних результатів. Варто також зазначити, що арт-терапія може бути тільки як допоміжний засіб терапії у дітей з психічними та психіатричними захворюваннями.

Отже, дитячий вік є важливим періодом розвитку, бо саме в цей час розвивається творча діяльність дитини, відбувається усвідомлення своїх дій та вчинків, розрізнення, що є добре, а що погано. Арт-терапія дає можливість дитині висловлювати свої емоції та почуття, сприяє всебічному розвитку дитини, впевненості в собі, а також формуванню творчих та пізнавальних здібностей у дітей.

Такий метод арт-терапії, як ізотерапія, бере свій початок від психоаналітичної психології Юнга, де малюнок існує як матеріалізований символічний образ. Свого роду це трансформація внутрішнього «Я» людини в образи, в даному випадку через художню творчість. Ізотерапія – це найбільш поширений метод в арт-терапії, тому що допомагає не тільки позбутися психологічних проблем, але й дозволяє розвивати свої творчі здібності [6, с. 89–90]. Напрямок ізотерапії має дуже різноманітну гаму методик, де кожен має можливість вибрати ту, яка найбільше йому підходить. Серед найпоширеніших це: малювання історій з сюжетом, проєктивний малюнок, кляксографія, абстрактний малюнок, монотипія, малювання пальцями, тощо. Ізотерапія передбачає використання різних матеріалів, таких як: олівці, фарби, фломастери, кисті, кольоровий папір, пластилін, природні матеріали та ін. Теми для малювання можуть бути різноманітними, вони можуть відноситись до різних періодів життя людини. Головною відмінністю ізотерапії від уроку малювання є те, що людина сама вибирає, що і яким чином їй малювати, саме це і допомагає вивільненню творчої енергії. Основними принципами, якими повинен керуватися арт-терапевт, – це те, що він не повинен втручатися в процес малювання, ніколи не критикувати клієнта та не коментувати його роботу. Образотворче мистецтво допомагає людині вивільнити свої емоції, переживання, потреби, думки через образи, кольори, символи.

Для арт-терапевта малюнок є прекрасним матеріалом для вивчення емоційного стану людини. Обов'язково після закінчення роботи потрібно, щоб сам клієнт розповів, що він зобразив на даному малюнку. Це допоможе фахівцю правильно інтерпретувати зображення. Також важливо зберігати малюнки, оскільки на основі цього психолог може робити порівняння та відстежувати зміни, які відбуваються в даній особі. При аналізі малюнка варто звертати увагу на форму, розміри, колір, зміст роботи та повторюваність деталей у різних малюнках. Наприклад, великий розмір малюнка може свідчити про високу самооцінку людини, найчастіше це екстраверт, а маленький малюнок чи велика кількість порожнього простору – про те, що людина скута, боїться робити помилки та,

ймовірно, є інтровертом. Вибір кольору має велике значення, наприклад, чорний колір вказує на стурбованість якоюсь проблемою; синій – характеризує тривогу і хвилювання, зануреність у себе; червоний – надлишок енергії, колір агресії; жовтий – комфорт та спокій. Лінії розповідають про характер людини: плавні лінії – характеризують поступливу людину; гострі – дратівливу та агресивну. Об'ємні фігури свідчать про відкритість та емоційність; маленькі – скромність [7]. Отже, малюнок може багато розповісти про людину, її внутрішній стан та проблеми, з якими потрібно працювати фахівцю.

Аналізуючи всі види та методи арт-терапії можна сказати, що кожен з них чинить свої позитивні ефекти на особистість. На основі цього хочу запропонувати такий метод, як природотерапія, він являє собою перебування людини на відкритому просторі, зокрема на природі. Враховуючи, що за останні десятиліття людство настільки поглинуло швидкий темп життя та мегаполіси, що сучасна людина стала відчуженою не тільки від природи, а й від самої себе. Сучасне суспільство вимагає максимального прибутку, швидкого результату, все перетворюється на товар. Часто це спричиняє глибоке відчуття невпевненості, тривоги та провини, людина забуває, що є частиною великого творіння, – природи. Природотерапія передбачає, щоб людина частіше перебувала на свіжому повітрі, наприклад, в лісі, біля озера, в горах, біля моря тощо. Важливо в цей час спостерігати, слухати, відчувати і концентрувати свою увагу на природних об'єктах. Потрібно навчитися прислухатися до співу птахів, вітру, шуму моря; можна спостерігати за птахами, споглядати небо, як плывуть хмарини; захід та схід сонця. Отож спілкування з природою дарує відчуття щастя та надає життєвих сил. Світ природи – неймовірний, це місце натхнення та спокою.

Висновки. Підсумовуючи вищенаведене за темою арт-терапії як методу для психокорекції, можна зазначити, що цей напрям в психології є досить поширеним. Терапія мистецтвом – це метод психологічної роботи, що дозволяє досягати позитивних змін в емоційному, інтелектуальному та особистісному розвитку людини. Аналіз напрямків та форм арт-терапії показав, що кожен з них має свої переваги та однаково допомагає звільнитися від негативних станів. Кожен напрям чинить регулюючу позитивну дію на психоемоційний стан, що в свою чергу сприяє гармонізації та стабілі-

зації особистості. Розглянувши застосування арт-терапії у роботі з дітьми, можна зазначити, що такий вид терапії найбільш поширений у такому віковому діапазоні. Психологічна корекція у дітей допомагає не тільки вирішити психологічні проблеми, але й розкрити творчий потенціал дитини. Такий різновид напрямів арт-терапії створює нові можливості для самовираження дітей.

Серед різних напрямів арт-терапії варто виділити ізотерапію як метод, що передбачає використання образотворчого мистецтва. Це терапія в першу чергу малюванням, що дозволяє виразити на папері те, що іноді важко висловити словами. Малюючи, людина дає вихід своїм емоціям, бажанням, почуттям через образотворчу діяльність. Малюнок виступає як спосіб моделювання та усвідомлення переживань людини. Аналіз малюнку допомагає арт-терапевту зрозуміти причину того чи іншого емоційного напруження чи переживання. Серед зазначених методів арт-терапії варто звернути увагу на такий, як природотерапія. Він служить більше як метод для зняття психоемоційного напруження та подолання стресу через концентрацію на природних об'єктах та на внутрішньому стані в умовах спокою. Таким чином, підводячи підсумок дослідження, можна констатувати, що арт-терапія є м'яким методом психологічної роботи, що відкриває нові можливості для самореалізації особистості та допомагає людині віднайти гармонію зі світом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вознесенська О.Л. Арт-терапевтичний простір постмодерністського часу. *Простір арт-терапії*. 2013. № 1. С. 26–37.
2. Ільченко І. С. Арт-терапія: навчальний посібник для студентів. Умань : Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. 150 с.
3. Вознесенська О. Л. Особливості арт-терапії як методу. *Всеосвіта*. 2005. URL: <https://vseosvita.ua/library/osoblivosti-art-terapii-ak-metodu-18260.html> (дата звернення: 03.08.2023).
4. Міщиха Л.П. Психологія творчості : навчальний посібник. Івано-Франківськ : Гостинець, 2007. 448 с.
5. Біла І.М. Психологія дитячої творчості. Київ : Фенікс, 2014. 200 с.
6. Данилюк І.В., Буркало Н.І. Особливості застосування арт-терапії в роботі з дітьми. *Psychological Journal*. 2021. № 9. С. 85–98.
7. Як інтерпретувати малюнки дітей. *Розвиток дитини*. URL: <https://childdevelop.com.ua/articles/psychology/2434/> (дата звернення: 03.08.2023).

ОСОБЛИВОСТІ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ У СІМ'ЯХ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ ІЗ КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ

FEATURES OF THE PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF CHILD-PARENT RELATIONSHIPS IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISABILITIES

Стаття присвячена специфіці складання програми психологічного супроводу сімей, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, з метою корекції дитячо-батьківських взаємин. Народження дитини з порушеннями здоров'я та розвитку стає для батьків катастрофічною подією. Батьки переживають емоційний, міжособистісний, інформаційний, ескзистенційний, соціальний стрес, що в багатьох випадках призводить до порушення функціонування сім'ї. У теоретико-емпіричних дослідженнях сучасних українських та зарубіжних спеціальних психологів та педагогів розкриті актуальні напрямки корекційної та виховної роботи з дітьми, які мають різні форми дизонтогенезу, а от стосовно психологічної допомоги для батьків та інших членів їх сімей інформації ще недостатньо. Основними особливостями дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей із комплексні порушення розвитку? є: високий рівень авторитарності у їх вихованні, інфантилізація та емоційне нехтування, при цьому діти найчастіше сприймають своє становище в сім'ї як відчужене, відчувають тривогу, пов'язану із внутрішньо-сімейними взаєминами.

При розробці програми корекції дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, було окреслено цілі та завдання програми в цілому та кожного окремого заняття, дано покроковий опис структури програми, розкрито конкретний зміст програми, розроблено процедуру діагностики ефективності психокорекції.

Метою програми психологічного супроводу сімей, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку? є: моделювання гармонійних дитячо-батьківських стосунків; реконструкція реальних батьківсько-дитячих взаємин.; корекція неадекватних поведінкових та емоційних реакцій батьків і дітей із комплексними порушеннями розвитку внутрішньо-сімейних стосунках; розвиток оптимальних форм поведінки в діаді «батьки-дитина», що сприяють формуванню їхніх адекватних взаємин.

Ключові слова: дизонтогенез, дитячо-батьківські взаємини, інфантилізм, безцінне ставлення, безумовна любов.

The article is devoted to the specifics of developing a program of psychological support for families raising children with complex developmental disorders for the purpose of correcting child-parent relationships. The birth of a child with health and developmental disorders is a catastrophic event for parents. Parents experience emotional, interpersonal, informational, existential, and social stress, which in many cases leads to disruption of family functioning. The theoretical-empirical studies of modern Ukrainian and foreign special psychologists and pedagogues revealed the current directions of correctional and educational work with children who have various forms of dysontogenesis, but there is still not enough information about psychological help for parents and other members of their families. The main features of child-parent relations in families raising children with complex developmental disorders are: a high level of authoritarianism in their upbringing, infantilization and emotional neglect, while children most often perceive their position in the family as alienated, feel anxious, connected with intra-family relations.

When developing a program for the correction of child-parent relationships in families raising children with complex developmental disorders, the goals and objectives of the program as a whole and each individual lesson were outlined, a step-by-step description of the program structure was given, the specific content of the program was revealed, and a procedure for diagnosing the effectiveness of psychocorrection was developed.

The purpose of the psychological support program for families raising children with complex developmental disorders is: modeling of harmonious child-parent relationships; reconstruction of real parent-child relationships; correction of inadequate behavioral and emotional reactions of parents and children with complex developmental disorders in intra-family relationships; development of optimal forms of behavior in the 'parent-child' dyad, which contribute to the formation of their adequate relationships.

Key words: dysontogenesis, child-parent relations, infantilism, valueless attitude, unconditional love.

УДК 159.937:94:246.3:159.91

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.25>

2023.53.25

Шевчук В.В.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології та педагогіки

Національний університет «Полтавська

політехніка імені Юрія Кондратюка»

З кожним роком кількість дітей із тяжкими вродженими та набутими захворюваннями збільшується. Це пов'язано не лише з суто негативними чинниками, але й із такою позитивною тенденцією, як підвищення якості медичної допомоги матері та дитині, що значно знизило дитячу смертність і водночас поставило питання про забезпечення гідної якості життя врятованих дітей та їх сімей. Народ-

ження дитини з порушеннями здоров'я та розвитку стає для батьків катастрофічною подією та поштовхом, який запускає посттравматично-стресовий процес «переживання горя», що не дарма прирівнюється за інтенсивністю до переживань втрати близької людини. Батьки переживають емоційний, міжособистісний, інформаційний, ескзистенційний, соціальний стрес, що в багатьох випадках призводить

до порушення функціонування сім'ї. Склад родини, соціально-демографічні характеристики батьків, характер та ступінь порушень у дитини є чинниками, які зумовлюють якість функціонування сім'ї та рівень її функціональності. Аналіз різноманітних питань, що виникають у родинах із дитиною з вадами розвитку, викладено в працях багатьох авторів. У них висвітлено різноманітні аспекти складних процесів взаємодії дитини з оточенням, сприйняття малюка близькими та його формування як особистості. Засвідчено, що продуктивність розвитку дитини прямо залежить від здатності родини адаптуватись до свого нового статусу. Останнім часом з'явилися дослідження, які довели, що в ситуації народження та виховання дитини з порушеннями розвитку дитячо-батьківські відносини зазнають глибоких специфічних змін [2, с. 5].

Характерними ознаками сімей, які виховують дітей з відхиленням у розвитку, є:

1) батьки відчувають нервово-психічне й фізичне навантаження, утому, напругу, тривогу й невпевненість у майбутньому дитини (порушення тимчасової перспективи);

2) особистісні прояви й поведінка дитини не відповідають очікуванням батьків і, як наслідок, викликають у них роздратування, гіркоту, невдоволення;

3) подружні взаємини погіршуються й деформуються. Такі сім'ї частіше розпадаються;

4) соціальний статус сім'ї знижується: проблеми виникають не лише у внутрішніх взаєминах, а й у найближчому оточенні; батьки намагаються приховати факт порушення психічного розвитку в дитини та спостереження її у психіатра чи в інших медичних фахівців від друзів і знайомих – відповідно, коло позасімейного функціонування звужується;

5) поява «особливого психологічного конфлікту» як результату зіткнення з громадською думкою, яка не завжди адекватно оцінює зусилля батьків щодо виховання та лікування дитини;

6) поява почуття безнадійності, зниження самооцінки в батьків. У цих сім'ях чоловіки схильні звинувачувати дружину в народженні хворої дитини навіть у тих випадках, коли достовірно знають, що причина в них;

7) можливе формування рентних установок, за яких батьки не тільки не зацікавлені в перегляді діагнозу, але й вимагають підвищення соціального статусу дитини, сім'ї, очікуючи від суспільства тільки матеріальної підтримки.

Усі перераховані ознаки є деструктивними й можуть перешкоджати адаптації як самої дитини, так і її батьків [5, с. 92].

Основними особливостями дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей

із комплексні порушення розвитку, є: високий рівень авторитарності у їх вихованні, інфантилізація та емоційне нехтування, при цьому діти найчастіше сприймають своє становище в сім'ї як відчужене, відчувають тривогу, пов'язану із внутрішньо-сімейними взаєминами [6, с. 61]. Виявлені особливості враховувалися при розробці напрямків, цілей та завдань психокорекційної програми. Основні напрямки психокорекційної роботи з дитячо-батьківськими стосунками у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, полягають у наступних положеннях:

– формування позитивного та згуртованого образу сім'ї у дітей з комплексними порушеннями розвитку;

– розвиток позитивної самооцінки у батьків та дітей;

– навчання батьків прийомам безоцінної, приймаючої, демократичної взаємодії з дітьми;

– зниження рівня тривожності у дітей стосовно внутрішньо-сімейних взаємин;

– підвищення рівня довіри батьків до дітей.

Складність та своєрідність проблеми дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, потребує ретельного методологічного підходу до процесу психолого-педагогічної допомоги таким сім'ям. Розробка методологічних принципів як основних відправних ідей незамінна в теорії та практиці психологічної допомоги сім'ям з дітьми, які мають комплексні форми дизонтогенезу.

Надзвичайно важливим є принцип *особистісного підходу до дитини з комплексними порушеннями розвитку*. У процесі психологічної допомоги враховується не окрема функція чи ізольоване психічне явище, наприклад, низький рівень інтелекту, а особистість дитини загалом із її індивідуальними особливостями. Основоположник клієнт-центрованої терапії відомий американський психотерапевт, К. Роджерс виділив три основні напрями цього принципу: кожна особистість має безумовну цінність і заслуговує на повагу як таку; кожна особистість може бути відповідальною за себе; кожна особистість має право вибирати цінності та цілі, приймати самостійні рішення [3, с. 92]. Психолог повинен приймати будь-яку дитину та її батьків як унікальних, автономних індивідів, за якими визнається та поважається право вільного вибору, самовизначення, право жити власним життям.

Другий принцип – *це каузальний принцип*. Психологічна допомога дітям з комплексними порушеннями у розвитку має бути сконцентрована не на зовнішніх проявах вад розвитку, а на дійсних джерелах, що породжують ці відхилення. Реалізація цього принципу сприяє усуненню причин та джерел відхилень у психічному розвитку дитини. Складна ієрархія

взаємин між симптомами, їх причинами та структура дефекту визначає завдання та цілі психологічної допомоги [1, с. 52].

Третій принцип – це *принцип комплексності*. Психологічну допомогу можна розглядати лише у комплексі клініко-психолого-педагогічних впливів. Її ефективність значною мірою залежить від урахування клінічних та педагогічних факторів у розвитку дитини. Наприклад, психолог повинен володіти повною інформацією про причини та специфіку її захворювання, майбутню тактику лікування, терміни госпіталізації, перспективи медичної реабілітації. Окрім того, психолог повинен контактувати з медичним та педагогічним персоналом, використовувати педагогічні характеристики.

Четвертий принцип – *принцип діяльносного підходу*. Психологічна допомога має здійснюватися з урахуванням провідного виду діяльності дитини. Якщо це дошкільник, то у контексті ігрової діяльності, якщо школяр, – то у навчальній. Окрім того, необхідно орієнтуватися також на той вид діяльності, який є особистісно значущим для дитини. Це особливо важливо при роботі з дітьми з вираженими емоційними порушеннями. Ефективність психологічної допомоги належним чином залежить від використання продуктивних видів діяльності дитини.

Принципи психокорекційної роботи з дітьми, які мають порушення у розвитку, визначили цілі, завдання та принципи запропонованої нами програми корекції дитячо-батьківських взаємин у сім'ях з дітьми, які мають комплексні порушення розвитку.

Психокорекційний процес будувався з урахуванням низки конкретно-методичних психолого-педагогічних принципів: принцип єдності корекції та розвитку: корекційна робота ведеться на основі психолого-педагогічного аналізу внутрішніх і зовнішніх умов розвитку дитини з особливими освітніми потребами; диференційований підхід до особистісних особливостей батьків таких дітей та до самих дітей; принцип єдності діагностики та корекції розвитку передбачає, що завдання корекційної роботи можуть бути зрозумілі та поставлені тільки на основі діагностики та оцінки найближчого ймовірного прогнозу розвитку, що визначається виходячи із зони найближчого розвитку дитини [7, с. 280].

Під час розробки програми корекції дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, було окреслено цілі та завдання програми в цілому та кожного окремого заняття, дано покроковий опис структури програми, розкрито конкретний зміст програми, розроблено процедуру діагностики ефективності психокорекції [4, с. 45]. Алгоритмізація програми дозволяє говорити про її відтворюва-

ність, ефективність запропонованої програми підтверджена у процесі апробації на базі Полтавського навчально-реабілітаційного центру Полтавської обласної ради, Полтавського закладу дошкільної освіти (ясла-садок) комбінованого типу № 6 «Дивограй» Полтавської міської ради та Гімназії № 15 Полтавської міської ради.

Як основні цілі психокорекційної роботи, з урахуванням виявленої нами специфіки дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, ми виділили такі:

- переструктурування негативних особистісних установок батьків дітей зі складними формами дизонтогенезу (надання дитині більшої самостійності та взаємодії в родині; заохочення активності дитини у внутрішньосімейному спілкуванні);

- оптимізація характеру взаємин у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку: (навчання батьків методам демократичного стилю взаємодії з дитиною та прийомам безоцінного ставлення);

- створення сприятливого психологічного клімату у сім'ях: підвищення довіри батьків до дітей; зниження рівня тривожності в батьків та дітей.

У зв'язку з цим психокорекційний процес у нашому дослідженні спрямовано вирішення наступних завдань:

1. Моделювання гармонійних дитячо-батьківських стосунків.

2. Реконструкцію реальних батьківсько-дитячих взаємин.

3. Корекцію неадекватних поведінкових та емоційних реакцій батьків і дітей із комплексними порушеннями розвитку внутрішньо-сімейних стосунках.

4. Розвиток оптимальних форм поведінки в діаді «батьки-дитина», що сприяють формуванню їхніх адекватних взаємин.

Психокорекційна робота з батьками, може містити в собі різні методики, серед яких особливе місце можуть посідати арт-терапевтичні. Ми вважаємо, що використання саме арт-терапевтичних методик у практиці роботи з сім'ями, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, з огляду на низку обставин, є оптимальним. Обґрунтування вибору методів корекційно-розвивального впливу ґрунтується на низці положень:

1. Цілі арт-терапевтичних методик – катарсис, зняття нервово-психічного напруження, моделювання позитивного психоемоційного стану, формування адекватного міжособистісного спілкування та самооцінки – відповідають цілям нашої програми психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку. Основними завданнями психокорекційного впливу на дитя-

чо-батьківські стосунки в таких сім'ях, з огляду на емпірично виявлені нами їхні особливості, є: корекція неадекватних емоційних реакцій батьків і дітей з комплексними нормами дизонтогенезу у внутрішньосімейних стосунках; розвиток комунікативних здібностей дітей, розвиток емпатичних здібностей у дітей та батьків, гармонізація їхньої самооцінки; зняття підвищеного рівня тривожності дітей у внутрішньосімейних стосунках, моделювання приймаючих, доброзичливих стосунків.

2. Засоби арт-терапії відповідають індивідуальним особливостям і можливостям групи батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку. Батьки досить активно беруть участь в арт-терапевтичних заняттях, оскільки характер завдань не викликає в них труднощів, а відчуття експертної ситуації, яке часто виникає в них, швидко минає. Процедура проведення психокорекційних занять засобами арт-терапії передбачає високий ступінь свободи учасників у процесі роботи.

3. Арт-терапевтичні методи є, на наш погляд, найбільш екологічними для психіки учасників психокорекційних занять. У процесі роботи не пропонуються «правильні» або «неправильні» думки, точки зору, здібності не оцінюються як «хороші» чи «погані», що дуже важливо в роботі з дітьми, тому що через свої обмежені можливості в реальному житті вони часто стикаються з невдачами, осудом і болісно реагують на оцінку. Батьки цих дітей так само насторожено ставляться до пропонуваного їм психологічних послуг, оскільки в їхній свідомості професія психолога тісно пов'язана з експертизами стану їхніх дітей і, відповідно, має часто негативне забарвлення. Використання недирективних методів дає змогу змінити такий стереотип.

4. Використання арт-терапевтичних методів не потребує створення особливих умов для проведення занять (великих залів, складного технічного обладнання тощо). Що є актуальним у сучасних умовах роботи спеціальних освітніх закладів та реабілітаційних центрів.

Отже, існує низка переваг використання арт-терапевтичних методів як основних у психолого-педагогічній корекційній роботі з дітьми з комплексними порушеннями розвитку та їхніми батьками. Звісно, поряд із позитивними аспектами застосування цих методів є й негативні, такі як складності оцінювання ефективності арт-терапевтичного впливу в процесі проведення занять. Однак ми визнали за можливе використовувати саме арт-терапевтичні методики як основоположні при створенні авторської програми корекції дитячо-батьківських стосунків у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку.

Під час розроблення психолого-педагогічної програми корекції дитячо-батьківських

стосунків у сім'ях із дітьми, які мають комплексні порушення розвитку, необхідно враховувати низку умов:

1. Найважливішою умовою під час планування та організації психокорекційної роботи з сім'ями таких дітей є врахування якісної своєрідності психічного розвитку дітей та кожного члена групи психокорекції.

2. Програма корекції дитячо-батьківських стосунків у сім'ях із дітьми, що мають комплексні порушення розвитку, спрямована на організацію психокорекції в реальних групах дітей та їхніх батьків (клас, сформована група).

3. Під час планування психокорекційної роботи передбачається проведення діагностичних заходів для оцінки ефективності її впливу.

4. Пропонована програма має задовольняти вимогам верифікації за змістом та ефективністю.

Під час планування й організації психокорекційної роботи із сім'ями дітей із комплексними порушеннями розвитку необхідно враховувати виявлену Н. Гладких, Г. Федоришин, Н. Кукурудзою, М. Мушкевич та В. Шевчук специфіку дитячо-батьківських стосунків. Відповідно до особливостей цих стосунків пропонуються напрями, принципи, цілі, завдання та методи психолого-педагогічної корекції. Відповідність виявлених проблем, напрямів психокорекційної роботи та її методів представлено в таблиці 1.

Результатом нашої роботи стала програма корекції дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей з комплексними формами дизонтогенезу, «Місто щасливого дитинства».

Програма спрямована на корекцію всіх сторін дитячо-батьківських відносин (емоційної, когнітивної та поведінкової) та створена з урахуванням специфічних особливостей цих відносин у сім'ях з розумово відсталими дітьми, виявлених нами в емпіричному дослідженні. Програма складається із 6 тематичних модулів:

1. Діагностика дитячо-народних відносин у сім'ях дітей, що виховують, з інтелектуальними порушеннями.

2. Моделювання умов сімейного виховання дітей із обмеженими можливостями.

3. Семінар: «Проблеми внутрішньосімейних взаємин».

4. Семінар: «Ефективні методи взаємодії у внутрішньосімейних стосунках».

5. Моделювання оптимальних умов внутрішньосімейної взаємодії між батьками та дітьми.

6. Діагностика ефективності психокорекційного на дитячо-батьківські відносини у сім'ях з дітьми, які мають комплексні порушення розвитку.

Напрями та методи психокорекційної роботи із сім'ями, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, залежно від виявлених особливостей внутрішньо-сімейних стосунків

Особливості дитячо-батьківських стосунків у сім'ях із дітьми, які мають комплексні порушення розвитку	Напрямок психолого-педагогічної корекції	Приклади методів і технік корекційного впливу
Високий рівень авторитарності у вихованні дітей з комплексними порушеннями розвитку	Навчання батьків прийомам безоціночної, приймаючої, демократичної взаємодії з дітьми	Вправа «7 умов щасливого дитинства»; аналіз батьками малюнка сім'ї, виконаного дітьми; семінар: «Ефективні методи взаємодії у внутрішньосімейних взаєминах»; спільна побудова моделі «Міста щасливого дитинства».
Інфантилізація батьками дітей із комплексними порушеннями розвитку	Підвищення рівня довіри батьків до дітей	Спільні ігри «Де заховано?», «Встаньте та поміняйте місцями ті, хто...»; обговорення та вирішення проблем у межах семінарських занять «Проблеми моєї дитини»; рольові ігри.
Емоційне заперечення дітей з комплексними порушеннями розвитку їхніми батьками	Розвиток позитивної самооцінки у батьків та дітей. Навчання батьків прийомам безоціночного та безумовного спілкування з	Релаксаційна вправа для батьків «Занурення в дитинство»; вправу «Передай посмішку та колу»; спільне створення та переструктурування моделі «Міста щасливого дитинства»; гра «Подорож містом щасливого дитинства»
Почуття відчуженості у дітей у внутрішньосімейній взаємодії	Формування позитивного, згуртованого образу сім'ї у дітей дітьми	Казки-театралізації «День народження Ведмедика» «Козеня сердиться»; вправу «Подарунок для близьких»; спільні з батьками ігри із створеною моделлю «Міста щасливого дитинства»: «Заселення міста» тощо.
Тривожність дітей при взаємодії з батьками	Зниження рівня особистісної тривожності у дітей у внутрішньосімейних відносинах	Релаксаційні вправи, спільне з батьками («рука в руці»)

Модулі включають від 1 до 4 академічних годин аудиторних занять і систему домашніх завдань. Загальна кількість годин, відведених для проведення психокорекційних занять, – 34. Розроблено програмний зміст та позначено ресурсне забезпечення програми.

Основним засобом корекції дитячо-батьківських відносин є створення моделі гармонійних відносин у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, що дозволяє усвідомити і батькам та дітям умови побудови адекватних взаємин між членами сім'ї, формування сприятливого психоемоційного внутрішньосімейного клімату. Грунтуючись на арт-терапевтичній техніці, ми пропонуємо використовувати як таку модель образ міста, «вулицями», «площами», «сквєрами» і «річками» якого є умовами успішних взаємин між батьками та їх розумово відсталими дітьми. Ця модель створюється учасниками групи корекції на початкових етапах у підгрупі батьків (підгрупа А) та у підгрупі дітей (підгрупа В), потім спільно моделюється «об'єднане» місто, яке кілька разів у процесі роботи видозмінюється. У ході створення цієї

моделі у групі дорослих усвідомлюються та переструктуруються непродуктивні особистісні установки батьків, обговорюються та вирішуються основні проблеми їхніх взаємин з дітьми.

Ми використовували музикотерапевтичні методики, казкотерапію, елементи когнітивно-поведінкової терапії. Такий еkleктичний підхід при побудові програми виправдовується надзвичайною складністю досліджуваної проблеми та специфічністю групи. Ми вважали за можливе використовувати у своїй роботі методи та прийоми різних психологічних напрямів і шкіл, спираючись насамперед на плановану ефективність тієї чи іншої вправи чи гри. Ми виходили з власного практичного досвіду роботи з дітьми, які мають комплексні порушення розвитку, та їхніми батьками та вже розроблених іншими авторами програм психокорекційної роботи із сім'ями дітей з обмеженими можливостями [8, с. 140].

У програмі «Місто щасливого дитинства» використовується безліч різноманітних прийомів, ігор та вправ. Більшість вправ спрямовано

відразу кілька завдань. Деякі завдання та ігри можуть, навпаки, переслідувати схожі цілі.

Пропонована програма спрямована на роботу з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. Це зумовлено низкою обставин. По-перше, здебільшого діти з комплексними формами дизонтогенезу починають відвідувати спеціальні освітні установи із дошкільного та молодшого шкільного віку: відповідно, пропонуючи програму, спрямовану працювати з дітьми саме цього віку, ми розширюємо діапазон її застосування. По-друге, з погляду характеру взаємовідносин у їхніх сім'ях до цього періоду – вже досить сформований, але є не жорстко стереотипний, отже, програма може бути досить ефективна. По-третє, діти з комплексними вадами розвитку даного віку здатні розуміти прості ігрові інструкції, мають елементарні навички поведінки в соціумі, відповідно, можлива організація групових занять з ними та їхніми батьками.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гладких Н.В. Актуальні проблеми навчання та виховання дітей з комплексними порушеннями розвитку в Україні. *Науковий часопис імені М.П. Драго-*

манова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2014. № 26. С. 52–57.

2. Кукуруза Г.В. Психологічна модель раннього втручання: допомога сім'ям, що виховують дітей раннього віку з порушеннями розвитку : монографія. Харків : Точка, 2013. 244 с.

3. Мушкевич М.І. Психологічний супровід сім'ї з проблемними дітьми. *Психологія: реальність і перспективи.* 2013. Вип. 1. С. 91–94.

4. Набільська Г. 15 хвилин для нас: діти + батьки. Київ : Колесо життя, 2021. 198 с.

5. Федоришин Г.М. Народження дитини з відхиленнями в рлохвитку як ненормативна криза сім'ї. *Молодий вчений.* 2015. № 5(20). Ч. 4. С. 91–94.

6. Шевчук В.В. Батьківське ставлення до дітей з комплексними порушеннями розвитку. *The scientific heritage.* 2021. № 71. С. 61–65.

7. Hodapp R.M. Families of persons with Down syndrome: New perspectives, findings, and research and service needs. *Mental Retardation and Developmental Disabilities.* 2007. № 13. P. 279–287.

8. Hintermair M., Sarimski K. Sozial-emotionale Kompetenzen hörgeschädigter Kleinkinder. Ergebnisse aus einer Studie mit zwei neueren Fragebogeninventaren für das 2. und 3. Lebensjahr. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie.* 2017. No. 45(2). Pp. 128–140.

ПСИХОЛОГІЧНЕ РОЗШИРЕННЯ ПОВНОВАЖЕНЬ І ЗАДОВОЛЕНІСТЬ РОБОТОЮ В ПРАЦІВНИКІВ ЛОГІСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ ПІД ЧАС ВІЙНИ РОСІЇ ПРОТИ УКРАЇНИ

PSYCHOLOGICAL EMPOWERMENT AND JOB SATISFACTION OF LOGISTICS WORKERS DURING RUSSIA'S WAR AGAINST UKRAINE

Під час війни важливим є моніторинг психологічного благополуччя працівників і розробка адекватної системи психологічної підтримки, що є особливо значущим для логістичної галузі, оскільки вона не лише забезпечує зв'язок між іншими суб'єктами економічної діяльності, але й сприяє налагодженню постачання гуманітарної та військової допомоги населенню та військовим. Мета цієї статті – емпірично дослідити вплив психологічного розширення повноважень на задоволеність роботою в працівників логістичної галузі під час війни, відтворивши малайзійське дослідження Золкаплі та ін. (2020), та перевірити, чи встановлені в ньому впливи, чинні під час війни в Україні, і чи сама війна не стає самостійним чинником. За запропонованим нами теоретичним фреймворком дослідження було розроблено опитувальник «Розширення повноважень і задоволеність роботою в час війни», який складається з 18 питань і 6 шкал («Значущість», «Вплив», «Самовизначеність», «Компетентність», «Війна» і «Задоволеність роботою»). Надійність шкал опитувальника становить 0,861–0,959 за коефіцієнтом Cronbach's Alpha. 40 респондентів (17 чоловіків та 23 жінки) із двох логістичних компаній взяли участь у дослідженні. Регресійний аналіз методом лінійної регресії показав, що для 84,5% вибірки вплив почуття смислової значущості роботи (шкала «Значущість») та сприймання її як такої, що підходить у час війни (шкала «Війна»), були предикторами задоволеності роботою. Отримані результати виявились незалежними від статі.

Ключові слова: війна, задоволеність роботою, логістика, психологічне розширення повноважень, розширення повноважень.

During the war, the psychological well-being of employees should be systematically monitored, and an adequate system of psychological support should be developed as a result

of this assessment. It is particularly significant for the logistics industry, as it not only provides communication between other subjects of economic activity but also contributes to the delivery of humanitarian supplies and military aid to the population and military. The purpose of this paper was to empirically investigate the effect of psychological empowerment on job satisfaction among logistics workers during Russia's war against Ukraine, replicating the Malaysian study of Zolkapli et al. (2020) and checking whether the predictors of job satisfaction were the same during the war in Ukraine. The second research question was whether the war itself did become an independent factor in the model of psychological empowerment. Based on our proposed theoretical research framework, the Questionnaire "Empowerment and Job Satisfaction in Wartime" was developed, which consists of 18 questions and 6 scales (Meaning, Impact, Self-determination, Competence, War, and Job Satisfaction). The Questionnaire used the 7-point Likert scale from «not describe my job at all» (1) to «absolutely describe my job» (7). Reliability of scales was 0.861–0.959 according to Cronbach's Alpha coefficient. 40 respondents (17 men and 23 women) from two logistics companies took part in the study. Regression analysis using the linear regression method showed that for 84.5% of the sample, the influence of the sense of meaningfulness of work (Meaning scale) and perception of it as appropriate during the war (War scale) were predictors of job satisfaction ($p < 0,01$). The results obtained were not related to the respondents' sex. However, a moderate positive correlation was found between the Meaning scale and the respondents' age (Spearman rank correlation $r = 0,422$, $p < 0,01$). Competence, Impact, and Self-determination demonstrated almost no influence on job satisfaction in this study, which should be considered in general and human resources management in logistics companies.

Key words: empowerment, job satisfaction, logistics, psychological empowerment, war.

УДК 159.98:167

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.26>

Адаменко Г.О.

магістрант кафедри практичної психології
Криворізький державний педагогічний
університет

Постановка проблеми. Загострення війни Росії проти України у 2022 році має великі наслідки для психічного здоров'я українців різного віку та статусу [14; 32]. Дослідники повідомляють про суттєве зростання рівня стресу, депресії, тривоги та посттравматичного стресового розладу серед тих, хто залишився в Україні та виїхав за кордон [30], у тому числі в порівнянні з попередніми періодами [18].

Крім того, під час війни важливою є підтримка економіки України через роботу виробництв і сфери послуг [38]. Відповідно необхідними є моніторинг психологічного благополуччя працівників цих сфер і розробка адекватної системи психологічної підтримки. Особливо значущою є робота саме логістичної галузі, оскільки вона не лише забезпечує зв'язок між іншими суб'єктами економічної діяльності, але

й сприяє налагодженому постачанню гуманітарної та військової допомоги населенню та військовим.

Виділення невирішених раніше частин проблеми. Умотивована залученість працівників у злагоджену роботу логістичної галузі в мирний час стала предметом багатьох досліджень [26; 31]. Малайзійські вчені Н. Золкаплі, С. Башірун, С. Ахмад, Н. Самудін і Н. Бадролхісам у 2020 році довели, що задоволеність роботою серед працівників логістичної галузі виявилась пов'язаною з психологічним розширенням повноважень через 4 психологічні категорії: значущість діяльності, компетентність, самовизначеність і вплив на робочі процеси [31]. Однак, враховуючи істотні зміни психологічного стану українців, засвідчені в останніх дослідженнях [11], ми припускаємо, що війна стала повноцінною п'ятою важливою категорією, яка може обумовлювати задоволеність роботою в працівників логістичної галузі, що потребувало емпіричної перевірки.

Отже, **метою дослідження** стало емпіричне дослідження впливу психологічного розширення повноважень на задоволеність роботою в працівників логістичної галузі під час війни, відтворивши малайзійське дослідження, та перевірка, чи встановлені в ньому впливи, чинні під час війни в Україні, і чи сама війна не стає самостійним чинником.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. *Psychological empowerment* (або психологічне розширення повноважень та можливостей) як концепт привернув увагу багатьох дослідників у міждисциплінарному галузевому полі [22; 37]. На сьогодні автори наводять щонайменше чотири аспекти того, чим є *psychological empowerment*:

1. *Psychological empowerment* – це мотивація та процес, який відображає значущість особи в порівнянні з колегами в організації та досягається використанням формальних і неформальних методів стимуляції [6].

2. *Psychological empowerment* – покращення самопочуття та ефективності в порівнянні з іншими членами команди, а також уникання ситуацій безпорадності в умовах робочого процесу [5; 28].

3. *Psychological empowerment* може бути описаний як внутрішній [21] або зовнішній процес, що допомагає почуватися уповноваженими виконувати завдання [28].

4. *Psychological empowerment* – антонім явища безсилля, яке має також культуральні особливості, як-от у дослідженні ромів в Україні ключовими підсилювачами психологічного розширення повноважень стало проживання поблизу сім'ї та свого ком'юніті [10].

Психологічне розширення повноважень є формою внутрішньої мотивації, яка підтримує працівників у виконанні своїх завдань, на

відміну від зовнішньої мотивації матеріальними та нематеріальними стимулами [33]. Воно проявляється через чотири основні когніції: почуття значущості, впевненість у своїх компетенціях, можливість самовизначення та вплив на результати [31]. Ці аспекти психологічного розширення повноважень, за даними емпіричних досліджень, спонукають працівників до ефективної професійної діяльності та відчуття задоволення від своєї роботи [31].

Дослідження вказують, що саме працівники, які опанували *psychological empowerment*, здатні вивести компанію на високий рівень конкурентоспроможності [9]. Також психологічне розширення повноважень тісно пов'язане із задоволеністю працівників своєю роботою [2; 4; 13; 20].

Дослідження, присвячені темі задоволеності роботою, встановили, що вона має вирішальний вплив на успіх роботи [31; 34; 35; 39]. Сама задоволеність роботою визначена в різних джерелах так:

1. Задоволеність роботою – когнітивна реакція або емоційний відклик від працівника [29].

2. Задоволеність роботою – це ступінь, до якого людина любить або не любить свою роботу [23].

3. Задоволеність роботою – позитивні емоції, які виникають після досягнень у робочій результативності [7].

Дослідження доводять, що задоволеність роботою відображається на ставленні до роботи: задоволені роботою працівники ставляться до неї позитивно, а незадоволені – негативно [17]. При цьому важливим є зв'язок між особистістю та організацією, у якій вона працює, оскільки сам вид роботи, яку виконує особа, викликає в неї задоволення або незадоволення від роботи [23]. Дослідники наголошують, що це є ключовим застереженням у збереженні цінних трудових ресурсів у організації [19].

Щодо психологічних детермінант задоволеності роботою, дослідники відзначають роль емоційного інтелекту як здатності до розпізнавання та керування своїми емоціями, самозаспокоєння та заспокоєння інших, що є особливо важливим у ситуації невизначеності [39]. Поєднання емоційного інтелекту з виконавчими компетенціями посилює управлінський потенціал керівників, дозволяючи більш ефективно приймати рішення та розв'язувати проблеми [39]. На тему задоволеності роботою Оксана Байер і Світлана Моцна провели дослідження серед працівників технічних професій – слюсарів із ремонту та експлуатації газового устаткування [36]. Отримані ними дані засвідчили, що працівникам із високим рівнем задоволеності роботою притаманні достовірно вищі рівні професійної ефективності, що

було пов'язане з вищим рівнем психологічної залученості до роботи.

Позитивний ефект від задоволеності роботою та розширення повноважень доведений дослідженнями [1; 8], які продемонстрували, що розширення прав і відповідальності підвищує задоволеність роботою [15; 16; 27]. У цих дослідженнях можна побачити, що, порівняно з менш уповноваженими працівниками, повноцінно інтегровані працівники були більш задоволені роботою. В іншому дослідженні [3] розширення повноважень виступило одним із найголовніших компонентів позитивного емоційного результату та вмотивованості робочого процесу. Інші дослідження підкреслили, що інтеграція психологічного розширення повноважень у процес роботи є посередником і невід'ємною частиною задоволення від роботи [20]. У цьому ж контексті потрібно зазначити, що важливим є сприйняття цих двох компонентів самою людиною [12; 24; 25].

Великий внесок у вивчення питання зв'язку задоволеності роботою та психологічного розширення повноважень зробили малайзійські вчені. У їхньому дослідженні було проведено множинний регресійний аналіз для вивчення впливу незалежних змінних, що предствляють різні аспекти психологічного розширення повноважень, на залежну змінну – задоволеність роботою. Результати цього аналізу показали, що вплив психологічного розширення повноважень на задоволеність роботою описує 64,6% досліджених респондентів. Детальніше дослідження виявило, що самовизначення є найбільш впливовим аспектом, за яким слідує вплив на результати роботи та значущість. Компетентність має найменший вплив на задоволеність роботою. Інші змінні не проявили статистично значущого впливу на задоволеність роботою [31]. Це дозволило вченим побудувати таку модель зв'язку психологічного розширення повноважень і задоволеності роботою в працівників логістичної галузі (рис. 1).

Виклад основного матеріалу дослідження. Методи. За результатами проведеного теоретичного аналізу ми розробили теоретичний фреймворк дослідження, в основі якого лежить фреймворк Золкаплі та ін. [31] (рис. 1), однак розширили його чинником «Робота, що підходить у час війни» (який далі ми скорочено записуватимемо, як «Війна») відповідно до мети цієї роботи (рис. 2).

Відповідно до цього теоретичного фреймворку ми сформулювали **дослідні гіпотези**:

1. Значущість, компетентність, самовизначеність та впливовість є предикторами задоволеності роботою в працівників логістичної галузі в Україні під час війни (як у Малайзії в мирний час).

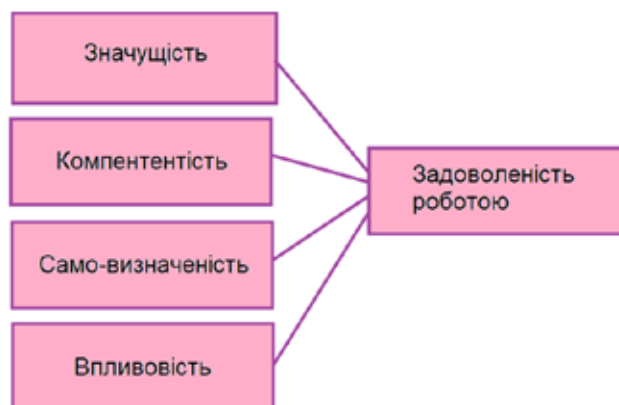


Рис. 1. Емпірично встановлена модель впливу психологічного розширення повноважень на задоволеність роботою, опублікована малайзійськими вченими [31]



Рис. 2. Теоретичний фреймворк дослідження

2. Війна може розглядатися як самостійний чинник, який визначає задоволеність роботою під час війни.

Для відповіді на ці питання ми розробили анкету для збору соціодемографічних даних та опитувальник «Розширення повноважень і задоволеність роботою в час війни» (Додаток А). Авторський опитувальник містить 5 шкал із незалежними змінними («Значущість», «Компетентність», «Самовизначення», «Вплив», «Війна») та 1 шкалу залежної змінної – «Задоволеність роботою». Опитувальник складається з 18 питань, по 3 питання на кожну шкалу, які слід було оцінити за шкалою Лікерта – від 1 (зовсім не описує мою роботу) до 7 (повністю описує мою роботу). Розробка опитувальника включала оцінку змістової валідності шляхом залучення науковців-психологів та оцінку надійності шкал шляхом розрахунку коефіцієнта Cronbach's Alpha (табл. 1).

Крім того, анкета містила етичне застереження та збір поінформованої згоди на участь у дослідженні відповідно до українського законодавства та міжнародних етичних стандартів. Збір даних відбувався онлайн через Google-forms. Вибірку дослідження склали

Таблиця 1
**Розрахунок надійності шкал
 опитувальника «Розширення повноважень
 і задоволеність роботою в час війни»**

Шкала	Коефіцієнт Cronbach's Alpha
Значущість	0,959
Компетентність	0,914
Самовизначення	0,864
Вплив	0,861
Задоволеність роботою	0,902
Війна	0,938

40 працівників кількох логістичних компаній (назви компаній приховані для забезпечення конфіденційності), серед яких 17 чоловіків і 23 жінки.

Результати. Розрахунок лінійної регресії відбувався за моделлю вище наведеного теоретичного фреймворку (рис. 2), тобто 4 компоненти психологічного розширення повноважень були незалежними змінними, а задоволеність роботою – залежною, та показав показники, представлені в табл. 2.

$R=0,919$ – загальний коефіцієнт регресії в нашому дослідженні. Це високий рівень впливу незалежних змінних на залежну.

$R^2=0,845$ – цей показник вказує на частину вибірки, яка описана розрахованою регресійною моделлю. Тобто це виділена частка з усієї кількості респондентів, задоволеність роботою якої може бути пояснена дослідженими незалежними змінними. Отже, 84,5% вибірки повністю описується результатами регресійного аналізу, наведеними в цій роботі.

$F=37,116$ – це показник факторного аналізу, який вказує на значущість регресійної моделі. Результат високий, на рівні $p<0,01$, який означає, що ця модель є статистично

значущою, і маємо підстави вважати її відповідною та адекватною для пояснення залежної змінної.

Отже, регресійний аналіз показав досить сильний позитивний вплив залежних змінних на незалежну змінну. Тепер розглянемо, які саме шкали опитувальника відповідальні за встановлений вплив (табл. 3).

Коефіцієнт "B" у таблиці 3 демонструє, як змінюється залежна змінна (задоволеність роботою) від збільшення значення кожної шкали на 1 бал. Коефіцієнт "t" вказує на значущість коефіцієнтів регресії, у розрахунку регресії він є аналогом р-значення. Значення менше 0,05 вважається статистично значущим.

У нашому випадку дві шкали показали свою статистичну значущість: шкала «Значущість» і шкала «Війна». Це означає, що саме ці дві шкали мають вплив на рівень задоволеності роботою в опитаних працівників логістичної галузі в час війни. Інші шкали не показали статистично значущого впливу на задоволеність. Цей результат суттєво відрізняється від результатів малайзійського дослідження, яке ми відтворювали. Так, важливо відзначити, що для більшості опитаних респондентів (84,5%) шкали «Самовизначеність», «Вплив» та «Компетентність» не є впливовими щодо рівня задоволеності роботою в час війни. Натомість особисте сприймання, що власна робота є важливою та значущою, а також те, що вона розглядається людиною як така, що підходить до умов війни, стало вирішальним чинником задоволеності роботою в межах запропонованої дослідної моделі. Представимо ці результати у вигляді рисунка 3, який уточнює отримані результати дослідження порівняно до розробленого теоретичного фреймворку, наведеного на рисунку 2.

Таблиця 2

Регресійний аналіз. Оцінка регресійної моделі

Модель	R	R ²	Скорегований R ²	Стандартна похибка	F	Значення
1	,919a	,845	,822	2,22287	37,116	,000 ^b

Таблиця 3

Регресійний аналіз. Оцінка впливу шкал

	B	t	p-value
Значущість	0,632	5,108	0,000**
Компетентність	-0,24	-1,484	0,147
Самовизначення	-0,001	-0,01	0,992
Вплив	-0,048	-0,3	0,766
Війна	0,497	4,175	0,000**

Рис. 2, 3 !?

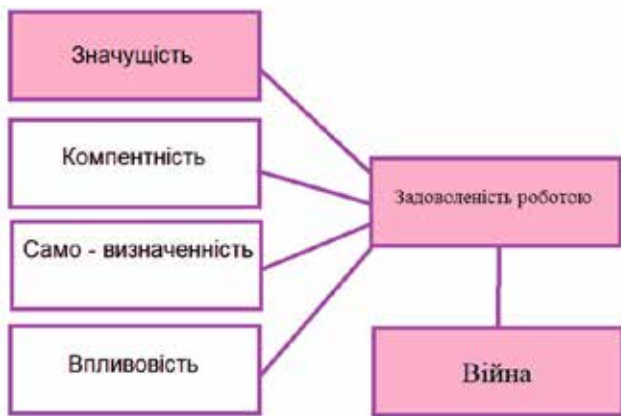


Рис. 3. Вплив психологічного розширення повноважень на задоволеність роботою в працівників логістичної галузі під час війни в Україні

Додатково ми порівняли чоловіків і жінок вибірки за дослідженими шкалами за допомогою U-критерія Мана-Вітні та встановили відсутність значущої різниці (U=138,5–193,5 для різних шкал). Утім, кореляційний аналіз вимірюваних шкал та віку респондентів із застосуванням рангового коефіцієнта кореляції Спірмена засвідчив, що зростання віку помірно пов'язане зі зростанням відчуття значущості своєї роботи (r=0,422, p<0,01).

Висновки. Отже, *перша гіпотеза* цього дослідження не підтверджена: чинники, виділені в малайзійському дослідженні, впливають на задоволеність роботою в працівників логістичної галузі під час війни іншим чином.

У той час, як головний акцент у малайзійському дослідженні припадав на самовизначення фахівців, далі – на їхню впливовість і лише в третю чергу – на значущість, у нашому дослідженні лише переживання роботи як значущої мало емпірично підтверджений вплив на задоволеність роботою.

Друга гіпотеза тим часом підтверджена: переживання роботи як такої, що підходить під час війни, було визначено як самостійний чинник впливу на задоволеність роботою під час війни.

Загальний висновок із цього дослідження полягає в тому, що значущість та сприймання роботи як такої, що підходить для умов повномасштабного вторгнення Росії в 2022 року, мають статистично значущий вплив на рівень задоволеності роботою працівників логістичної галузі в Україні під час війни. Інші досліджувані змінні, такі як стать (чоловіки та жінки), компетентність та самовизначеність, не показали статистично значущого впливу на задоволеність роботою.

Беручи до уваги значущість роботи та вплив воєнного вторгнення, організації логістичної галузі в Україні можуть апелювати до цих чинників для покращення мотивації та задоволеності працівників під час складних умов. При цьому дослідження підтверджує, що війна може мати суттєвий вплив на сприйняття роботи працівниками, що потребує подальших досліджень того, які саме аспекти роботи дозволяють працівникам вважати її місцем, що підходить для роботи в умовах війни. Це питання потребує подальших розвідок, у тому числі локальних – у межах певної компанії.

Додаток А

Опитувальник «Розширення повноважень і задоволеність роботою в час війни»

Оцініть запропоновані твердження від 1 (зовсім не описує мою роботу) до 7 (повністю описує мою роботу), поставивши позначку у відповідній колонці таблиці.

	1	2	3	4	5	6	7
1. Я бачу сенс у тому, що я роблю.							
2. Моя професійна діяльність наповнена змістом для мене.							
3. Я відчуваю, що моя робота важлива.							
4. Я відчуваю достатню компетентність, щоб виконувати свою роботу.							
5. Мої знання відповідають вимогам до моєї посади.							
6. Я володію всіма необхідними навичками, необхідними для виконання моєї роботи.							
7. Я самостійно планую більшу частину своїх робочих завдань.							
8. Я відчуваю, що керую всіма процесами, пов'язаними з моєю посадою.							
9. Я маю достатньо повноважень, щоб керувати діяльністю, яку виконую.							
10. Я бачу, як моя робота впливає на кінцевий результат роботи компанії.							
11. Я відчуваю, що моя діяльність робить вагомий внесок у спільний успіх команди.							
12. Я знаю, що мої дії важливі для загального результату компанії.							
13. Я маю досить хороше місце роботи в час війни.							
14. Я почувуюся спокійно, маючи цю роботу під час війни.							
15. Моя посада дозволяє мені продовжувати працювати під час війни.							
16. Я задоволений(-на) роботою, яку виконую зараз.							
17. Я відчуваю, що в цілому задоволений(-на) своєю посадою.							
18. Більша частина робочих процесів у моїй компанії задовольняє мене.							

Ключ опитувальника

- 1, 2, 3 – шкала «Значущість»;
- 4, 5, 6 – шкала «Компетентність»;
- 7, 8, 9 – шкала «Самовизначення»;
- 10, 11, 12 – шкала «Вплив»;
- 13, 14, 15 – шкала «Війна»;
- 16, 17, 18 – шкала «Задоволеність роботою».

Процедура підрахунку балів

Слід підрахувати суму оцінок, виставлену респондентом за кожною шкалою. При проведенні експериментальних досліджень перші 5 шкал представляють незалежні змінні, у той час як шоста шкала оцінюється, як залежна змінна.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Великодна М.С., Колісник Л.О., Шестопадова О.П., Шило О.С., Депутатов В.О. Стрес-реакції, травма та посттравматичне зростання школярів в умовах війни Росії проти України. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2022. Випуск 1(57). Т. 2. С. 81–97.
2. Граматик І. INTEGRATION OF SCIENTIFIC AND MODERN IDEAS INTO PRACTICE : Proceedings of the VIII International Scientific and Practical Conference, Stockholm, Sweden, 15–18 November 2022. P. 159–161.
3. Губарева Ю.В. Задоволеність роботою як один з факторів плинності кадрів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2010. № 7. С. 113–121.
4. Жорова В.М. Взаємозв'язок задоволеності життям та задоволеності роботою працівників організацій. Ракурси психологічного благополуччя особистості : збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару «Ракурси психологічного благополуччя особистості» / за ред. Т.М. Титаренко. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. С. 66–69.
5. Моцна С., Байер О. Особливості зв'язку між задоволеністю роботою та оцінкою ефективності представників групи професій «людина – техника». *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 43. С. 176–182.
6. Тищенко А.С., Чупріна М.О. Практичні аспекти здійснення ефективної мотивації персоналу в умовах ведення сучасного бізнесу. *Актуальні проблеми економіки та управління*. 2020. Вип. 14.
7. Хмарська І., Кучерява К., Клімова І. Особливості післявоєнного відновлення економіки України. *Економіка та суспільство*. 2022. Вип. 42.
8. Шевченко В.І., Шевченко Д.Ю. Integration of Scientific and Modern Ideas into Practice : Proceedings of the VIII International Scientific and Practical Conference, Stockholm, Sweden, 2022. P. 350–351.
9. Ambad S.N., Bahron A. Psychological Empowerment: The Influence on Organizational Commitment Among Employees in The Construction Sector. *The Journal of Global Business Management*. 2012. Vol. 8(2). P. 73–81.
10. Aryee S., Chen Z.X. Leader-Member Exchange in A Chinese Context: Antecedents, The Mediating Role of Psychological Empowerment and Outcomes. *Journal of Business Research*. 2006. Vol. 59. P. 793–801.
11. Avey J.B., Hughes L.W., Norman S.M., Luthans K.W. Using Positivity, Transformational Leadership

and Empowerment to Combat Employee Negativity. *Leadership & Organization Development Journal*. 2008. Vol. 29(2). P. 110–126.

12. Carless S.A. Does Psychological Empowerment Mediate the Relationship Between Psychological Climate and Job Satisfaction? *Journal of Business and Psychology*. 2004. Vol. 18(4). P. 405–425.
13. Conger J.A., Kanungo R.N. The Empowerment Process: Integrating Theory and Practice. *Academy of Management Review*. 1988. Vol. 13(3). P. 73–84.
14. Conger J.A., Kanungo R.N., Menon S.T. Charismatic Leadership and Follower Effects. *Journal of Organizational Behavior*. 2000. Vol. 21(7). P. 747–767.
15. Courtney C., Younkyoung K.Y. Intentions to turnover: Testing the Moderated Effects of Organizational Culture, as Mediated by Job Satisfaction, within the Salvation Army. *Leadership & Organization Development Journal*. 2017. Vol. 38(2). P. 194–209.
16. Fong K.H., Snape E. Empowering Leadership, Psychological Empowerment and Employee Outcomes: Testing A Multi-Level Mediating Model. *British Journal of Management*. 2015. Vol. 26. P. 126–138.
17. Forrester R. Empowerment: Rejuvenating A Potent Idea. *Academy of Management Executive*. 2000. Vol. 14(3). P. 67–80.
18. Gorbunova V., Gusak N., Klymchuk V., Palii, V., Ustenko V., Kondur Z., ... & Oates J. Social determinants of mental well-being: senses of powerlessness and empowerment among Romani in Ukraine. *Mental Health and Social Inclusion*. 2022. Vol. 26(2). P. 156–166.
19. Karatzias T., Shevlin M., Ben-Ezra M., McElroy E., Redican E., Vang M. L. ... Hyland P. War exposure, posttraumatic stress disorder, and complex posttraumatic stress disorder among parents living in Ukraine during the Russian war. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2023. Vol. 147(3). P. 276–285.
20. Larrabee J.H., Janney M.A., Ostrow C.L., Withrow M.L., Hobbs G.R., Burant C. Predicting Registered Nurse Job Satisfaction and Intent to Leave. *Journal of Nursing Administration*. 2003. Vol. 33(5). P. 271–283.
21. Liden R.C., Wayne S.J., Sparrowe R.T. An Examination of The Mediating Role of Psychological Empowerment on The Relations Between the Job, Interpersonal Relationships, and Work Outcomes. *Journal of Applied Psychology*. 2000. Vol. 85(3). P. 407.
22. Limone P., Toto, G.A., Messina G. Impact of the COVID-19 pandemic and the Russia-Ukraine war on stress and anxiety in students: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*. 2022. P. 13.
23. Menon S.T. Employee Empowerment: An Integrative Psychological Approach. *Applied Psychology: An International Review*. 2001. Vol. 50(1). P. 153–180.
24. Ravichandran S., Gilmore S. To Empower or Not to Empower: The Case of Students Employed in One Midwestern University's Dining Services. 2006. URL: <http://fsmec.org/wpcontent/uploads/2011/09/Ravichandrangilmore2006.pdf>
25. Robbins S.P., Judge T.A. Organizational Behavior. Upper Saddle River. New Jersey : Pearson Education, Inc., 2015.
26. Roberts B., Makhshvili N., Javakhishvili J., Karachevskyy A., Kharchenko N., Shpiker M., Richardson E. Mental health care utilisation among internally displaced persons in Ukraine: Results from a nation-wide survey.

- Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 2019. Vol. 28(1). P. 100–111.
27. Saari L., Judge T. Employee Attitudes and Job Satisfaction. *Human Resource Management*. 2004. Vol. 43(4). P. 395–407.
28. Seibert S.E., Silver S.R., Randolph W.A. Taking Empowerment to The Next Level: A Multiple-Level Model of Empowerment, Performance, and Satisfaction. *Academy of Management Journal*. 2004. Vol. 47(3). P. 332–349.
29. Shahriari E.J., Maleki J., Koolivand P., Meyvand M. The Study of The Relationship Between Organizational Structure and Psychological Empowerment Among the Staffs in Ministry of Economic Affairs and Finance. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*. 2013. Vol. 2(3(S)). P. 330–338.
30. Shapira-Lishchinsky O., Tsemach S. Psychological Empowerment as A Mediator Between Teachers' Perceptions of Authentic Leadership and Their Withdrawal and Citizenship Behaviors. *Educational Administration Quarterly*. 2014. Vol. 50(4). P. 675–712.
31. Spector P.E. Job Satisfaction: Application, Assessment, Causes, and Consequences. London : SAGE Publications, 1997.
32. Spreitzer G.M. Psychological Empowerment in The Workplace: Dimensions, Measurement, And Validation. *Academy of Management Journal*. 1997. Vol. 38(5). P. 1442–1465.
33. Spreitzer G.M., Kizilos M.A., Nason S.W. A Dimensional Analysis of the Relationship Between Psychological Empowerment and Effectiveness Satisfaction, and Strain. *Journal of Management*. 1997. Vol. 23(5). P. 679–704.
34. Stachová K., Stacho Z., Blšťáková J., Hlatká M., Kapustina L.M. Motivation of employees for creativity as a form of support to manage innovation processes in transportation-logistics companies. *NAŠE MORE: znanstveni časopis za more i pomorstvo*. 2018. Vol. 65(4 Special issue). P.180–186.
35. Stewart J.G., Mcnulty R., Griffin M.T.Q., Fitzpatrick, J.J. Psychological Empowerment and Structural Empowerment Among Nurse Practitioners. *Journal of The American Academy of Nurse Practitioners*. 2010. Vol. 22. P. 27–34.
36. Thomas K.W., Velthouse, B.A. Cognitive Elements of Empowerment: An "Interpretive" Model of Intrinsic Task Motivation. *Academy of Management Review*. 1990. Vol. 15(4). P. 666–681.
37. Westover J.H., Taylor J. International Differences in Job Satisfaction: The Effects of Public Service Motivation, Rewards and Work Relations. *International Journal of Productivity and Performance Management*. 2010. Vol. 59(8). P. 811–828.
38. Xu W., Pavlova I., Chen X., Petrytsa P., Graf-Vlachy L., Zhang S.X. Mental health symptoms and coping strategies among ukrainians during the russia-ukraine war in march 2022. *International Journal of Social Psychiatry*. 2023. doi: 10.1177/00207640221143919
39. Zolkapli N.M., Bashirun S.N., Ahmad S.N.A., Samudin N.M.R., Badrolhisam N.I. The Effect of Psychological Empowerment on Job Satisfaction at Express Logistics Company in Malaysia. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*. 2020. Vol. 10(9). P. 1126–1138.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СЕРЖАНТІВ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

FEATURES OF THE PROFESSIONAL ACTIVITIES OF THE SERGEANTS OF THE GROUND FORCES OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Стаття присвячена питанню становлення сержантського корпусу Збройних Сил України в умовах тривалої широкомасштабної агресії Російської Федерації. Новітня система багаторівневої підготовки сержантів відповідає вимогам підготовки військовослужбовців у збройних силах держав – членів НАТО, брати участь у процесах планування, прийняття рішень та управління військами (силами) разом з офіцерами. Визначено, що під час професійної діяльності сержанти Сухопутних військ Збройних Сил України включені у систему взаємодії «людина – людина»; військову службу у Збройних Силах України слід визначити як особливу державну службу, з високим рівнем екстремальності надзвичайних обставин, що періодично триває в умовах ризику; метою управлінської діяльності сержанта СВ ЗС України є забезпечення ефективного функціонування певної організаційної системи; напрями військово-професійної діяльності охоплюють: управління діяльністю військового колективу, виховання і навчання підпорядкованого особового складу, вдосконалення професійних знань, умінь та навичок. Виокремлено основні характеристики управлінської діяльності сержантів СВ ЗС України, є безперервним процесом впливу суб'єкта управління (командир, начальник, сержант) на об'єкт управління) військовослужбовець, військовий колектив), відповідно до вимог Статуту Збройних Сил України. З'ясовано професійно важливі якості сержанта СВ ЗС України, психологічні особливості управлінської діяльності сержанта. Охарактеризовано базові психологічні вимоги до сержанта як головної управлінської ланки у Збройних Силах України. Проаналізовано процес підготовки сержантом свого підрозділу до виконання тактичного завдання. Успішність управління військовим підрозділом неможливо без проникнення в сутність складної, швидкозмінної обставинки, без урахування зовнішніх і внутрішніх чинників, які впливають на його реалізацію. Зроблено висновок про те, що сержант СВ ЗС України, як суб'єкт професійної діяльності, повинен мати високий професійний та соціальний статус, наявність комплексу професійно важливих якостей, розвиненість особистісних якостей.

Ключові слова: сержант, військова служба, військовий керівник, управлінська діяльність, процедура військового керівництва.

The article is dedicated to the formation of the sergeant corps of the Armed Forces of Ukraine in the conditions of prolonged large-scale aggression by the Russian Federation. The latest system of multi-level training of sergeants meets the requirements of military personnel training in the armed forces of NATO member states, involving participation in planning, decision-making, and military management processes alongside officers. It is determined that during their professional activities, sergeants of the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine are integrated into the 'human-to-human' interaction system; military service in the Armed Forces of Ukraine should be defined as a special state service with a high level of extremeness in extraordinary circumstances, periodically involving risk; the purpose of the management activity of a sergeant in the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine is to ensure the effective functioning of a specific organizational system; directions of military-professional activities encompass: managing the activities of a military team, education and training of subordinates, improving professional knowledge, skills, and abilities. The main characteristics of the management activity of sergeants in the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine, as a continuous process of the impact of the management subject (commander, chief, sergeant) on the management object (military personnel, military team), are identified, in accordance with the requirements of the Statute of the Armed Forces of Ukraine. The professionally important qualities of a sergeant in the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine, psychological features of the management activity of a sergeant are clarified. Basic psychological requirements for a sergeant as the main management link in the Armed Forces of Ukraine are characterized. The process of preparing a sergeant for the performance of a tactical task within their unit is analyzed. The success of managing a military unit is impossible without understanding the essence of a complex, rapidly changing situation, taking into account external and internal factors affecting its implementation. The conclusion is drawn that a sergeant in the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine, as a subject of professional activity, must have a high professional and social status, possess a complex of professionally important qualities, and have developed personal qualities.

Key words: sergeant, military service, military leader, management activity, military leadership procedure.

УДК 159.9:355.096.2 (477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.27>

Нестеренко Н.В.

майор, ад'юнкт кафедри внутрішніх комунікацій
Національний університет оборони України

Постановка проблеми. В умовах тривалої широкомасштабної агресії Російської Федерації під час виконання службово-бойових завдань відбувається загартування і становлення сержантського корпусу Збройних Сил України. Новітня система багаторівневої підготовки сержантів відповідає вимогам підготовки військовослужбовців у збройних силах

держав – членів НАТО, визначеним у НАТО (Non-Commission Officer Professional Military Education Reference Curriculum), та надає їм змогу брати участь у процесах планування, прийняття рішень та управління військами (силами) разом з офіцерами. Отже, психологічний аналіз особливостей професійної діяльності сержантів Сухопутних військ ЗС України

надасть змоги проаналізувати їх управлінську діяльність і, як наслідок, підвищити ефективність їхньої професійної діяльності. Відповідно, до сучасних реалій у сержант Сухопутних військ ЗС України зобов'язаний: вміти керувати соціально-психологічними процесами у військовому колективі, володіти навичками пов'язаними із процесами соціальної взаємодії, сприяти формуванню морально-психологічного клімату в колективі, впливати на морально-психологічний стан підпорядкованого особового складу під час виконання службово-бойової діяльності, знати основи застосування сучасних інформаційно-комунікативних технологій і навчальних систем в інтересах професійної діяльності [11].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Психологічні особливості професійної діяльності військовослужбовців Національної гвардії вивчали В. Барко, В. Пасічник; військовослужбовців-прикордонників – С. Мул, О. Самойленко, саперів – О. Недвіга, О. Мацько, О. Хміляр, психологічні особливості діяльності десантно-штурмових військ висвітлили у своїх працях В. Стасюк, О. Блінов, А. Кириченко, офіцерів Повітряних Сил ЗС України – О. Ковальчук. Особливостям професійної діяльності сержантів (військовослужбовців військової служби за контрактом) присвячені такі дослідження: щодо видів соціально-психологічної адаптації військовослужбовців-контрактників до діяльності в особливих умовах А. Малахова [13], психологічних умов професійного самовизначення військовослужбовців-контрактників О. Бабелюка [3]; організаційно-психологічних умов прогнозування професійної придатності військовослужбовців-контрактників залежно від оцінки їх інтелектуальних здібностей А. Черняка [24]; мотивації до професійної діяльності військовослужбовців-жінок у Державній прикордонній службі України дослідила О. Кальчук [11], професійного становлення молодших командирів Г. Ржевського [18], психологічних умов формування професійних якостей майбутніх командирів спеціальних підрозділів у процесі професіоналізації М. Товми [20], особливостей професійної «Я-концепції» військовослужбовців контрактної служби Є. Катаєва [6], психологічних критеріїв оцінювання професійної придатності рятувальників служби порятунку особливого ризику МНС Азербайджанської Республіки Х. Софієвої [19]. Отже, особливості видів (родів) військ, засоби та методи, які застосовують військовослужбовці під час виконання службово-бойових завдань, впливають на специфіку їх діяльності.

Постановка завдання. Метою статті є аналіз професійної діяльності сержантів Сухопутних військ Збройних Сил України та з'ясування психологічних особливостей їх професійної діяльності.

Для досягнення мети було використані такі теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння та узагальнення.

Виклад основного матеріалу. В умовах бурхливого сьогодення чітко помітна тенденція до перебудови професійної діяльності в межах окремих галузей. Тобто зміна підходів до визначення типології професії. Так, В. Барко виокремлює два типи професій за критерієм вимог, до людини: діяльність у нормативно заданих екстремальних умовах, що потребує повної професійної придатності, а отже, професійного відбору за критеріями психофізіологічної витривалості і високої працездатності і масові професії, доступні для оволодіння кожною людиною [3].

Перелік видів професійної діяльності, які характеризуються різним рівнем екстремальності, постійно розширюється. У психологічній літературі діяльність в особливих умовах визначено як діяльність в екстремальних, катастрофічних, надзвичайних або ускладнених ситуаціях. Природні, техногенні або соціальні явища і чинники, що порушують нормальне життя населення, суспільну безпеку і порядок на певній території, вказують на високий рівень екстремальності надзвичайних обставин. Професійна діяльність фахівців екстремальних професій періодично триває в умовах ризику, а отже, їх професійна підготовленість, стан здоров'я, індивідуально-психологічні особливості відіграють вирішальну роль під час виконанні завдань [8].

У науковій літературі поняття військової служби не має однозначного тлумачення, але відповідно до Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу» військова служба є «державною службою особливого характеру, яка полягає у професійній діяльності придатних до неї за станом здоров'я і віком громадян України, пов'язана із захистом Вітчизни» [22]. Військову службу у Збройних Силах України слід визначити як державну службу особливого характеру, яка полягає у професійній діяльності придатних до неї за станом здоров'я, віком, особистими, діловими і моральними якостями, фізичною підготовленістю громадян до захисту Держави – України. Військова професійна діяльність охоплює військове навчання, бойове чергування, варту, внутрішню службу, управлінську діяльність, обслуговування військової техніки, ведення бойових дій. Можна стверджувати, що військова служба це професійна діяльність, яка відбувається в особливих та екстремальних умовах. Важливими етапами підготовки фахівця до ефективної діяльності є професійний відбір і професійна підготовка.

Управлінська діяльність є одним з основних видів професійної діяльності, яку науковці розглядають «сполучною ланкою між суб'ек-

том та об'єктом, суб'єктом та суб'єктом, суб'єктом та суб'єктами, керуючою системою та керованою».

Як зазначає Л. Орбан-Лембрик, «управлінська діяльність – це сукупність скоординованих дій та заходів, спрямованих на досягнення в межах організації певної мети». Функції управління учений він класифікує так: планування, організація, мотивація, контроль, комунікація, при цьому виокремлює вміння керівника спілкуватися, як вирішальне для: налагодження міжособистісних відносин і контактів, вирішення робочих конфліктів, проблем групової згуртованості, сумісності тощо [14].

На думку Л. Карамушки, за змістом управлінська діяльність є реалізацією певних універсальних управлінських функцій (планування, прогнозування, мотивування, ухвалення рішень, контролю та ін. Система цих функцій притаманна будь-якій управлінській діяльності [10].

Схожої думки дотримуються С. Бочарова, О. Землянська, які виокремили цільові функції (прогнозування і планування) та організаційні (загально організаційна, функція матеріально-технічного забезпечення, фінансово-економічного розвитку колективу, а також планово-економічні, кадрові та технологічно-управлінські дії) та соціально-психологічні (комунікативна, постановки мети, функція психологічної підтримки) [4].

Разом з тим В. Третьяченко об'єднує їх у дві великі групи: організаційно-адміністративні (формування мети, головних напрямків діяльності та перспектив розвитку колективу, а також планово-економічні, кадрові і технологічно-управлінські дії) та соціально-психологічні (комунікативна, поставлення мети, психологічної підтримки) [21].

Управлінську діяльність як складну за своїм типовими умовами визначив В. Пасечник. За результатами аналізу психологічних досліджень управлінської діяльності науковець дійшов висновку, що жорсткі часові обмеження, хронічна інформаційна невизначеність, наявність високого рівня відповідальності за кінцеві результати, нерегламентованість праці, виникнення стресових станів тощо можна вважати зовнішніми типовими умовами управлінської діяльності; необхідність одночасного виконання багатьох завдань, суперечність нормативних розпоряджень, несформульованість або відсутність оцінних критеріїв ефективності діяльності, неалгоритмованість дій тощо – внутрішніми [17].

У власному дисертаційному дослідженні Т. Мацевка дефініцію «управління» тлумачено як функцію систем різної природи, яка забезпечує збереження їх структури, підтримання режиму функціонування, реалізації програм і цілей діяльності. Науковець зазначає, що

вищою, кінцевою метою управління є оптимізація системи, отримання найкращого результату її функціонування при найменших зусиллях і витратах, а також вважає, що управління пов'язане із саморозвитком і самовдосконаленням фахівця, виробленням адекватної поведінки, необхідної для певного виду діяльності, розглядає управління як процес, який відображає послідовну зміну станів системи, міри часу, розвитку і просторової зміни системи. Процес управління у найпростішому вигляді – це діяльність керівника у підпорядкованому йому колективі, яка поєднує роботу усіх його членів. Такого поєднання досягають безперервним процесом управлінської діяльності, який передбачає не тільки віддання поточних розпоряджень керівником (дискретний процес), й постійну дію регламентів і нормативи (безперервний процес), і чинять управлінський вплив. Це різноманітні форми впливу суб'єкта управління на об'єкт з метою зміни способів його функціонування через заміну складу або вплив елементів об'єкта управління.

Отже, управління – це систематично здійснюваний свідомий, цілеспрямований вплив людини на загальну систему в цілому або на окремі її складові, на основі пізнання і використання об'єктивних закономірностей і тенденцій в інтересах забезпечення його оптимального функціонування і розвитку, досягнення поставлених цілей [12].

У Збройних Силах управління є безперервним процесом впливу суб'єкта управління (командира, начальника, сержанта СВ ЗС України) на об'єкт управління (окремого військовослужбовця, військовослужбовців, об'єднаних у групи, військовий колектив загальною) для досягнення оптимальних результатів за умови найменшої витрати ресурсів (часових, людських, матеріальних, фінансових [16].

Про управлінську систему можна говорити як про реальну існуючу, якщо об'єкт управління (підпорядкований особовий склад) виконує команди суб'єкта управління (сержанта СВ ЗС України). Для цього необхідні, по-перше, наявність у суб'єкта управління потреби й можливості управляти об'єктом управління, надаючи відповідні управлінські команди, по-друге – наявність в об'єкта управління підстав для готовності та можливостей ці команди виконувати. Необхідно також цей процес розглядати з позицій взаємодії суб'єкта й об'єкта управління, враховуючи зворотний зв'язок між ними. Щоб між суб'єктами існував управлінський зв'язок і відбувався управлінський вплив, необхідна наявність відносини управління, коли один із суб'єктів виконує керівні функції, а інший – виконавські [7].

Досвід бойових дії показує, що у системі військового управління центральною фігурою є керівник – сержант СВ ЗС України. Саме від

його професійної підготовленості, професійно важливих та особистісних якостей залежить успішність виконання бойових завдань підрозділом. Соціальна роль сержанта СВ ЗС України відображається на діяльності всієї військової організації, адже на його особистості зосереджує увагу підпорядкований особовий склад підрозділу. Щоб належно виконувати свою військово-професійну діяльність, йому потрібні загальні і спеціальні здатності, сформовані у процесі діяльності, що разом утворюють сукупність професійно важливих якостей.

Управлінська діяльність сержанта СВ ЗС України, пов'язана зі взаємодією з іншими суб'єктами діяльності, передбачає вплив на військовослужбовців з метою організації їхньої спільної діяльності, а також із потребами, прагненнями, бажаннями, відчуттями, індивідуальними особливостями підпорядкованого особового складу – усім, що перебуває у сфері взаємовідносин «людина – людина», а отже, передбачає роботу із соціальними системами, військовими колективами [8]. Водночас службово-бойова діяльність сержанта СВ ЗС України є цілеспрямованою активністю військовослужбовця, процесом виконання ним функціональних посадових обов'язків у специфічних (особливих, екстремальних та надекстремальних) умовах, які негативно впливають на психічний, фізичний, психофізіологічний, психологічний стани військовослужбовця. Взаємовідносини між військовослужбовцями по вертикалі та по горизонталі регламентовані соціально-правовими актами: Статутами Збройних Сил України, законами, постановами, настановами, наказами, розпорядженнями, що дає змогу у сержантів СВ ЗС України реалізувати власні законні повноваження і статусу владу.

Отже, метою управлінської діяльності сержанта СВ ЗС України є забезпечення ефективного функціонування певної організаційної системи (підрозділу), в якій управлінський рівень керівника передбачає кваліфіковане виконання власних функцій планування та контролю. Напрями військово-професійної діяльності охоплюють:

- управління діяльністю військового колективу;
- виховання і навчання підпорядкованого особового складу;
- вдосконалення професійних знань, вмінь та навичок.

Як професійно важливі якості військовослужбовців військової служби за контрактом Г. Ржевський виокремив цілеспрямованість, відповідальність, комунікативність, впевненість у собі, психологічну стійкість, професійну активність, готовність до дій, організаторські здібності, спостережливість, образну, рухову та інші види пам'яті, технічне мислення, просторову

уяву, уважність, емоційну стійкість, рішучість, витривалість, пластичність, наполегливість, дисциплінованість, самоконтроль. Науковець з'ясував, що успішність виконання обов'язків на командних посадах залежить від наявності сукупності глибоких і стійких знань, умінь і навичок, індивідуально-психологічних якостей. Сержанти і старшини на командних посадах забор'язані: знати основи управлінської діяльності, принципи керівництва, правила оцінювання обстановки, з'ясувати завдання, ухвалювати рішення, визначати порядок виконання запланованих заходів, досягати результатів, мати аналітичний гнучкий розум, бути кмітливими, далекоглядними, мати розвинені просторове мислення й уяву [18].

На думку М. Товми, є також: вольові та ділові якості: цілеспрямованість, відповідальність, впевненість у собі, організаторські здібності, дисциплінованість, вимогливість, турбота про підлеглих [20].

Крім того, Є. Катаєв виокремив: самоповагу, самооцінку, спрямованість на взаємодію та діяльність, наявність професійних смислів: смислові життєві орієнтації на результат, високий рівень професійних домагань [6].

Провідну роль у психологічній компоненті професійної придатності, на думку Х.Р Софієвої, відіграють професійна мотивація, природні задатки та професійні здібності, необхідні для успішного формування властивостей особистості, які забезпечують високий рівень ефективності навчання та подальшої професійної діяльності рятувальника [19].

Відповідно до вимог Статуту Збройних Сил України функціональними обов'язками «сержанта, старшини» (на різних щаблях кар'єрних сходинок) визначено: організацію роботи підлеглого особового складу, а саме проведення занять із бойової підготовки, надання методичної та практичної допомоги, контроль за професійною підготовкою військовослужбовців сержантського (старшинського) складу; проведення показових інструкторсько-методичних і контрольних занять; контроль за дотриманням військовослужбовцями рядового і сержантського (старшинського) складу військової дисципліни, виконанням ними правил носіння військової форми одягу; постійне удосконалення особистого стилю роботи та керівництва, знання ділових і морально-психологічних якостей підлеглих, піклування про підлеглих, ставлення до них із повагою, без приниження їх честі та гідності, робота над згуртуванням військового колективу, сприяння формуванню в особового складу почуття взаємоповаги і взаємодовіри, відповідальність за успішні дії підрозділу, вдосконалення своїх лідерських якостей та взірцевість для особового складу у виконанні службових обов'язків [22].

До сержантів СВ ЗС України, як представників професій, які працюють у системі «людина – людина», висувають такі вимоги стосовно координації і точності професійних дій: вміння висловлюватися чітко і виразно усно та письмово, наявність навичок спілкування з підпорядкованим особовим складом відповідно до моральних, юридичних норм, дотримання норм і правил встановлених Статутами Збройних Сил України.

Відповідно до «Військового Етосу сержантського та старшинського складу ЗС України» загальною місією сержантського складу Збройних Сил України є навчання та виховання підпорядкованого особового складу, професійний розвиток, підтримання належної фізичної форми, забезпечення дотримання стандартів військової дисципліни [20]. Успішність управлінської діяльності залежить від ступеня відповідності професійно важливих якостей, знань, умінь і навичок військового керівника, а саме:

- розвиненості організаторських здібностей сержанта – цілеспрямованості, рішучості, наполегливості;
- прагнення до кар'єрного зростання;
- здатності керувати;
- комунікативних здібностей: уміння налагоджувати взаємини, розвиненості вербального і невербального спілкування, гнучкості, врівноваженості;
- дотримання моральних принципів під час ухвалення рішень;
- здатності виявляти якості лідера;
- здатності до саморегуляції.

Висновки з проведеного дослідження.

Отже, сержант СВ ЗС України як суб'єкт професійної діяльності повинен мати високий професійний та соціальний статус у військовому середовищі (колективі), систему нормативної регуляції, яка постійно розвивається і спрямована на саморозвиток, професійні та особистісні досягнення, які безпосередньо впливають на його діяльність. Для військового керівника обов'язкові: наявність комплексу професійно важливих якостей, достатнього або високого рівня когнітивних здібностей, розвиненість мисленневих процесів (здатності до аналізу, синтезу, узагальнення, абстрагування, класифікації, порівняння, систематизації, індукції та дедукції). Наявність особистісних якостей: вміння прогнозувати і передбачати ситуацію, впевненість у собі під час прийняття рішень, енергійності; послідовності; відповідальності; рішучості; винахідливості; творчої спрямованості; рефлексивності; критичності; чітких особистих цілей; уміння підкорятися вимогам, нормам організації; ерудованості; прагнення до постійного особистісного зростання [5].

Таким чином, сержант СВ ЗС України як кваліфікований військовослужбовець пови-

нен мати такі якості: бути вірним Військової присязі, служити українському народові, неухильно захищати цілісність та незалежність України, суворо дотримуватися норм Конституції і законів України, виконувати вимоги військових статутів; постійно опановувати нові знання, підвищувати особистісний рівень військових професійних знань, удосконалювати свій військовий вишкіл і військову майстерність; знати і тримати в постійній бойовій готовності ввірені йому озброєння і військову техніку, берегти військове майно; беззаперечно підкорятися командирам (начальникам) і захищати їх у бою, оберігати Бойовий прапор військової частини; дорожити військовим товариством, бути готовим допомагати йому порадою і дією, поважати честь і гідність кожного військовослужбовця; дотримуватися правил військової ввічливості, поведінки та військового вітання, мати охайний вигляд; бути пильним, суворо зберігати військову та державну таємницю; з гідністю нести високе звання захисника незалежної України, дорожити честю і бойовою славою Збройних Сил України, бути гідним військового звання «сержант»; знати і неухильно дотримуватися міжнародних правил ведення військових дій, поведіння з пораненими, хворими, з цивільним населенням у районі бойових дій, а також військовополоненими.

Сержант СВ ЗС України є головною управлінською ланкою, адже ґрунтується на беззастережному підпорядкуванні усього підпорядкованого особового складу, принципі єдиноначальності: швидкому та вчасному виконанні його наказів та розпоряджень. Розглянемо процедуру військового керівництва підрозділом (TLP) сержанта СВ ЗС України.

Процес підготовки сержантом свого підрозділу до виконання тактичного завдання містить вісім кроків та починається з моменту отримання командиром наказу на виконання конкретного завдання, але в разі потреби внести корективи процес підготовки починають спочатку.

У процедурі військового керівництва TLP слід використовувати англійські акроніми, щоб тривав процес з військами країн – членів НАТО.

Перший крок – отримання наказу або завдання: сигнального наказу [WARNO], оперативного наказу [OPORD] чи коригуючого наказу [FRAGO].

Спочатку потрібно проаналізувати завдання з урахуванням таких чинників METT-TC:

M [Mission] – з'ясування завдання;

E [Enemy] – що відомо про ворога;

T [Terrain] – які сили та засоби можуть бути задіяні під час виконання завдання;

T [Time] – розрахунок часу (тривалості) операції;

С [Civilian] – які можливі наслідки для цивільного населення.

Другий крок TLP – видання сигнального наказу [WARNO]. На цьому етапі конкретизують завдання або визначають цілі операції, визначають кількість військовослужбовців, які будуть брати участь у виконанні завдання, тривалість місії, час початку операції.

Третій крок TLP – розроблення попереднього плану. На цьому етапі сержант СВ ЗС України надає власну оцінку ситуації: детально аналізує завдання, моделює розвиток подій операції, аналізує кожен етап місії, робить порівняльний аналіз кожного етапу розвитку операції і зрештою розробляє попередній план рішення.

Четвертий крок TLP є початок необхідного пересування.

П'ятий крок TLP – за наявності часу сержант СВ ЗС України особисто проводить рекогносцирування для перевірки власного аналізу території, коригує або уточнює план для підтвердження можливості запланованих дій, з'ясовує наявність критичних перешкод для пересування військ.

Шостий крок TLP – завершення планування: перевірка чи план відповідає вимогам отриманого завдання.

Сьомий крок TLP – видання операційного наказу [OPORD] в усному вигляді. Сержант СВ ЗС України має переконатися, що його підпорядкований особовий склад розуміє завдання, його мету, визначені за кожному військовому конкретні завдання.

Восьмий крок TLP – під час практичного відпрацювання поставленого завдання виявлення недоліків та коригування рішення. Під час практичного відпрацювання завдання сержант наглядає за станом підготовки підрозділу до виконання завдання, проводить тренування і перевірки.

Таким чином, головним суб'єктом та об'єктом управлінської діяльності є людина, її творчість, компетентність, професіоналізм, майстерність. Саме тому управлінські дії спрямовані на врахування всієї багатоманітності психологічних чинників, які виникають в управлінському процесі і потребують урахування індивідуальних, соціально-психологічних, психофізіологічних, мотиваційних особливостей особистості, що сприятиме зростанню соціальної, економічної та моральної ефективності в діяльності військової організації.

Сержант СВ ЗС України інтегрує власний досвід, знання, навички і вміння, а також досвід підлеглих, що є важливою умовою досягнення цілей поставлених підрозділу.

Професійна управлінська діяльність сержантів (старшин) має такі особливості:

передбачає роботу з особовим складом – предметом управлінської діяльності є військо-

вослужбовець, підпорядкований особовий склад;

ґрунтується на взаємодії та спілкуванні між військовослужбовцями;

є самостійною працею в межах виконання завдання;

є управлінською і водночас виконавською;

є організаційною у межах соціономічних професій, тому передбачає наявність організаторських та управлінських здібностей, уміння координувати і точно виконувати професійні дії (висловлюватися чітко і виразно усно й письмово, спілкуватися з підпорядкованим особовим складом відповідно до моральних, юридичних норм, дотримуватися норм і правил, встановлених Статутами Збройних Сил України, мати високий рівень професійної підготовленості).

В умовах сьогодення військовий керівник повинен мати знання і вміння, необхідні для керівництва іншими військовослужбовцями в умовах постійної зміни умов, невизначеності, в яких очолюваний ним підрозділ або військовий колектив функціонує (або проходить військову службу, або виконує службово-бойові завдання).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бандурка А.М., Бочарова С.П., Землянська Е.В. Психологія управління. Харків : Фортуна-Пресс. 1998. 464 с.
2. Бабелюк О.В. Психологічні умови професійного самовизначення військовослужбовців-контрактників : автореф. дис... канд. псих. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2013. 20 с.
3. Барко В.І. Професійний відбір кадрів до органів внутрішніх справ (психологічний аспект) : монографія. Київ : НІКА-ЦЕНТР, 2002. 296 с.
4. Бандурка А.М., Бочарова С.П., Землянська Е.В. Психологія управління. Харків : Фортуна-Пресс, 1998. 464 с.
5. Гірняк О.М., Лазановський П.П. Менеджмент: теоретичні основи і практикум. Київ : Магнолія плюс, 2003. 335 с.
6. Катаєв Є. Особливості професійної «Я – концепції» військовослужбовців контрактної служби : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.09. Київ, 2009. 219 с.
7. Казимиренко В.П. Соціальна психологія організацій : монографія. Київ : МЗУУП, 1993. 384 с.
8. Кокур О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія. Київ : ДП «Інформ. аналіт. агентство», 2012. 200 с.
9. Кириленко О.А. Психологічні детермінанти професійного стресу у представників професії типу 'людина-людина' : автореф. дис... канд. псих. наук : 19.00.03. Київ, 2007. 20 с.
10. Карамушка Л.М. Психологія управління : навч. посіб. Київ : Міленіум, 2003. 344 с.
11. Кальчук О. Мотивація до професійної діяльності військовослужбовців жінок у Державній прикордонній службі України : дис... канд. псих. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2009. 225 с.

12. Мацевко Т.М. Психологічні особливості розвитку управлінської компетентності майбутніх магістрів військового профілю : дис... канд. псих. наук : 19.00.09. Київ, 2007. 225 с.
13. Малахов А.І. Соціальна психологічна адаптація військовослужбовців – контрактників до діяльності в особливих умовах : дис... канд. псих. наук : 19.00.09. Київ, 2011. 160 с.
14. Орбан-Лембрик Л.Е. Психологія управління : навчальний посібник. Івано-Франківськ : «Плай», 2001. 695 с.
15. Осьодло В.І. Психологія професійного становлення офіцера : монографія. Київ : ПП 'Золоті Ворота', 2012. 463 с.
16. Основи військового управління : навчальний посібник. Харків : НУ ЮАУ, 2014. 172 с.
17. Пасічник В. І. Психологічні особливості ефективної діяльності керівників груп авіаційних фахівців ДКН : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. псих. наук : 19.00.09. Харків, 2004. 20 с.
18. Ржевський Г. Психологічні особливості професійного становлення молодших командирів військової служби за контрактом : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Київ, 2017. 219 с.
19. Софієва Х.Р. Психологічні критерії оцінки професійної придатності рятувальників служби порятунку особливого ризику МНС Азербайджанської Республік : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.09. Харків, 2021. 217 с.
20. Товма М. Психологічні умови формування професійних якостей майбутніх командирів спеціальних підрозділів у процесі професіоналізації (на прикладі підрозділів охорони дипломатичних представництв та консульських установ іноземних держав) : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.09. Харків, 2010. 259 с.
21. Третьяченко В.В. Управлінські команди: методологія та теорія, формування і розвиток : монографія. Луганськ : 2004. 300 с.
22. Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України «Про організацію діяльності сержантського складу та затвердження типових функціональних обов'язків за окремими посадами сержантів і старшин» № 147. Київ, 2020. 5 с.
23. Військовий Етос сержантського та старшинського складу Збройних Сил України / за заг. ред. Міністерства Оборони України. Київ : Головнокомандувач Збройних Сил України, 2021. 27 с.
24. Черняк А.І. Організаційно – психологічні умови прогнозування професійної придатності військовослужбовців-контрактників за оцінкою їх інтелектуальних здібностей : дис... канд. псих. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2005. 180 с.

ЛІДЕРСЬКИЙ ПОТЕНЦІАЛ КЕРІВНИКА В УПРАВЛІННІ ПЕРСОНАЛОМ ПІД ЧАС СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОЇ КРИЗИ

MANAGERIAL LEADERSHIP POTENTIAL IN PERSONNEL MANAGEMENT DURING THE SOCIOECONOMIC CRISIS

У статті досліджується лідерський потенціал керівника в контексті управління персоналом під час соціально-економічної кризи, в якій опинилася Україна. Автори досліджують ключові аспекти лідерства та його вплив на групові процеси та управління персоналом під час змін. Здійснено огляд сучасних теорій і підходів до визначення явища лідерства в управлінні. Визначено, що лідерство включає в себе систему прийомів впливу на підлеглих, які характеризуються енергійністю та життєвою необхідністю виконання професійних обов'язків у контексті соціально-економічних змін. Досліджено, що лідери, які успішно керують персоналом в кризових умовах, здатні зберігати та підтримувати значущість цілей та роботи колективу, формувати відданість співробітників та підвищувати їхню віру в себе, а також управляти відносинами колективу з іншими людьми. Розглянуто ключові елементи лідерської компетентності: знання особливостей командної роботи, управління емоціями та конфліктами, а також розвинені комунікативні вміння. Зосереджено увагу, що бажання керівників створити сприятливий соціально-психологічний клімат в колективі та вирішувати конфліктні ситуації впливає на результативність роботи організації. Описано вплив особистості на формування корпоративної культури, що має велике значення для формування взаємодії керівника з підлеглими. Виокремлено об'єктивні фактори, які впливають на цю взаємодію, залежно від стилю та характеру керівництва. Зазначено, що у творчому та натхненному колективі керівник діє активно, у поверхневому – може використовувати різні стилі. Актуалізовано важливість лідерського потенціалу керівника в управлінні персоналом під час соціально-економічної кризи та визначено ключові компоненти лідерської компетентності для досягнення успішних результатів у складних умовах. Проведено та описано емпіричне дослідження рівнів розвитку лідерських здібностей та ефективності стилів лідерства керівників в управлінні людськими ресурсами. **Ключові слова:** авторитет, компетентності, корпоративна культура, лідерство, стиль, колектив, персонал, управлінська культура.

The article examines the leadership potential of the manager in the context of personnel management during the socio-economic crisis faced by Ukraine. The authors explore key aspects of leadership and its impact on group processes and personnel management during change. A comprehensive review of contemporary theories and methodologies for defining the concept of leadership in management was conducted. It was determined that leadership includes a system of methods of influencing subordinates, which are characterized by energy and the vital need to perform professional duties in the context of socio-economic changes. It has been studied that leaders who successfully manage personnel in crisis conditions are able to preserve and maintain the significance of the goals and work of the team, form the loyalty of employees and increase their faith in themselves, as well as manage the relationships of the team with other people. The following key elements of leadership competence are considered: deep understanding of teamwork dynamics, effective management of emotions and conflicts, and the cultivation of advanced communication skills. Attention is focused on the fact that the desire of managers to create a favorable social and psychological climate in the team and to resolve conflict situations affects the effectiveness of the organization's work. The influence of personality on the formation of corporate culture is described, which is of great importance for the formation of interaction between the manager and subordinates. Objective factors influencing this interaction are singled out, depending on the style and nature of leadership. It is noted that in a creative and inspired team, a leader acts actively, while in a superficial one, they may employ various styles. The significance of a leader's leadership potential in personnel management during the socio-economic crisis has been updated, and the essential components of leadership competence for attaining successful outcomes in challenging circumstances have been identified. An empirical study assessing the levels of leadership skill development and the effectiveness of leadership styles among managers in human resource management has been conducted and documented. **Key words:** authority, competences, corporate culture, leadership, style, team, personnel, management culture.

УДК 159.923.3]:331.108-021.64
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.28>

Ніколаєв Л.О.

к.психол.н., доцент кафедри психології, завідувач навчально-методичної лабораторії психології групової роботи Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Сабадаш А.М.

магістр психології, психолог-консультант, коуч ICF, аспірант кафедри психології Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Сабадаш М.П.

магістрантка кафедри психології Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Актуальність проблеми дослідження.

Малий і середній бізнес є важливою складовою соціально-економічного життя України, сприяє вирішенню багатьох соціально-економічних, науково-технічних проблем, забезпечує населення не тільки якісними товарами і послугами, але й працевлаштовує фахівців, підтримує економіку держави та ін. В сучасних умовах війни малий і середній бізнес потерпає від надзвичайних труднощів, але намагається зберегти продуктивність та вижити. В окремих випадках підприємства малого і середнього

бізнесу мають позитивну динаміку та приносять прибуток своїм власникам, допомагають вирішувати проблеми зайнятості населення, нарощуючи експортний потенціал і наповнюючи внутрішній ринок споживчими товарами та послугами.

Велику роль в успішному функціонуванні підприємств малого і середнього бізнесу відіграє вміння керівництва, яке забезпечується як самими власниками бізнесу, так і призначеними керівниками. Від успішності професійної діяльності керівника залежить виконання орга-

нізаційних цілей підприємства, досягнення ним високих результатів чи навпаки – зниження продуктивності праці фахівців, погіршення соціально-психологічного клімату в колективі. Серед функцій керівників середнього бізнесу виділяється планування, прийняття управлінських рішень, організаційну діяльність, укомплектування штату, забезпечення ефективної комунікації, стимулювання та мотивації, керівництва, контролю (Н. Василенко, Г. Єльнікова, Т. Євтухова, В. Міляєва та ін.). Важливими також є ролі, які виконують керівники у різних ситуаціях управлінської діяльності, що об'єднуються в три основні групи соціально-психологічних ролей: міжособистісні, інформативні, вирішальні.

Мета статті – дослідження та аналіз лідерського потенціалу керівника в контексті управління персоналом під час соціально-економічної кризи та визначення стратегічних підходів до забезпечення ефективного функціонування середнього бізнесу.

Виклад основного матеріалу. Дуже важливим аспектом ефективності праці керівника в управлінні людськими ресурсами є лідерство. Лідерство і керівництво є важливими факторами управління груповими процесами. Це, на думку П. Хаїтова, «атрибути влади і впливу у взаєминах людей. Виявляючись у процесі організаційних взаємодій, лідерство і керівництво мають загальні риси: 1) обидва феномени подібні функціонально і являють собою по суті дві сторони єдиного процесу управління людьми; 2) лідерство і керівництво тотожні у своєму елементарному управлінському вираженні: лідерство описується вертикальним відношенням «лідер – послідовники», керівництво – аналогічним зв'язком «керівник – підлеглий»; 3) для обох феноменів характерна, хоча і різною мірою, реалізація впливу в системі неформальних відносин» [16].

При цьому поняття лідерства і керівництва не є тотожними. Не завжди лідер є керівником колективу, а керівник не завжди є лідером. Порівнюючи керівництво та лідерство, І. Сурай підкреслює, що зазвичай механізм появи керівника в організації – за призначенням, що не робить керівника лідером автоматично. Керівник стає ним, якщо має високий авторитет, якщо його особисті якості та результати діяльності здобули повагу і визнання співробітників. Іншими словами, лідерство можна позначити вектором, спрямованим знизу вгору, а керівництво – вектором протилежного напрямку [14, с. 11].

При цьому, як відзначає П. Хаїтов, подібність понять лідерства та керівництва, з огляду на практику їх функціонування, не виключає можливість їх взаємопереходу або взаємодоповнення. Позиція керівника в організації є найбільш прийнятною для реалізації ролі лідера.

Лідерство, маючи ресурс неформального впливу, є компонентом ефективної управлінської діяльності, оскільки лідерство має місце лише тоді, «коли інші з готовністю приймають цілі групи як свої власні» [16].

У психолого-педагогічній літературі лідерство – це типова для лідера (керівника) система прийомів впливу на підлеглих [12, с. 51]; соціальнопсихологічний феномен, що належить до динамічних процесів у малій групі; поняття, що характеризує відношення домінування і підкорення у групі.

За ствердженням Г. Микитюк, лідерство – це соціальне явище, яке протікає в системі групових міжособистісних взаємин, пов'язане з поетапним розвитком групи, динамікою найважливіших сфер її життєдіяльності. «Лідер (від англ. leader – провідник, керівник, вудчий) – це індивід, наділений найбільшим ціннісним потенціалом, і який має провідний вплив у групі» [8, с. 265].

Л. Карамушка та Т. Фелькель відзначають, що «лідерство в організаціях – це здійснення спрямованого, але недирективного впливу на працівників, мета якого полягає у спонуканні їх до діяльності переважно творчого, інноваційного характеру для досягнення певних організаційних цілей, яке базується на владі і повноваженнях (авторитеті), наданих лідеру його послідовниками» [5, с. 59].

Джерелом лідерства є енергійність, що життєво необхідна під час соціально-економічних змін та виникає в ході донесення до інших свого бачення майбутнього. На думку С. Стеців, «успішний керівник здатний поширювати ентузіазм у працівників для реалізації потенціалу компанії та запровадження змін, заряджає усіх позитивним налаштуванням та переконаннями» [13, с. 136].

Лідерські якості керівників в організації розвиваються в процесі цілеспрямованої діяльності. При цьому, як вказують О. Гуроров, О. Гуророва, І. Шарко, «визначення заздалегідь найбільш ефективних стилів лідерства не дає можливості визначити кращий з них: стиль повинен відповідати вимогам ситуації, що склалася в організації» [2, с. 11].

О. Семченко вказує, що жоден чинник не забезпечує більшу вигоду і користь для організації, ніж ефективне лідерство. Лідери потрібні для визначення цілей і завдань для організації, координації, забезпечення міжособових контактів з підлеглими і вибору оптимальних, ефективних шляхів вирішення тих або інших проблем. Також науковець зазначає, що лідер виконує безліч соціальних ролей, кожна з яких вимагає наявності конкретних знань, навиків. Серед проблем, які перебувають у компетенції лідера, основними є: твердження і розвиток певного типу організаційної культури; побудова ефективної комунікації в організації;

формування робочих груп та управління ними; управління конфліктами; побудова коаліцій і розвиток партнерських відносин; своєчасне реагування на динаміку зовнішнього середовища та управління змінами [11, с. 175].

Науковці О. Романовський та О. Пономарьов виявили десять основних характеристик, притаманних сучасному лідеру: вміння формувати управлінську команду; стратегічне бачення розвитку сфери професійної діяльності; вміння управління стратегічними змінами у розвитку професійної діяльності; здатність приймати рішення в умовах невизначеності; самодисципліна та організованість; вміння делегувати повноваження і контролювати отримання необхідних результатів; вміння організувати та підтримувати ефективну міжособистісну взаємодію з підлеглими співробітниками у межах очолюваного колективу (комунікативні та організаторські здібності); здатність налагоджувати та підтримувати конструктивні відносини із зовнішнім середовищем; детальне знання сфери професійної діяльності, процесів та виробничої специфіки своєї організації зокрема та сфери в цілому; здатність ведення переговорів та переконання у правоті своєї позиції [10].

На думку А. Черкаського, хороші лідери: зберігають і підтримують значущість цілей і роботи колективу організації; формують відданість членів колективу і підвищують їх віру в себе; зміцнюють та урізноманітнюють навички професійної діяльності членів колективу; управляють відносинами колективу із іншими людьми, які не входять до нього; створюють можливості для всіх членів колективу в організації; виконують реальну роботу. Ці принципи надають змогу лідеру сформувати і зберегти сильне почуття соціальної ідентифікації у членів колективу, підвищити самоповагу і згуртованість серед них [17, с. 46].

На переконання О. Гуторова, О. Гуторової, І. Шарко, справжнім лідером, здатним вести за собою людей, стає той, хто знаходить у людей загальне визнання. Люди хочуть, щоб їхній лідер був не тільки і не стільки професіоналом технократичного спрямування, орієнтованим винятково на процес виробництва, а насамперед керівником з людським обличчям, що володіє всіма гами психічних переживань. У його діяльності на першому плані повинна стояти орієнтація на людину. У цьому і полягає справжня суть лідерства [2, с. 10].

Водночас до ключових елементів лідерської компетентності відносяться: 1) знання особливостей командної роботи; сутності емоцій та важливості управління ними; сутності конфліктів та способів їх вирішення; 2) вміння: працювати з працівниками і менеджерами різних типів; бути лідером у всіх напрямках; розвинені комунікативні вміння і навички [16].

При цьому ефективне лідерство прямо залежить від обраного стилю керівництва. За визначенням О. Гуторова, стиль лідерства (керівництва) – це типова для лідера система прийомів впливу на послідовників (підлеглих) [2, с. 8].

Ефективне лідерство прямо залежить від обраного стилю керівництва.

Крім традиційних стилів лідерства (авторитарного, анархічного (ліберального), демократичного), існують й інші стилі лідерства. Наприклад, в колективній праці Р. Бояциса, Д. Гоулмана, Е. Маккі наведено опис стилів емоційного лідерства, як ідеалістичний, навчальний, товариський, демократичний, амбіційний, авторитарний. При цьому не існує єдино правильного стилю лідерства, в кожній конкретній ситуації ефективним є один із названих стилів, або їх гнучке поєднання і використання.

У дослідженні О. Лещенко, Л. Шевченко вивчалися гендерні аспекти лідерського стилю та особливості прояву лідерського потенціалу в поведінці чоловіків і жінок. За результатами їх дослідження, стилі лідерської поведінки представників обох статей схожі: гендерно рівною є загальна самоефективність діяльності жінок і чоловіків, тобто вони однаково наполегливі, усвідомлюють власні здібності, мають вміння вибудовувати поведінку до специфічних завдань та розраховувати зусилля у разі роботи в складних ситуаціях [7].

Проаналізуємо особливості впливу професійної діяльності та особистості керівника на атмосферу в колективі та на працівників в умовах соціально-економічної кризи.

Функціонування організації залежить від ефективної управлінської діяльності, тому роль керівника є надзвичайно важливою. Уміння та бажання керівництва створити сприятливий соціально-психологічний клімат в колективі, застосувати потрібні управлінські методи, вирішувати конфліктні ситуації – все це впливає на результативність роботи організації [4, с. 75].

Сутність ефективного впливу керівника полягає і в переконанні дотримуватися його розпоряджень, і в знанні психологічних особливостей підлеглих, і в наявності зворотного зв'язку від них. Тож для забезпечення конструктивного впливу на активність працівників керівник повинен правильно застосовувати владу залежно від ситуації та зважати на той факт, що саме від його рішення залежить доля не тільки робітників, а й організації в цілому [1, с. 223].

Постійний вплив на підлеглих належить до щоденних обов'язків керівника. Цей вплив може бути будь-якої модальності (позитивної чи негативної) і залежати від певних причин: 1) власна компетентність, професіоналізм, комунікативні здібності та інші вміння керів-

ника, його авторитет, ефективність його стилю керівництва, масштаб влади; 2) наявність у підлеглих різних інтересів, стереотипів, способів мислення [1].

Як і будь-яка діяльність, вплив керівника на підлеглих активізується певними мотивами, має певні цілі та призводить до певних результатів. До основних форм управлінського впливу входять: наказ; розпорядження; вказівка; інструктаж; рекомендація; заклик; бесіда [1, с. 230].

За свідченням Н. Баранюк, керівник може впливати на підлеглих різними способами – за допомогою наказів, прохань, силою свого авторитету. Дослідниця Н. Баранюк розуміє вплив керівника на підлеглого як поведінку одного індивіда, яка вносить зміни в поведінку іншого [1, с. 226].

Аналізуючи успішність впливу наказів на діяльність працівників та атмосферу у колективі, Н. Баранюк зазначає, що кожен із варіантів віддавання розпоряджень і наказів може ефективний лише в конкретній ситуації, за вирішення конкретних завдань і стосовно конкретного підлеглого [1, с. 231].

Важливим фактором впливу на організаційну культуру та атмосферу в колективі є управлінська культура керівника, яка являє собою культуру прояву ділових якостей керівника: компетентності, професіоналізму, навичок міжособистісного спілкування, системи цінностей й особистісних якостей лідера, вільного від гендерних характеристик [9, с. 229].

Управлінська культура – це властивість, що притаманна керівнику як особистості, але виявляється вона в усіх сферах його діяльності як професіонала. Як зазначає О. Кравчук, будь-які досягнення керівника впливають на розвиток його культури і навпаки, відсутність загальної культури відображається на рівні його професійної діяльності, у тому числі й управлінської [6, с. 144].

Як зазначає Л. Калушка, значний вплив на якість міжособистісних відносин в колективі працівників відіграє особистість керівника та його лідерський стиль. Особливе значення має здатність розуміти своїх підлеглих, толерантність, розуміння різних поглядів, цінностей, переконань підлеглих. При цьому на думку Л. Калушки, ефективний менеджер – це той, хто дає своїм підлеглим почуття сили, замість слабкості, дає їм змогу відчувати відповідальність за поведінку, контролює їх дії та успішність праці [4, с. 75].

Н. Баранюк зазначає, що на взаємовплив керівника з підлеглими впливає особистий авторитет керівника [1, с. 226]. Реальною умовою змінення авторитету є правильний стиль спілкування з іншими людьми, який обумовлює доброзичливу реакцію на необхідність виконання функціональних обов'язків,

на методи діяльності, і викликає схвалення як самого керівника, його особистісних якостей, так і стилю його управління [1, с. 230].

В. Євдокимов зазначає, що безумовно, на формування взаємодії керівника з підлеглими впливають і його особисті риси, однак об'єктивні фактори відіграють більш виразну роль. Серед них дослідник визначає такі:

1. Закономірності системи управління. До цього фактору слід віднести економічні закономірності функціонування будь-якої організації, а також низку психологічних залежностей керівника. Сьогодні керівник не може ефективно управляти підлеглими без розуміння мотиваційних механізмів діяльності працівників та можливостей їх використання.

2. Соціально-психологічні особливості працівників-виконавців. Керівнику при взаємодії з підлеглими необхідно враховувати професіонально-особистісні та індивідуально-психологічні характеристики кожного працівника, щоб успішно вплинути на нього.

3. Стиль управління вищих керівників. Для керівника середньої ланки дуже важливим є стиль управління колективом та організацією, який транслює вище керівництво. В. Євдокимов вказує на те, що концептуальні основи створення системи управління пронизують всю ієрархію управління організації, і впливають на клімат в ній, на характер взаємодії з підлеглими.

4. Місце, яке посідає керівник в ієрархії управління. Підвищення рівня посади, яку займає керівник призводить до підвищення формалізації організаційно-розпорядних відносин, і значно впливає на успішність його взаємодії з підлеглими, а відповідно – і на якість виконання ними поставлених завдань, на загальну успішність виробничої діяльності.

5. Специфіка сфери певної діяльності. Певні функції, які виконує керівник, позначаються на його особистому стилі управління та характерних ознаках впливу на підлеглих [3].

У дослідженні А. Табанюка вказано на взаємовплив середовища, колективу та керівника. Дослідник зазначає, що «управлінська діяльність керівника відповідно до його інтелектуального, комунікативного та професійного потенціалу, природних задатків і таланту, здібностей і вмінь може бути ефективною в конкретному морально-психологічному, соціокультурному та етнопсихологічному середовищі» [15].

Так, наприклад, у творчому, натхненному колективі і керівник буде активним, а в поверхневому, легковажному – керівник може як перейнятися загальним настроєм працівників, або навпаки – використовуючи авторитарний стиль, змусити підлеглих до роботи. Отже, можна припустити, що окремі працівники та загальний характер взаємодії у колективі також

впливають на характер та поведінку керівника, закріплюють в його щоденних вчинках певні риси та якості.

Нами було проведено роботу з дослідження рівнів розвитку лідерських здібностей та ефективності стилів лідерства керівників в управлінні людськими ресурсами. Вибірку дослідження склали 30 керівників середнього бізнесу, серед них 20 чоловіків і 10 жінок віком від 30 до 45 років, тобто всі респонденти належать до однієї вікової категорії – дорослого віку.

Використовуючи методику «Діагностика лідерських здібностей» (Є. Жаріков, Є. Крушельницький), отримано такі результати опитування керівників середнього бізнесу (табл. 1).

Майже всі опитані керівники отримали оптимальні результати. У 40% керівників середнього бізнесу виявлено високий рівень, ще в 50% – середній рівень розвитку лідерських якостей. І ще 10% керівників вважають, що мають низький рівень розвитку лідерських здібностей.

Серед чоловіків більшість вказують на середній рівень сформованості лідерських здібностей (55%), і ще 40% мають високий рівень. У жінок по 40% вважають, що мають високий

і середній рівні сформованості лідерських здібностей. І низький рівень більш властивий для жінок (на 15%). Наочно результати представлено на рис. 1.

Відповідно до встановлених даних більшість респондентів вважають, що мають високий і середній рівні сформованості лідерських здібностей, а 5% чоловіків і 20% жінок-керівниць вказують на недостатні, низькі лідерські здібності. Саме з цими опитуваними варто провести психологічну роботу з оптимізації розвитку лідерського стилю в управлінні людськими ресурсами.

Провівши опитування керівників середнього бізнесу за методикою «Ефективність лідерства» (В. Пугачов), отримано такі результати (табл. 2).

За представленими даними, переважна більшість опитаних керівників середнього бізнесу (53,3%) вважають свій стиль управління колективом успішним, а себе лідером у ньому, за яким йдуть підлегли, готові його наслідувати.

Для 40% респондентів характерні середні оцінки ефективності лідерства, вони відзначають, що не завжди уважні до підлеглих та готові довіряти їм, не дуже підтримують ініціативу

Таблиця 1

Рівні вияву лідерських здібностей у керівників середнього бізнесу

Рівні лідерських здібностей	Керівники середнього бізнесу (всього 30 осіб)		Керівники-чоловіки (20 осіб)		Керівниці-жінки (10 осіб)	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Дуже високий рівень						
Високий рівень лідерських здібностей	12	40%	8	40%	4	40%
Середній рівень	15	50%	11	55%	4	40%
Низький, не схильність до лідерства	3	10%	1	5%	2	20%

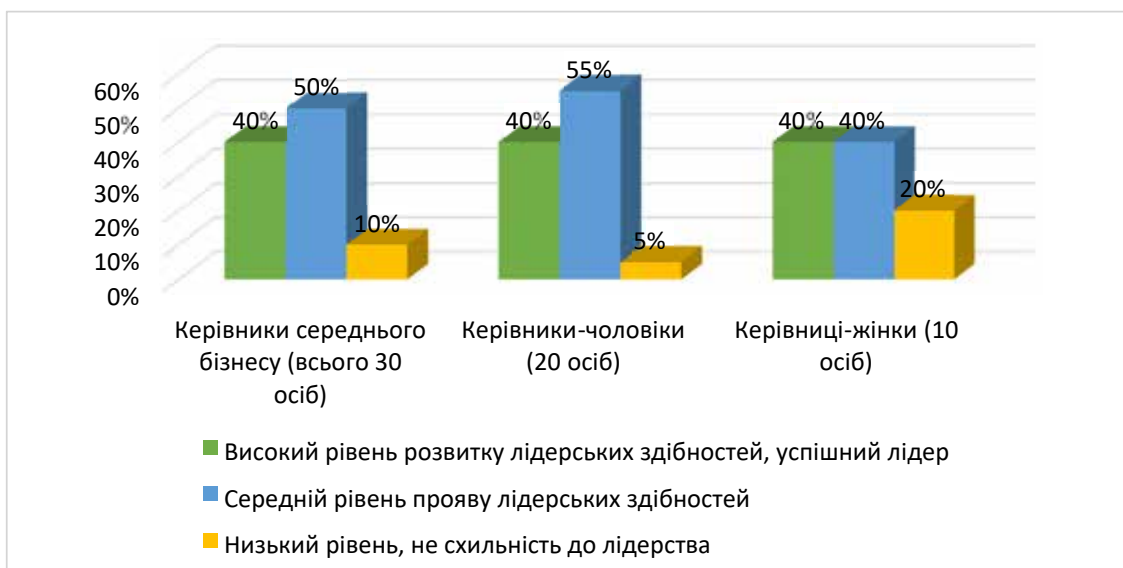


Рис. 1. Рівні вияву лідерських здібностей у керівників середнього бізнесу

Таблиця 2

Ефективність стилів лідерства керівників середнього бізнесу

Рівні і показники	Керівники середнього бізнесу (всього 30 осіб)		Керівники чоловіки (20 осіб)		Керівниці жінки (10 осіб)	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Висока ефективність лідерства і стилю керівництва	16	53,3%	14	70%	2	20%
Середньоєфективний стиль лідерства і керівництва	12	40%	6	30%	6	60%
Низька ефективність лідерства і керівництва	2	6,7%	–	–	2	20%

працівників, не завжди знають та можуть враховувати позитивні якості (свої та підлеглих) для кращого досягнення високого результату групової роботи.

Ще для 6,7% опитаних характерний низький рівень ефективності лідерства. Вони ігнорують пропозиції та ініціативу працівників, не пам'ятають підлеглих і не враховують їх індивідуальних якостей у виробничому процесі, не готові до використання нових методів роботи. Ще керівникам з низькою ефективністю лідерства характерне байдуже ставлення до здоров'я – свого та працівників, вони не турбуються про належний відпочинок та збереження продуктивності, намагаються і самі багато виконати, і підлеглих переобтяжують. Проте ці керівники не знають і не враховують сильних сторін і ресурсів (своїх та працівників), мало приділяють уваги саморозвитку і самоосвіті. Не займаються підвищенням кваліфікації підлеглих, не готові проявити гнучкість у прийнятті рішень, не можуть змінити стиль свого управління, якщо це потрібно.

Для чоловіків більш переважним є високий рівень ефективності лідерства (70%), ще у третини виявлено середній рівень ефективності стилю лідерства та управління. Жінки пере-

важно мають середній рівень ефективності стилю лідерства та керівництва (60%). Самі опитувані вказують на те, що не завжди цікавляться ідеями підлеглих, а іноді й не довіряють їм відповідальних завдань, не знають своїх переваг і недоліків, не знають індивідуальних особливостей та психологічних характеристик працівників, не враховують їх при розподіленні обов'язків у підлеглих.

Ще по 20% жінок-керівниць мають високий і низький рівні ефективності стилю лідерства і керівництва.

Представимо результати опитування керівників середнього бізнесу наочно (рис. 2).

Отже, як бачимо, високу оцінку ефективності лідерства і керівництва, що вказує на довіру до підлеглих, заохочення ініціативності працівників, самостійність при виконанні важливої роботи, уважність до персоналу, здатність організувати продуктивну роботу та досягти високого результату, демонструють більшою мірою чоловіки-керівники (на 50%).

Середній рівень ефективності стилю лідерства більш властивий для жінок-керівниць (на 30%). Вони вміють знаходити спільну мову з підлеглими, допомагають працівникам вчасними порадами, як покращити роботу та її

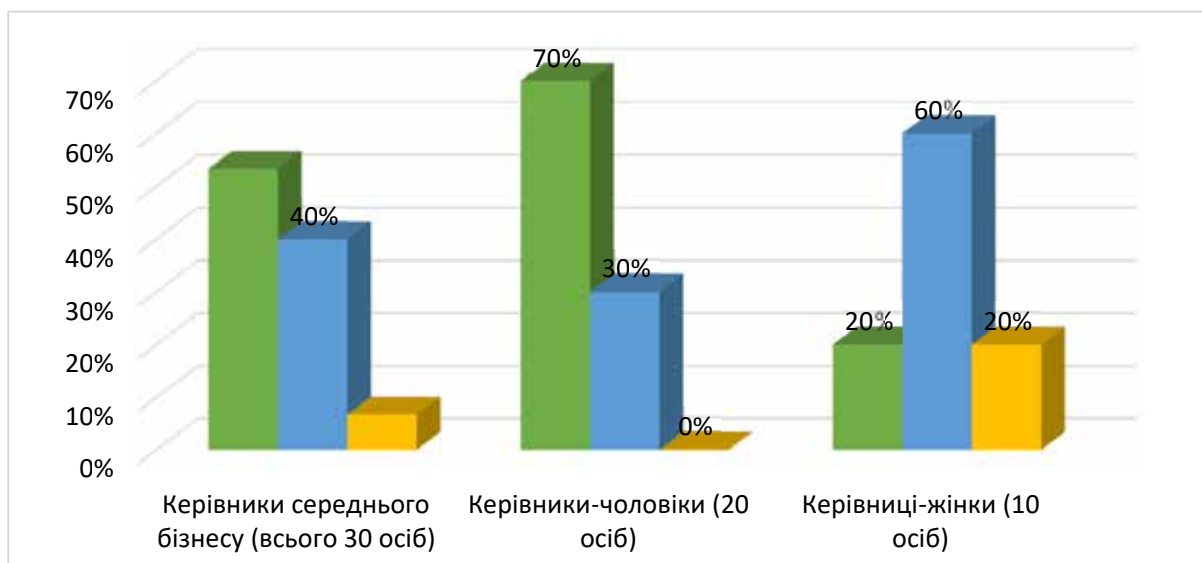


Рис. 2. Рівні ефективності стилю лідерства у керівників середнього бізнесу

продуктивність, знають і враховують інтереси і потреби працівників, вміють оптимально підбирати виробничі завдання до індивідуальних особливостей працівників, що сприятливо відображається на загальному результаті командної роботи.

Ще 20% жінок-керівниць мають низьку ефективність стилю лідерства і керівництва, вони відрізняються відсутністю контролю за виконанням поставлених завдань у працівників, не турбуються про сприятливі умови для працездатності персоналу, не вміють розподіляти завдання у колективі, не враховують індивідуальні особливості працівників чи їх інтереси. Мало уваги приділяють самовдосконаленню, не читають професійної літератури, рідко цікавляться новинками управлінської діяльності, майже не відвідують конференції, де представлено новинки у сфері бізнесу та управління.

Вважаємо, що із частиною опитуваних, які мають середній та низький рівень ефективності стилю лідерства, слід проводити психологічну роботу з оптимізації розвитку їх лідерських здібностей, професійних та особистісних рис, важливих для успішної управлінської діяльності.

Висновки. Отже, лідерство в організації визначається у психологічній науці як здійснення спрямованого, але недиригентного впливу на працівників, що ґрунтується на взаємодії і передбачає спонукання людей до досягнення загальних цілей організації. Керівництво і лідерство не є тотожними поняттями, оскільки лідер не призначається на посаду, а обирається самим колективом, виявом поваги та визнанням авторитету серед працівників.

Ефективне лідерство прямо залежить від обраного стилю керівництва. Крім традиційних стилів лідерства (авторитарного, анархічного (ліберального), демократичного), описані такі стилі лідерства, як: ідеалістичний, навчальний, товариський, демократичний, амбіційний, авторитарний стилі емоційного лідерства. При цьому не існує єдино правильного стилю лідерства, в кожній конкретній ситуації ефективним є один із названих стилів, або їх гнучке поєднання і використання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Баранюк Н.І. Вплив керівника на підлеглих як прояв його влади та авторитету. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2014. Вип. 1. С. 223–232.
2. Гуроров О.І., Гуророва О.О., Шарко І.О. Керівництво та лідерство в організації: теоретико-методологічний аспект. *Вісник Харківського національного*

аграрного університету ім. В. В. Докучаєва. Сер.: Економічні науки. 2014. № 7. С. 7–12.

3. Євдокимов В.О. Особливості стилю керівництва в системі публічної служби. *Державне будівництво*. 2009. № 1. URL: <http://www.kbuara.kharkov.ua/e-book/db/2009-1/doc/3/02.pdf>.

4. Калущка Л. Вплив стилю керівництва на ефективність управління персоналом. *Соціально-економічні проблеми і держава*. 2012. Вип. 2(7). С. 74–80.

5. Карамушка Л.М., Фелькель Т.Г. Лідерство в організації: аналіз основних підходів та важливість їх застосування в організаціях системи вищої освіти. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 2. С. 52–60.

6. Кравчук О. Управлінська культура керівника навчального закладу як чинник ефективного функціонування освітньої установи. *Витоки педагогічної майстерності. Серія : Педагогічні науки*. 2015. Вип. 15. С. 144–148.

7. Лещенко О.С., Шевченко Л.О. Політичне лідерство в Україні: гендерний аспект. URL: <http://univd.edu.ua/science-issue/issue/835>.

8. Микитюк Г.Ю. Психологічні особливості феномену лідерства: історичний аспект. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 1(36). С. 259–269.

9. Нежинська О.О. Психологічні особливості проявів гендерних стереотипів у керівників загальноосвітніх навчальних закладів. *Вісник післядипломної освіти*. 2009. Вип. 11(2). С. 224–230.

10. Розвиток лідерського потенціалу національної гуманітарнотехнічної та управлінської еліти: Монографія / За ред. О. Г. Романовського, О. С. Пономарьова. Харків: ФОП Мезіна В.В., 2017. 292 с.

11. Семченко О. Теоретичні аспекти керівництва та лідерства у питаннях підвищення ефективності управління організацією. *Сіверянський літопис*. 2008. № 2. С. 172–176.

12. Словник-довідник педагогічних і психологічних термінів / В.М. Глазиріна, Т.М. Десятов, А.І. Кузьмінський, Л.І. Прокопенко ; за ред. А.І. Кузьмінського. Черкаси : Вид-во ЧДУ ім. Б. Хмельницького, 2002. 112 с.

13. Стеців С.Р. Вплив лідерства на реалізацію та підтримання змін в організації. *Вісник Львівського національного університету «Львівська політехніка»*. 2010. № 682. С. 134–138.

14. Сурай І.Г. Формування та розвиток еліти в державному управлінні: історія, методологія, практика : монографія. Київ : Компринт, 2012. 332 с.

15. Табанюк А.А., Овдієнко І.М. Аналіз психологічних особливостей управлінської діяльності керівника загальноосвітнього навчального закладу. URL: http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/stud_almanah/v_1/50.pdf.

16. Хаїтов П. Співвідношення лідерства та керівництва в управлінській діяльності органів виконавчої влади. *Публічне адміністрування: теорія та практика*. 2015. Вип. 2. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Patp_2015_2_18.

17. Черкаський А.В. Психологічні моделі лідерства і керівництва в управлінській команді. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. I. Вип. 49. С. 44–47.

СЕКЦІЯ 8

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ФЕНОМЕН ПРОАКТИВНОСТІ В ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

THE PHENOMENON OF PROACTIVITY IN FOREIGN RESEARCH

У статті представлений аналіз зарубіжного досвіду дослідження проблеми проактивності. За останні два десятиліття проактивність стала ключовим поняттям у науковій літературі з прикладної психології. Знаходження цього психологічного конструкту в центрі уваги дослідників пов'язане з низкою взаємно впливових факторів: економічних, соціальних, організаційних та психологічних. До об'єктивних умов, що стимулюють розробку проактивних концепцій, слід віднести зростання нестабільних форм зайнятості, мобільність між організаціями, діджиталізацію, мультидисциплінарність команд, децентралізацію, затребуваність прогнозованих змін у роботі та кар'єрі. Виявлено, що в тлумаченні та розумінні феномена проактивності існують відмінності між дослідниками. Розбіжна концептуалізація проактивності зумовлена складністю самого феномена, а також розкриттям її через інші схожі психологічні конструкти – антиципацію, рефлексію, локус контролю, відповідальність, ініціативність, наполегливість. Перелічені психологічні конструкти в роботах зарубіжних психологів розглядаються як варіативні компоненти проактивності. Щодо інваріантних складових проактивності, то тут спостерігається одностайність поглядів західних дослідників, котрі в якості таких розглядають: 1) антиципацію – як здатність діяти й приймати ті або інші рішення з певним часово-просторовим випередженням по відношенню до очікуваних, майбутніх подій; 2) контроль над ситуацією; 3) здатність ініціювати зміни в навколишньому середовищі. З'ясовано, що й дотепер відсутня єдина модель, що описує цей поведінковий конструкт. У кожній із представлених для аналізу моделей наявні передумови – індивідуальні (внутрішні) та ситуаційні (зовнішні) фактори проактивності; структурні компоненти (когнітивний, афективний, мотиваційний, поведінковий), що визначають ступінь проактивності особистості та результати або наслідки проактивної поведінки. Специфіка проактивності (як поняття та психічної реальності) полягає в тому, що вона не тільки може бути представлена як процес, властивість або стан, але і як синтез зазначених модусів. Емпіричним шляхом доведено, що проактивність позитивно впливає на ефективність діяльності як окремого працівника, так і організації в цілому.

Ключові слова: проактивність, особистість, поведінка, антиципація, контроль, модель.

The article presents an analysis of foreign experience in researching the problem of proactivity. Over the past two decades, proactivity has become a key concept in the scientific literature on applied psychology. Finding this psychological construct in the center of attention of researchers is connected with a number of mutually influencing factors: economic, social, organizational and psychological. Objective conditions that stimulate the development of proactive concepts include the growth of unstable forms of employment, mobility between organizations, digitalization, multidisciplinary teams, decentralization, demand for predictable changes in work and career. It was found that there are differences between researchers in the interpretation and understanding of the phenomenon of proactivity. The divergent conceptualization of proactivity is due to the complexity of the phenomenon itself, as well as its disclosure through other similar psychological constructs – anticipation, reflection, locus of control, responsibility, initiative, persistence. The listed psychological constructs in the works of foreign psychologists are considered as variable components of proactivity. As for the invariant components of proactivity, there is unanimity in the views of Western researchers, who consider the following as such: 1) anticipation – as the ability to act and make certain decisions with a certain temporal and spatial advance in relation to expected, future events; 2) control over the situation; 3) the ability to initiate changes in the environment. It was found that there is still no single model describing this behavioral construct. In each of the models presented for analysis, there are prerequisites – individual (internal) and situational (external) factors of proactivity; structural components (cognitive, affective, motivational, behavioral) that determine the degree of individual proactivity and the results or consequences of proactive behavior. The specificity of proactivity (as a concept and a mental reality) is that it can not only be represented as a process, property or state, but also as a synthesis of these modes. It has been empirically proven that proactivity has a positive effect on the effectiveness of both individual employees and the organization as a whole.

Key words: proactivity, personality, behavior, anticipation, control, model.

УДК 159.922.2: 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.29>

Воляннюк А.М.

аспірант кафедри психології та педагогіки
Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»

Постановка проблеми. Дослідження природи проактивності, умов та механізмів її розвитку є пріоритетним напрямом психологічної науки. Інтерес до проблеми проактивності не

згасає та пояснюється тим, що цей психологічний конструкт виступає важливою умовою ефективного функціонування особистості в різних сферах життєдіяльності від матеріаль-

ного провадження до управління суспільними процесами. Спрямованість у майбутнє та ініціативний вплив на соціальне оточення – це провідні елементи проактивності, що визначають вектор зусиль особистості, скерованих на зміну не лише ситуації, але й на самозміну. У діяльності людини неможливо віднайти такі ситуації, у яких проактивність не відіграла б істотної ролі. Адже проактивність має універсальне значення для всіх складових життєдіяльності особистості. Ця її універсальність пов'язана з тим, що для людини найбільш типовим є не лише відображення теперішнього, не тільки збереження минулого, але й активне моделювання (випередження) перспективи майбутнього. Проактивність у цьому випадку виявляється альтернативою «реактивного реагування». По суті еволюція живого є «історією» поступового вивільнення живих систем від випадкового способу взаємодії з середовищем і заміни його на попереднє конструювання кожного поведінкового акту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Атрибутивні ознаки та сутнісний зміст проактивної поведінки досліджувалися в межах когнітивної (У. Найсер, Д. Міллер, С. Хобфол), екзистенційно-гуманістичної (В. Франкл, К. Роджерс, А. Маслоу, Г. Олпорт), а також позитивної психології (М. Селігман, М. Чиксентмигаї). Уперше поняття «проактивність» увів у категоріальний апарат психологічної науки В. Франкл, який розглядав її, як здатність особистості «приймати виклик долі», здійснювати вільний вибір і брати на себе відповідальність за події, що відбуваються [18].

За останні два десятиліття проактивність стала ключовим поняттям у науковій літературі з прикладної психології, що значною мірою пов'язано з необхідністю побудови конкурентоспроможних організацій, здатних працювати з високою прибутковістю [6]. Першочергово дослідники намагалися з'ясувати, що собою репрезентує проактивна поведінка, а також визначити типи працівників, які схильні до її прояву. Однак, останнім часом науковці почали детально вивчати механізми та процеси, за допомогою яких проактивна поведінка ініціюється, впроваджується та підтримується в організаційному середовищі.

Проривні ідеї, що не лише одразу оформлювалися у вигляді понять, але й наближали до розуміння природи проактивної поведінки, представлені в працях зарубіжних дослідників, що фокусувалися на вивченні проблем організаційної психології (Бейтман Т., Крант Дж., 1993; Ешфорд С., Блатт Р., ВандеВалле Д., 2003; Грант А., Паркер С., 2009; Фуллер-молодший Дж. Б., Хестер К., Кокс С., 2010; Монтані Ф., Баттістеллі А., Одоарді К., 2017; Паркер С., Ванг Й., Ляо Дж., 2019; Гамзе Гюнєр Кібароглу, Х. Неджат Басім, 2023 та багато інших).

Представники організаційної психології [3; 6; 8; 13] розглядають проактивність як стиль поведінки, спрямований на прогнозування перебігу ситуації, її контроль і трансформацію.

Мета статті – здійснити аналіз зарубіжного досвіду дослідження проблеми проактивності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз сучасного стану проблеми проактивності в зарубіжній психології [6; 8; 11; 12; 13; 14; 15] показує, що в її тлумаченні та розумінні існують теоретичні розбіжності між дослідниками.

Концептуалізація означеного феномена відбувалася двома шляхами. Перший із них представлений у працях Т. Бейтман і Дж. Крант, котрі запропонували розглядати проактивність як особистісну рису, «предиспозицію діяти проактивно», стабільну характеристику, що визначає індивідуальні відмінності між людьми. На їхню думку, особистість із розвинутою проактивністю характеризується більшою незалежністю від ситуаційних чинників і здатна усвідомлено ініціювати зміни в соціальній ситуації. І навпаки, особистість, яка не виявляє високої проактивності, демонструє протилежну модель поведінки: вона більш пасивна та реактивна [3]. В основі другого підходу лежить постулат, що проактивність є не окремою рисою особистості, а цілим комплексом поведінкових моделей, в основі яких лежать такі індивідуально-психологічні особливості, як ініціативність, цілеспрямованість, передбачення результату ситуації, планування, активний вплив на обставини та наполегливість у подоланні труднощів [2; 9]. С. Паркер, Х. Вільямс і Н. Тернер розглядали проактивну поведінку, як будь-яку випереджальну дію, що спрямована на зміну соціального оточення та самозміну. Численні розвідки цих дослідників, на наш погляд, заклали основу для сучасних моделей проактивності. Ініціативність, орієнтованість на зміни та майбутнє, наполегливість – основні атрибутивні референти цього поведінкового конструкту. Ключовим для розуміння створеної ними концепції є фокусування уваги на трьох її ознаках. Проактивна поведінка орієнтована на майбутнє та моделювання (випередження) оптимальних поведінкових стратегій. Проактивна поведінка орієнтована на зміни, які можуть бути спрямовані на покращення або зміну середовища, або на самозміну. Проактивна поведінка – це самозапуск, в основі якого лежить зацікавленість особистості у вирішенні та попередженні проблем, що виникають. Вони запропонували диференціацію видів проактивної робочої поведінки: проактивність у розробці та реалізації ідей та проактивне вирішення проблем [13].

А. Грант і С. Ешфорд [9] у своїх працях представили не лише трактування проактивної поведінки, але й зупинилися на розгляді

тих ознак, які відрізняють її від інших форм якісної та кількісної міри взаємодії людини зі світом. Проактивна поведінка відрізняється від реактивної / пасивної поведінки тим, що, по-перше, вона передбачає «дію на випередження» (свідому орієнтацію на майбутнє) і, по-друге, має на меті щось змінити. Вони також припустили, що така поведінка працівників буде відрізнятися з точки зору цільового впливу, часу, частоти й тактики, що використовується. Важливо, що А. Грант і С. Ешфорд проактивність на роботі розглядали з точки зору процесу, як підхід, який можна застосувати до будь-якого завдання або діяльності на роботі.

Ю. Біндл, С. Паркер, П. Тоттерделл розглядали проактивну поведінку як самокеровану та орієнтовану на майбутнє дію, що спрямована на досягнення змін, включаючи зміну й самої ситуації. Основний наголос дослідниками зроблено на самокерованій, активній і прагматичній природі проактивної поведінки [4]. К. Страусс і С. Паркер виділили когнітивні та мотиваційні аспекти проактивності особистості, описавши її як вмотивовану, сплановану поведінку, яка передбачає виклик статусу-кво та прагнення до змін [17].

Чотири роки тому С. Паркер, Й. Ванг і Дж. Ляо представили концепцію «мудрої проактивності» особистості, яка, на їхню думку, передбачає збалансований розгляд завдання та стратегічного контексту, соціального аспекту та аспекту взаємовідносин, а також саморегуляції при встановленні й досягненні проактивних цілей [14].

Різна концептуалізація проактивності, на нашу думку, зумовлена складністю самого феномена, а також розкриттям його через інші схожі психологічні конструкти – антиципацію, рефлексію, локус контролю, відповідальність, ініціативність, наполегливість та ін. Перелічені конструкти в роботах зарубіжних психологів розглядаються як варіативні компоненти проактивності. Щодо інваріантних складових проактивності, то тут спостерігається однотайність поглядів західних дослідників, котрі в якості таких розглядають: 1) антиципацію – як здатність діяти й приймати ті або інші рішення з певним часово-просторовим випередженням по відношенню до очікуваних, майбутніх подій; 2) контроль над ситуацією; 3) здатність ініціювати зміни в навколишньому середовищі.

Задля аналізу проактивної поведінки дослідники найчастіше застосовують такі її параметри, як: 1) на когнітивному рівні – само-рефлексія та антиципація; 2) на мотиваційному рівні – наполегливість у досягненні цілей; 3) на поведінковому рівні – довільність, ініціативність, автономія.

Беззаперечним є той факт, що будь-яке різноманіття явищ та феноменів можна типологізувати, слід лише правильно обрати основу типологізації. Більшість типологій проактивної поведінки побудовані на підставі спільної ознаки векторної спрямованості трансформаційних змін на себе, інших та покращення функціонування команди.

До об'єктивних умов, що стимулюють розробку проактивних концепцій, слід віднести зростання нестабільних форм зайнятості, мобільність між організаціями, діджиталізацію, мультидисциплінарність команд, децентралізацію, затребуваність прогнозованих змін у роботі та кар'єрі.

Слід зауважити, що в дослідженнях останніх років, зарубіжній прикладній психології відсутня єдина модель, що описує цей широкий поведінковий конструкт (табл. 1).

Із табл. 1 видно, що в кожній із представлених для аналізу моделей наявні передумови – індивідуальні (внутрішні) та ситуаційні (зовнішні) фактори проактивності. До вагомого фактора, що впливає на прояв проактивної поведінки професіонала, зараховують і організаційну культуру, яка, у свою чергу, віддзеркалює ступінь напруженості-розкутості в ситуативному та структурному контекстах організації. Особливий наголос у моделях робиться на когнітивних, афективних, мотиваційних і поведінкових компонентах, що визначають ступінь проактивності особистості. Моделі проактивності, як правило, завершуються наслідками або результатами проактивної поведінки.

Якісний, змістовний бік проактивності розкривається в системі наявних потреб, мотивів, цілей, установок особистості, що зумовлюють здійснення тих чи інших дій. Кількісний процесуальний, зовнішній бік проактивності знаходить свій вияв у стилі поведінки.

Щоразу, коли особистість здійснює усвідомлений вибір тієї чи іншої моделі поведінки в різноманітних ситуаціях соціальної взаємодії, вона реалізує свій проактивний потенціал. Синхронізація власних дій із діями своїх партнерів відбувається за рахунок постійного взаємного передбачення запланованих у часі та просторі інтеракцій. На цій основі виникає колективний задум. Одна з його особливостей – випереджальний характер, тобто створення можливостей для часово-просторового випередження дій інших людей. Таке передбачення лежить в основі процесу координації індивідуальних задумів із загальною стратегією спільних дій групи або команди [2]. Проактивні особистості використовують свою ініціативу на роботі для пошуку можливостей, наполегливо домагаються змін і беруть на себе відповідальність за попередження виникнення проблем у майбутньому.

Порівняльна характеристика багаторівневих моделей проактивної поведінки особистості

Розробники моделі	Складові елементи моделі
Модель проактивної поведінки працівника (С. Паркер, Н. Тернер та Х. Вільямс)	1. Індивідуальні фактори 2. Зовнішні умови (професійна самостійність, довіра співробітників, лояльне керівництво) 3. Проактивні мотиваційно-когнітивні стани (впевненість у собі, гнучка рольова орієнтація, афективна готовність) 4. Проактивний результат
Багаторівнева модель проактивної поведінки (Т. Серл)	1. Ситуативні фактори 2. Індивідуальні фактори 3. Позитивні когнітивні стани (психологічний вплив) 4. Позитивна рольова поведінка суб'єкта діяльності (попередження проблемних ситуацій, індивідуальні інновації, висловлювання думки, прийняття відповідальності на себе)
Модель індивідуальної проактивної поведінки (Ю. Біндл та С. Паркер)	1. Індивідуальні фактори 2. Ситуативні фактори 3. Когнітивно-мотиваційні процеси 4. Афективні процеси 5. Проактивна поведінка: службова поведінка, адаптаційна поведінка, стратегічна поведінка, поведінка як джерело професійного зростання 6. Індивідуальні, командні, організаційні результати
Модель прояву проактивності в пізньому віці (Е. Кахана, Б. Кахана та Д. Чжан)	1. Просторово-часовий континуум (ситуація в країні, індивідуальна історія життя) 2. Зовнішні ресурси (фінансові, соціальні, доступ до технологій) 3. Внутрішні ресурси (орієнтація на майбутнє, оптимізм, альтруїзм, самоповага, копінг-стратегії, задоволеність життям) 4. Вплив накопиченого стресу 5. Проактивна адаптація 6. Якість життя
Лонгитюдна модель проактивної особистості (С. Зайберт, М. Краймер, Дж. Грант)	1. Інноваційність 2. Політичні знання 3. Кар'єрна ініціатива
Модель проактивної безпекової поведінки (Русида Хельма Мохд)	1. Проактивні здатності (проактивна особистість, локус контролю) 2. Проактивна мотивація 3. Проактивні можливості (соціальна підтримка, автономія, можливості професійного зростання)

Спеціальний аналіз найбільш перспективних зарубіжних досліджень означеної проблеми дозволив виявити, що:

- проактивність стимулює продуктивність та інновації в командах та організаціях, підвищує добробут і кар'єру окремого працівника [11];
- проактивна особистість розглядається як ключовий предиктор проактивної робочої поведінки [2];
- проактивна особистість та трансформаційне лідерство – два фактори, які знижують рівень вигорання працівників [12];
- проактивна поведінка є критично важливим фактором організаційного успіху. Практика підбору персоналу є більш важливою, ніж зміни в робочому середовищі [16];
- трансформаційне лідерство сприяє прояву проактивності працівників за рахунок розширення їхніх прав і можливостей [12];
- проактивне регулювання цілей лідером сприяє проактивному цілепокладанню працівників, що, у свою чергу, посилює продуктивність праці [19];
- проактивність опосередковано впливає на прояв креативності працівників [15];

– проактивність може мати негативні наслідки для особистості, зумовлюючи зростання її психологічного напруження [6];

- проактивна особистість є визначальним предиктором підприємницьких намірів людини. Самоініціатива, орієнтована на майбутні дії з метою зміни та покращення ситуації або особистісного самовдосконалення, є основним фокусом проактивних особистостей [1];

– проактивність більш поширена серед оптимістів, ніж серед песимістів [6].

З'ясовано вагомі причини, чому результати досліджень проактивності необхідно інтегрувати в різні сфери життєдіяльності особистості: безпеки, кар'єрного зростання, проактивного старіння, проактивного цілепокладання, лідерства та навчання. Проактивність виступає в якості необхідного елемента (модератора) ефективної взаємодії з життєвими та професійними обставинами, що дає змогу співвіднести та оптимально поєднати умови самої ситуації та свої можливості. По суті специфіка проактивності (як поняття та психічної реальності) полягає в тому, що вона не тільки може бути

представлена як процес, властивість або стан, але і як синтез зазначених модусів. Проактивність – це водночас і унікальна властивість, притаманна лише особистості, і стан усвідомлення варіантів реагування та вибору стилю поведінки, і цілеспрямований процес, за допомогою якого виявляються потенційні проблеми або можливості в робочому середовищі та запроваджуються зміни задля його покращення.

Висновки з проведеного дослідження.

Узагальнюючи зарубіжний досвід дослідження проблеми проактивності, можемо дійти висновку, що до об'єктивних умов, що стимулюють розробку проактивних концепцій, слід віднести зростання нестабільних форм зайнятості, мобільність між організаціями, діджиталізацію, мультидисциплінарність команд, децентралізацію, затребуваність прогнозованих змін у роботі та кар'єрі. Виявлено, що в тлумаченні та розумінні феномена проактивності існують відмінності між дослідниками. Розбіжна концептуалізація проактивності зумовлена складністю самого феномена, а також розкриттям її через інші схожі психологічні конструкти – антиципацію, рефлексію, локус контролю, відповідальність, ініціативність, наполегливість. Перелічені психологічні конструкти в роботах зарубіжних психологів розглядаються як варіативні компоненти проактивності. Щодо інваріантних складових проактивності, то тут спостерігається *одностайність поглядів західних дослідників, котрі в якості таких розглядають наступні*: 1) антиципацію – як здатність діяти й приймати ті або інші рішення з певним часо-просторовим випередженням по відношенню до очікуваних, майбутніх подій; 2) контроль над ситуацією; 3) здатність ініціювати зміни в навколишньому середовищі. Емпірично доведено, що проактивність має значний позитивний вплив на ефективність діяльності як окремого працівника, так і організації в цілому. Лише поодинокі дослідження довели, що проактивність може викликати й появу негативних наслідків на індивідуальному рівні, таких як зростання психологічного напруження особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Aryaningtyas A.T. Increase Entrepreneurial Intentions: Proactive Personality, Entrepreneurship Education, and Academic Support as Predictors. *Journal of Business and Management Review*. 2023. Vol. 4. No. 7. P. 545–560. DOI: 10.47153/jbmr47.7422023
2. Ashford S.J., Blatt R., VandeWalle D. Reflections on the looking glass: A review of research on feedback-seeking behavior in organization. *Journal of Management*. 2003. Vol. 29(6). P. 773–799.
3. Bateman T.S., Crant J.M. The proactive component of organizational behavior: A measure and correlates. *Journal of Organizational Behavior*. 1993. Vol. 14(2). P. 103–118. <https://doi.org/10.1002/job.4030140202>
4. Bindl U.K., Parker S.K., Totterdell P. et al. Fuel of the self-starter: How mood relates to proactive goal

regulation. *Journal of Applied Psychology*. 2012. Vol. 97(1). P. 134–150.

5. Crant J.M. Proactive behavior in organizations. *Journal of Management*. 2000. Vol. 26(3). P. 435–462.

6. Crant J.M., Hu J., Jiang K. Proactive personality: A twenty-year review. *Proactivity at Work*. 2016. P. 211–243. <https://doi.org/10.4324/9781315797113>

7. Frankl Viktor E. Man's search for meaning: An Introduction to Logotherapy. Recording for the Blind, Inc., 215, 58th East street. New York 10022. file:///C:/Users/Asus/Downloads/Mans-Search-For-Meaning.pdf

8. Fuller Jr J.B., Hester K., Cox S.S. Proactive personality and job performance: Exploring job autonomy as a moderator. *Journal of Managerial Issues*. 2010. Vol. 22(1). P. 35–51. <https://www.jstor.org/stable/25822514>

9. Gamze Güner Kibaroglu H., Nejat Basim. The effects of organization based self-esteem and proactive personality on relationship between tight and loose organizational cultures and job crafting. *International Journal of Entrepreneurship and Management Inquiries*. 2023. DOI: 10.11611/yead.1195133

10. Grant A.M., Ashford S.J. The dynamics of proactivity at work. *Research in Organizational Behavior*. 2008. Vol. 28. P. 3–34.

11. Grant A.M., Parker S.K. 7 redesigning work design theories: the rise of relational and proactive perspectives. *The Academy of Management Annals*. 2009. Vol. 3(1). P. 317–375. <https://doi.org/10.1080/19416520903047327>

12. Montani F., Battistelli A., Odoardi C. Proactive goal generation and innovative work behavior: The moderating role of affective commitment, production ownership and leader support for innovation. *Journal of Creative Behavior*. 2017. Vol. 51(2). P. 107–127.

13. Myaskovetsky V., Shmueli L. Transformational leadership vs. proactive personality: Contributing factors to physiotherapists proactive behaviors and burnout during the SARS-COV-2 pandemic. *Physiotherapy Research International*. 2023. DOI: 10.1002/pri.2011

14. Parker S.K., Williams H.M., Turner N. Modeling the antecedents of proactive behavior at work. *Journal of Applied Psychology*. 2006. Vol. 91(3). P. 636–652.

15. Parker S.K., Wang Y., Liao J. When is proactivity wise? A review of factors that influence the individual outcomes of proactive behavior. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. 2019. Vol. 6. P. 221–248.

16. Rusyda H. Proactive safety behavior of young workers. UWA Business School Management and Organisations, Australia. 2021. 266 p.

17. Seibert S., Kraimer M., Grant J. What do proactive people do? A longitudinal model linking proactive personality and career success. *Personnel psychology*. 2001. Vol. 54. Issue 4. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2001.tb00234.x>

18. Strauss K., Parker S.K. Intervening to enhance proactivity in organizations: Improving the present or changing the future. *Journal of Management*. 2018. Vol. 44(3). P. 1250–1278.

19. Wang An-Chih, Kim Tae-Yeol, Jiang Yuan. Employee proactive goal regulation and job performance: The role modeling and interacting effects of leader proactive goal regulation. *Human Relations*. 2022. DOI: 10.1177/0018726720984838

АКСІОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ У СТРУКТУРІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ: КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ

AXIOLOGICAL COMPETENCE IN THE STRUCTURE OF POLICE OFFICERS RESILIENCE: CONCEPTUALIZATION OF THE CONCEPT

Стаття презентує концептуалізацію феномена аксіологічної компетентності як структурного компонента резильєнтності особистості працівників поліції. Резильєнтність розглянуто як особистісну якість, що забезпечує здатність запобігати дезадаптації у складних ситуаціях, розвиватися навіть під впливом стресових обставин, профілакувати та долати наслідки психотравмуючих впливів. Найбільш релевантним для розуміння сутності аксіологічної компетентності як структурного компонента резильєнтності визнано компетентнісний підхід. Аксіологічну компетентність визначено як здатність розуміти, цінувати та оцінювати цінності, вибирати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на свої власні ціннісні орієнтації та поведінку на основі цих цінностей. Обґрунтовано структурно-змістову модель аксіологічної компетентності поліцейського, яка містить такі складові, як: усвідомлення та аналіз цінностей; вміння виражати свої цінності; реалізація цінностей у дії; здатність вирішувати конфлікти, пов'язані з цінностями; розвиток ціннісних орієнтацій; ціннісна гнучкість; соціальна чутливість та толерантність до цінностей інших людей; критичне мислення. Усвідомлення та аналіз цінностей передбачає розуміння того, що цінності існують і впливають на життя. Уміння виражати свої цінності виявляється у відповідних навичках у відкритий і ефективний спосіб. Реалізація цінностей у дії пов'язана із здатністю успішно перетворювати свої цінності на конкретні дії. Здатність вирішувати міжособистісні конфлікти зумовлює вміння розв'язувати ціннісні суперечки. Здатність вирішувати внутрішні конфлікти виявляється у вмінні вирішувати ціннісні дилеми. Розвиток ціннісних орієнтацій включає в себе здатність змінювати ціннісні орієнтації відповідно до зміни життєвих обставин. Соціальна чутливість і толерантність передбачає розуміння та врахування цінностей інших людей, здатність ставитися до інших з повагою. Критичне мислення вказує на здатність оцінювати свої цінності та цінності суспільства.

Ключові слова: ціннісно-смысловая сфера, аксіологічна компетентність, резильєнт-

ність особистості поліцейського, працівники поліції, поліцейські.

The article presents the conceptualization of the phenomenon of axiological competence as a structural component of the resilience of police officers. Resilience is considered as a personal quality that provides the ability to prevent maladaptation in difficult situations, to develop even under the influence of stressful circumstances, to prevent and overcome the consequences of psycho-traumatic influences. The competence approach is recognized as the most relevant for understanding the essence of axiological competence as a structural component of resilience. Axiological competence is defined as the ability to understand, appreciate and evaluate values, to choose actions and make decisions that correspond to values, to influence one's own value orientations and behavior based on these values. The structural and content model of axiological competence of a police officer is substantiated. Axiological competence includes such components as: awareness and analysis of values; the ability to express one's values; implementation of values in action; the ability to resolve conflicts related to values; development of value orientations; valuable flexibility; social sensitivity and tolerance for other people's values; critical thinking. Awareness and analysis of values involves understanding that values exist and affect life. The ability to express one's values is manifested in the skills of expressing one's values in an open and effective way. Implementation of values in action is related to the ability to successfully transform one's values into concrete actions. The ability to resolve interpersonal conflicts determines the ability to resolve value disputes. The ability to resolve internal conflicts is manifested in the ability to resolve value dilemmas. The development of value orientations includes the ability to change value orientations in accordance with changing life circumstances. Social sensitivity and tolerance involves understanding and taking into account the values of other people, the ability to treat others with respect. Critical thinking indicates the ability to evaluate one's values and the values of society.

Key words: value-semantic sphere, axiological competence, resilience of a policeman's personality, police officers, policemen.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.30>

Дубінін Д.О.

аспірант кафедри соціології та психології

Харківський національний університет внутрішніх справ

Вступ та обґрунтування актуальності дослідження. За визначенням ВООЗ, резильєнтність – «це здатність відносно добре справлятися (to cope) з важкими ситуаціями, особиста ресурсність» [6, с. 8]. Вивчення резильєнтності працівників поліції є невід'ємною складовою сучасної поліцейської практики та має надзвичайну важливість для забезпечення ефективності та якості роботи правоохоронних органів. У сучасному світі, де вимоги та стресові ситуації для поліцейських постійно зростають, здатність витримувати тиск, адап-

туватися до негативних факторів та відновлювати психоемоційну стійкість стає критичною для їхнього успішного функціонування.

Особливої значущості проблема резильєнтності набуває в умовах воєнного стану, які створюють надзвичайно складні виклики для суспільства та його захисників, зокрема, для поліцейських, які виступають на передньому краї у забезпеченні безпеки та порядку. Воєнний стан призводить до росту стресових факторів, посиленого фізичного та психологічного навантаження й постійного відчуття загрози.

Поліцейські, що діють у цих умовах, стикаються зі складними ситуаціями, які вимагають швидкого та відповідального реагування. У таких надзвичайних ситуаціях необхідність вивчення резильєнтності працівників поліції стає актуальнішою, ніж будь-коли раніше.

Вивчення резильєнтності працівників поліції в умовах воєнного стану дозволяє розкрити й розвинути їхні внутрішні резерви та стратегії, які допомагатимуть витримувати тиск і стрес, збільшувати стійкість до впливу стресорів і підтримувати ефективність служби на високому рівні. Вивчення цього аспекту стає необхідним для забезпечення найкращих умов для функціонування поліцейських під час воєнного конфлікту, а також для збереження їхньої психічної та фізичної стійкості, яка є важливою як для них самих, так і для громади, яку вони обслуговують.

Резильєнтність – це властивість особистості, яку можна розвивати та вдосконалювати. Вивчення цієї якості серед поліцейських допомагає створити відмінні умови для підтримки їхнього психічного та фізичного здоров'я, підвищення ефективності їхньої роботи та забезпечення безпеки громадян. У даному контексті вивчення резильєнтності поліцейських стає стратегічним завданням, яке відкриває перед сучасними правоохоронцями нові можливості та допомагає їм більш ефективно виконувати свою місію в забезпеченні правопорядку та безпеки суспільства.

На сьогодні було проведено значну кількість досліджень, які підтверджують, що, хоча резильєнтність не гарантує, що особа не зазнає психологічних труднощів внаслідок важкого стресу, вона визначає здатність ефективно діяти в складних ситуаціях, зменшує вразливість до стресу, депресії та розвитку психосоматичних захворювань. Проте, дослідження феномена резильєнтності ще не вичерпало всіх своїх можливостей у сучасній психології.

Зокрема, залишається актуальною задача дослідження структури та факторів, що впливають на розвиток резильєнтності працівників Національної поліції України. У цьому контексті особливу увагу слід звернути на вивчення ціннісно-сміслових аспектів діяльності як ключового компонента структури резильєнтності поліцейських.

Метою цього теоретико-методологічного дослідження була концептуалізація феномена аксіологічної компетентності як структурного компонента резильєнтності особистості працівників поліції.

Виклад основного матеріалу дослідження. На першому етапі дослідження було проведено структурно-змістовий аналіз феномена резильєнтності особистості в різних психологічних теоріях і концепціях. Результати цього аналізу виявили певного роду полеміку

щодо розгляду резильєнтності як динамічного процесу, спрямованого на адаптацію до важких життєвих ситуацій, попередження виникнення негативних наслідків цих ситуацій і відновлення після них [6; 8; 15; 17], або особистісної якості. Більш релевантним до концепції нашого дослідження є підхід, у межах якого резильєнтність розглядають саме як особистісну якість, що забезпечує людині здатність запобігати дезадаптації в складних ситуаціях, розвиватися навіть під впливом стресових обставин, профілакувати та долати наслідки психотравмуючих впливів [3; 4; 5; 13; 16].

Важливою складовою концептуалізації будь-якого феномена є визначення його структури. Аналіз зарубіжних психологічних досліджень дозволив встановити, що у світовій психології існує значна кількість теорій, у яких описано структуру резильєнтності. Далі в хронологічному порядку їх опублікування наведені теорії, у яких до складових резильєнтності було включено ціннісно-сміслові феномени.

У концепції П.Т. Бартон, Р.Дж. Урсано, К.М. Райт (P.T. Bartone, R.J. Ursano, K.M. Wright, 1989) резильєнтність, яка детермінує те, як люди справляються зі стресовими обставинами, описано переліком трьох тісно пов'язаних диспозиційних тенденцій: прихильність – відчуття сенсу та мети щодо себе, інших і роботи; контроль – відчуття автономії та здатності впливати на власну долю; виклик – відчуття жаги до життя, яка спонукає сприймати зміни, як захопливі можливості та можливості, а не загрози безпеці чи виживанню [2].

У роботі Г.М. Вагнільд, Х.М. Янг (G.M. Wagnild, H.M. Young, 1993, 2009) резильєнтність розглядається як структура, яка утворюється п'ятьма факторами: незворушність (відображає здатність «плисти за течією»); наполегливість або рішучість; самозабезпечення (відображає віру у свою здатність керувати життям); осмисленість або віра в те, що життя має сенс; екзистенційна самотність або відчуття унікальності [15; 16].

М.Р. Харві, Б. Лян, П.А. Харні (M.R. Harvey, B. Liang, P.A. Harney, 2003) описують резильєнтність у контексті здатності людини відновлюватися після травматичного стресового досвіду та визначають такі її структурні компоненти: влада над пам'яттю, інтеграція пам'яті та афекту, толерантність до афекту та регулювання, оволодіння симптомами та позитивне подолання, самооцінка, самогуртованість, безпечна прив'язаність та *створення сенсу* [8].

Д.С. Джонсон, М.А. Полусні, Ч.Р. Ербес (D.C. Johnson, M.A. Polusny, C.R. Erbes, 2011) у своїй концепції фокусуються на тому, як людина зазвичай реагує під час і одразу після стресових подій, зосереджуючись на внутрішніх особистісних характеристиках. Складовими резильєнтності за результатами

проведеного дослідниками факторного аналізу виявилися наступні: *формування сенсу* та відновлення, активне подолання, когнітивна гнучкість, духовність та самоефективність [9].

А. Мастен (A. Masten, 2014) до переліку резильєнтних факторів особисто відніс такі: досвід дбайливого опікування в дитинстві, близькі стосунки з людьми, наявність близьких друзів і романтичних партнерів, високий рівень інтелектуального розвитку, розвинені навички вирішення проблем, здатність до самоконтролю та регулювання емоцій, здатність до панування діяльності, мотивація успіху, самоефективність, *цінності та сенси*, здатність до навчання, віра та надія, гармонійні стосунки з оточуючими [12].

Окрім названих, також було виявлено концепції, де до структури резильєнтності було залучено не цінності та смисли, а дещо близький за психологічним змістом феномен – духовність.

Дж. Скалі, К. Гандубер, К. Річі (J. Scali, C. Gandubert, K. Ritchie) та ін. (2012) у своїй роботі до структури резильєнтності віднесли наполегливість і компетентність, довіру до своїх інстинктів, толерантність до негативного впливу; прийняття змін і безпеку в стосунках, контроль, *духовність* [14].

М.Д. Мадсен та Н. Абель (M.D. Madsen, N. Abell, 2010) описали резильєнтність як сукупність захисних факторів особистості (позитивні особливості когнітивного, емоційного, екологічного, соціального та духовного досвіду людини, які пов'язані зі стійкістю та в сукупності сприяють їй), поєднаних із позитивною адаптацією після насильства. До її структури було віднесено вирішення проблем, стосунки, оптимізм і *духовність* [11].

Наведені дані підтверджують визнання науковою спільнотою існування ціннісно-смилових регуляторів у структурі резильєнтності особистості. Утім, вичерпних виокремлених досліджень феномена цінностей у контексті проблеми резильєнтності на сьогодні не проведено. Хоча, на наш погляд, цінності відіграють значну роль у розвитку підтримки резильєнтності особистості:

- цінності допомагають особистості розуміти, що для неї є дійсно важливим, і чим вона хоче керуватися в житті; ця орієнтація допомагає знаходити сенс у складних ситуаціях і створює міцний фундамент для стресостійкості;

- значущі цінності стимулюють розвиток внутрішнього ресурсу та самосвідомості; це допомагає особистості краще розуміти себе, свої переконання, зберігати стійкість у складних ситуаціях;

- зміна цінностей або їх переосмислення може бути частиною адаптації до нових обставин; резильєнтні особистості можуть змінювати свої цінності, коли це необхідно, але при

цьому залишаються вірними своїм основним переконанням;

- особистості з чіткими цінностями мають аксіологічний фундамент, на якому можна будувати стратегії вирішення проблем;

- цінності можуть об'єднувати людей, підтримувати важливі відносини та зміцнювати соціальну підтримку.

Усі ці аспекти підкреслюють важливість цінностей у підтримці резильєнтності особистості. Вони не лише надають сенс життю, але й створюють основу для ефективної адаптації до складних ситуацій і розвитку внутрішніх ресурсів для подолання труднощів.

Аналіз сучасних теоретико-методологічних підходів, реалізованих у психологічних дослідженнях, дозволив дійти висновку, що найбільш евристично цінним щодо вивчення ціннісної складової резильєнтності особистості працівника поліції є компетентнісний підхід, до основних положень якого в психології можна віднести такі:

- компетентність пов'язана зі змістом конкретної діяльності, зорієнтована на забезпечення вимог цієї діяльності;

- компетентність є психологічним утворенням (сформованою здатністю особистості), існування якого забезпечує подолання проблемних ситуацій, що виникають у процесі певної діяльності;

- компетентність становить багатокомпонентну цілісну систему особистісних новоутворень, що включає інформаційні, операційні, ціннісно-мотиваційні та поведінкові компоненти;

- компетентність забезпечує реалізацію певної здатності особистості через актуалізацію стану готовності;

- компетентність є необхідною умовою переведення потенційних можливостей особистості в конкретні досягнення (результати) і навпаки;

- компетентність забезпечує оптимальні внутрішні умови для реалізації суб'єктної активності;

- компетентність є динамічним утворенням, що формується, розвивається та проявляється в процесі набуття особистістю певного досвіду [1].

Застосування компетентнісного підходу до вивчення ціннісної сфери особистості є важливим і виправданим із кількох причин:

- цей підхід акцентує увагу на здатності особистості до досягнення конкретних цілей і завдань, вивчення цінностей у контексті компетентнісного підходу дозволяє з'ясувати, наскільки ефективно особистість використовує свої цінності для досягнення значущих життєвих результатів;

- вивчення ціннісної сфери особистості в контексті компетентнісного підходу допо-

магає визначити, як особистість може адаптувати свої цінності до змінних обставин. Це особливо важливо для ефективного функціонування (зокрема, виконання професійних обов'язків) в умовах, де нормою все частіше стає тривалий вплив травмуючих стресових факторів;

– компетентнісний підхід надає можливість розвивати навички та стратегії управління життєвими ситуаціями на основі цінностей, людина може формувати навички використовувати свої цінності для прийняття рішень, подолання наслідків впливу травмуючих стресових подій і посттравматичного зростання;

– компетентнісний підхід допомагає ідентифікувати ресурси, які поліцейській може використовувати для досягнення своїх цілей, зокрема, цінностей, які стимулюють і мотивують.

Виходячи із зазначених вище положень компетентнісного підходу [1], аксіологічну компетентність у нашому дослідженні було визначено як здатність розуміти, цінувати та оцінювати цінності, вибирати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на свої власні ціннісні орієнтації та поведінку на основі цих цінностей.

Теоретично обґрунтована в нашому дослідженні структурно-змістова модель аксіологічної компетентності поліцейського містить такі складові, як: усвідомлення та аналіз цінностей; уміння виражати свої цінності; реалізація цінностей у дії; здатність вирішувати конфлікти, пов'язані з цінностями (міжособистісні та внутрішні); розвиток ціннісних орієнтацій; ціннісна гнучкість; соціальна чутливість і толерантність до цінностей інших людей; критичне мислення.

Усвідомлення та аналіз цінностей передбачає розуміння того, що цінності існують і впливають на життя, у тому числі усвідомлення загальних цінностей суспільства, а також особистих цінностей людини. Емпіричними індикаторами цієї складової аксіологічної компетентності вважаємо наступні: здатність вільно формулювати власні цінності та вибудовувати їх ієрархію; розуміння цінностей суспільства, у якому живе людина; схильність рефлексувати над тим, які цінності та чому важливі в житті; усвідомлення того, які події та досвід життя могли вплинути на сформовані ціннісні орієнтації; розуміння того, які цінності є актуальними, а які втратили значущість у минулому та через які причини; відстеження джерел інформації, використовуваних для дослідження власних цінностей і цінностей інших людей; планування та реалізація дій щодо покращення ціннісної регуляції дій; розуміння, які цінності є важливими для самої людини та чому; оцінювання, наскільки цінності відповідають особистим переконанням і життєвим цілям.

Уміння виражати свої цінності виявляється в навичках вираження своїх цінностей у відкри-

тий і ефективний спосіб (комунікація з іншими людьми, відкриті виступи та заяви, створення продуктів мистецтва, реалізація в життєвих виборах і рішеннях). Серед емпіричних індикаторів можна виділити наступні: розуміння того, які цінності є найбільш важливими та найбільш очевидними; здатність виявляти, які ситуації або рішення в житті найбільше задовольняють людину та відповідають її цінностям; здатність і прагнення втілювати свої цінності в зовнішніх діях; здатність використовувати різні прийоми для глибокого виявлення своїх цінностей і переконань; здатність планувати та реалізовувати дії та зміни в житті на основі виявлених цінностей для досягнення більшої гармонії та задоволення.

Реалізація цінностей у дії пов'язана із здатністю успішно перетворювати свої цінності на конкретні дії та рішення. Емпіричні індикатори – це здатність визначити, які конкретні дії або рішення приймаються на основі цінностей; вміння виявляти, як цінності впливають на вибори та дії в повсякденному житті; здатність узгоджувати дії з власними цінностями; регулярне здійснення дій, пов'язаних із реалізацією цінностей; знаходження джерел мотивації для виявлення цінностей у діяльності та рішеннях; досвід рішень або дій у минулому, які були особливо значущими з точки зору наявних цінностей.

Здатність вирішувати міжособистісні конфлікти, пов'язані з цінностями, зумовлює вміння знаходити компроміси та розв'язувати суперечки в спосіб, що враховує цінності всіх сторін. Емпіричними індикаторами є такі: розуміння типових способів реагування в ситуаціях, коли цінності конфліктують із цінностями інших людей; розуміння того протиріччя, які цінності лежать в основі конфліктів, що виникають; здатність винаходити спільні рішення в ситуаціях, де конфліктують різні цінності; наявність звичок обговорення ціннісних протиріч заради розв'язання конфлікту.

Здатність вирішувати внутрішні конфлікти виявляється у вмінні виявляти та в конструктивний спосіб вирішувати проблеми, що виникають унаслідок ціннісних дилем. Емпіричними індикаторами цього структурного елементу аксіологічної компетентності є наступні: здатність розуміти, які цінності конфліктують у певній ситуації чи прийнятті рішення; уміння точно визначити, із якими цінностями кожен із конфліктуючих «внутрішніх голосів» асоціюється; здатність виявляти аргументи та докази, які підтримують кожен із сторін внутрішнього конфлікту; здатність розуміти можливість знаходити компроміс або спосіб об'єднати цінності, які конфліктують, щоб знайти гармонію; навички використання різних методів аналізу та рефлексії, щоб легше розібратися у своїх цінностях.

Розвиток ціннісних орієнтацій містить здатність розвивати та змінювати ціннісні орієнтації відповідно до зміни життєвих обставин і нового досвіду, переосмислювати та переглядати свої цінності впродовж життя. Емпіричні індикатори – це відкритість до можливості перегляду та зміни своїх цінностей; систематичні нові цінності та переконання; відслідковування та аналіз нового досвіду та знань, які можуть вплинути на цінності та переконання; готовність до прийняття нових цінностей і їх інтеграції у своє життя; розуміння можливості позитивних змін у житті, які можуть виникнути внаслідок внесення змін у цінності.

Соціальна чутливість і толерантність передбачають розуміння та врахування цінностей інших людей, здатність ставитися до інших із повагою та розумінням їхніх цінностей. Емпіричні індикатори – це розуміння, що цінності можуть варіюватися від особи до особи та від культури до культури; використання різних способів виявлення та прийняття цінностей інших людей; відкритість до можливості навчатися від людей з іншими ціннісними орієнтаціями; застосування активного слухання під час спілкування, щоб краще розуміти чужі цінності; звичка проявляти повагу та терпимість до різних цінностей і переконань, навіть якщо вони відрізняються від власних.

Критичне мислення вказує на здатність критично оцінювати свої цінності та цінності суспільства в цілому, ставити питання та аналізувати інформацію, що впливає на ціннісні переконання. Виявляється цей структурний компонент аксіологічної компетентності в таких індикаторах: прагнення розглядати свої цінності критично та об'єктивно; здатність визначати, які аргументи або докази підтримують наявні цінності, і чи є вони актуальними; уміння ідентифікувати та розрізнити цінності, які були внутрішньо встановлені від тих, які були нав'язані соціумом чи оточенням; звичка використовувати саморефлексію та аналіз для оцінки, наскільки цінності відповідають поточному розвитку; обізнаність про техніки рефлексії, які можна використовувати для більш глибокого розуміння своїх цінностей.

Висновки з проведеного дослідження. Проведене теоретико-методологічне дослідження дозволило концептуалізувати феномен аксіологічної компетентності як структурний компонент резильєнтності особистості працівників поліції.

Отримані результати дозволили встановити, що в більшості сучасних концепцій резильєнтності до її особистісних факторів відносять ціннісно-сміслові або споріднені феномени.

Найбільш релевантним для розуміння сутності аксіологічної компетентності як структурного компонента резильєнтності визначено

компетентнісний підхід, врахування положень якого дозволяє сформулювати визначення аксіологічної компетентності як здатність розуміти, цінувати й оцінювати цінності, вибирати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на власні ціннісні орієнтації та поведінку на основі цих цінностей.

Теоретично обґрунтована в дослідженні структурно-змістова модель аксіологічної компетентності поліцейського містить такі складові, як: усвідомлення та аналіз цінностей; уміння виражати свої цінності; реалізація цінностей у дії; здатність вирішувати конфлікти, пов'язані з цінностями (міжособистісні та внутрішні); розвиток ціннісних орієнтацій; ціннісна гнучкість; соціальна чутливість і толерантність до цінностей інших людей; критичне мислення.

Представлена структурно-змістова модель потребує подальшої емпіричної верифікації, а визначена система емпіричних індикаторів аксіологічної компетентності є основою для розробки первинної форми психодіагностичної методики для вивчення цієї особистісної якості.

Перспективи подальших наукових пошуків полягають у емпіричній верифікації запропонованої структурно-змістової моделі аксіологічної компетентності працівників поліції, проведенні факторного та типологічного аналізів показників аксіологічної компетентності працівників поліції, виявленні особливості взаємозв'язку показників аксіологічної компетентності зі структурно-змістовими характеристиками резильєнтності поліцейських.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Савченко О.В. Рефлексивна компетентність: методи та процедури діагностики : монографія. Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2016. 286 с.
2. Bartone P.T., Ursano R.J., Wright K.M., Ingraham L.H. The impact of a military air disaster on the health of assistance workers. *Journal of nervous and mental disease*. 1989. № 177(6). P. 317–328.
3. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. University of Texas at Arlington, 2013. 118 p.
4. Bonnano G.A. Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American psychologist*. 2004. № 59. P. 21.
5. Connor K.M., Davidson J.R. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*. 2003. № 18. P. 76–82.
6. Facilitator Guide MHPSS in Complex Emergencies Training Course. Setting Up Community-Based Supports : Training materials, 2016. 17 p.
7. Fergus S., Zimmerman M.A. Adolescent resilience: a framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual review of Public Health*. 2005. № 26. P. 399.

8. Harvey M.R., Liang B., Harney P.A., Koenen K., Tummala-Narra P. A multidimensional approach to the assessment of trauma impact, recovery and resiliency: Initial psychometric findings. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*. 2003. № 6(2). P. 87–109.
9. Johnson D.C., Polusny M.A., Erbes C.R. Development and initial validation of the Response to Stressful Experiences Scale. *Military Medicine*. 2011. № 176(2). P. 161–169.
10. Luthar S.S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*. 2000. № 71. P. 543–562.
11. Madsen M.D., Abell N. Trauma Resilience Scale: Validation of protective factors associated with adaptation following violence. *Research on Social Work Practice*. 2010. № 20(2). P. 223–233.
12. Masten A. Ordinary magic: resilience in development. New York : The Guilford press, 2014. 308 p.
13. Neman R. APA's resilience initiative. *Professional psychology: research and practice*. 2005. № 36. P. 227.
14. Scali J., Gandubert C., Ritchie K., Soulier M., Ancelin M-L. Measuring Resilience in Adult Women Using the 10-Items Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Role of Trauma Exposure and Anxiety Disorders. *PLoS ONE*. Vol. 7(6). P. 39879. Epub 2012 Jun 29.
15. Wagnild G.M. A Review of Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 2009. № 17(2). P. 105–113.
16. Wagnild G.M., Young H.M. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1993. № 1. P. 165–178.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА СХИЛЬНІСТЬ ДО НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE INFLUENCE OF THE CHILD-PARENT RELATIONSHIP ON ADOLESCENTS' PROPULSION TO DRUG ADDICTION

Стаття присвячена дослідженню впливу стилів батьківського виховання на схильність підлітків до наркотичної залежності. Теоретично обґрунтовано, що неправильні стратегії батьківського виховання, які роблять відносини між батьками та підлітками напруженими і дисгармонійними, можуть стати каталізатором протестної форми поведінки підлітків та їхньої втечі від реальності через використання психоактивних речовин. Зазначено, що наркотична залежність – це хворобливий психічний стан, зумовлений хронічною інтоксикацією організму внаслідок зловживання наркотичними засобами. Визначено, що погіршення відносин між батьками і підлітками мають негативні наслідки, такі як відверті конфлікти і непорозуміння, що можуть стати чинником ризику розвитку адиктивної поведінки дитини. Проведене емпіричне дослідження з використанням комплексу методів та методик (авторської анкети, аналізу автонаративу, психодіагностичних методик) дозволило дослідити у дорослих наркозалежних чоловіків, які перебувають на реабілітації, їхнє ставлення до міжособистісних взаємин зі своїми батьками в підлітковий період, в який відбулись перші спроби використання психоактивних речовин. Проведене дослідження дозволило встановити, що всі учасники дослідження в підлітковому віці мали складності дитячо-батьківських відносин, які проявлялись у дисгармонійних сімейних стратегіях і стилях виховання, спілкування, особливостях стилю життя самої сім'ї, сімейних цінностях, що призвело до руйнації гармонійних стосунків між батьками і підлітками. Втрата авторитетного впливу батьків на своїх дітей призвело до пошуку підлітками самоцінності поза межами сім'ї, в колі друзів-однолітків, авторитетних старших товаришів та дорослих, які не є членами сім'ї. Нові антисоціальні зв'язки мали вплив на появу адиктивної форми поведінки і, як наслідок, закріплення наркотизації у досліджених. Визначено напрями подальшої роботи з батьками та самими наркозалежними для покращення сімейної взаємодії.

Ключові слова: адиктивна поведінка, підліткова наркозалежність, стилі батьків-

ського виховання, гіпопротекція, гіперпротекція, емоційне відторгнення.

The article is devoted to the study of the influence of parenting styles on the tendency of adolescents to drug addiction. It is theoretically substantiated that incorrect parenting strategies, which create tense and disharmonious relations between parents and adolescents, can become a catalyst for the protest behaviour of adolescents and their escape from reality through the use of psychoactive substances. It is noted that drug addiction is a painful mental condition caused by chronic intoxication of the body due to the abuse of narcotic drugs. It was determined that the deterioration of relations between parents and adolescents has negative consequences, such as open conflicts and misunderstandings, which can become a risk factor for the development of addictive behaviour in a child. Conducted empirical research using a complex of methods and techniques (the author's questionnaire, autonarrative analysis, psychodiagnostic methods), which made it possible to investigate in adult drug-addicted men undergoing rehabilitation their attitude to interpersonal relationships with their parents in the adolescent period, in which the first attempts to use psychoactive substances took place. The conducted research made it possible to establish that all research participants in adolescence had difficulties in child-parent relations, which manifested themselves in disharmonious family strategies and styles of upbringing, communication, peculiarities of the family's lifestyle, family values, which led to the destruction of harmonious relations between parents and teenagers. The loss of parental authority over their children has led adolescents to seek self-worth outside the family, in peers, authoritative older peers, and non-family adults. New antisocial relationships had an impact on the emergence of addictive forms of behaviour and, as a result, consolidation of drug addiction in the studied. Directions for further work with parents and drug addicts themselves to improve family interaction have been determined.

Key words: additive behaviour, adolescent drug addiction, parenting styles, hypoprotection, hyperprotection, emotional rejection.

УДК 364.27.614.283
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.31>

Літвінова О.В.

к.психол.н., доцент,
завідувачка кафедри психології,
педагогіки та філософії
Кременчуцький національний
університет імені Михайла
Остроградського

Лебідь О.С.

здобувач другого (магістерського) рівня
за спеціальністю 053 «Психологія»
Кременчуцький національний
університет імені Михайла
Остроградського

Проблема наркотичної залежності в Україні залишається на високому рівні, адже якщо п'ять років тому вік 90% наркозалежних був до 25 років, а перший досвід вживання наркотичних речовин припадав на 13–15 років, то нині з'явилася негативна тенденція, яка полягає в тому, що вік першої спроби вживання психоактивних речовин у підлітків на сьогодні становить 9–12 років [9].

Актуальності набуває потреба вивчення тих чинників, які можуть сприяти виникненню бажання першої спроби наркотичної речовини. Науковці виділяють декілька чинників, що

змушують дитину долучитися до цієї речовини: байдужість суспільства до наявної проблеми, сім'я як первинний інститут соціалізації, відсутність батьківської обізнаності, батьківської зрілості у вихованні своїх дітей, відсутність елементарних уявлень та знань щодо наслідків зловживання психоактивними речовинами.

До зовнішніх та внутрішніх чинників, що сприяють формуванню підліткової наркотичної залежності, науковці відносять: когнітивну, емоційно-вольову, мотиваційну, поведінкову сфери підлітків; специфічні особливі умови

проживання і виховання підлітка; соціальне мікро- та макросередовище, роль спадковості у виникненні залежності.

Сім'я як первинне середовище виховного процесу дитини має важливу роль у формуванні особистості дитини. Завданням сучасної психологічної науки має стати розробка дієвих засобів превенції адиктивної поведінки молоді за рахунок дієвих практик роботи з батьками, надання їм знань щодо стилів взаємодії з дитиною, особливо з підлітками, які є найбільш вразливими в умовах переживання вікової кризи.

Наркотична залежність – це хворобливий психічний стан, зумовлений хронічною інтоксикацією організму внаслідок зловживання наркотичними засобами, що віднесені до таких конвенцією ООН або Комітетом з контролю за наркотиками при Міністерстві охорони здоров'я України [1].

У разі тривалого вживання наркотичних речовин відбувається патологічна перебудова медіаторних систем мозку, і вони уже не можуть працювати без постійного притоку наркотиків. У результаті розвивається хвороба, що називається наркоманією [5].

Якщо розглядати сім'ю як структуру мікросередовища, яка виховує і є осередком, де відбуваються особливості соціалізації дитини, то сім'я є середовищем для фізичного, духовного, інтелектуального, культурного та соціального розвитку особистості дитини.

Видатний український педагог М. Стельмахович писав, що сім'я – це найбільша вихователька

підростаючих поколінь за всіх часів та народів, високої духовності та гуманізму, духу та свідомості [11]. Батьки формують систему сімейного укладу і вже під впливом життєвих обставин сім'ї мають певні відмінності одна від одної. Батьківство можна охарактеризувати як процес забезпечення батьками необхідних умов для повноцінного розвитку, виховання та навчання дітей [4].

Перед батьками, вихователями та іншими особами, які впливають на виховання дитини, стоїть важливе завдання – полегшити дитині, підлітку, юнаку в різні періоди життя подолання кризи ідентичності [13]. У перехідний вік від дитинства до дорослості індивід проходить великий шлях у своєму психічному розвитку: через внутрішні конфлікти із самим собою та іншими, через зовнішні зриви й внутрішні почуття особистості. В підлітковому віці взаємини з дорослими починають будуватися під впливом хвилювань нових почуттів, що пов'язані з прагненням до самостійності, дорослості та самоствердження. Дуже складним завданням для батьків є вибір балансу між обмеженнями і дозволами для своїх підлітків. Майстерність батьківської гнучкості у вихованні, розуміння психологічних і фізіологічних змін дитини в підлітковому віці виступає важливою навичкою для батьків. Виховання – це процес взаємодії, він багатогранний, у ньому багато учасників, але найголовнішими є батьки і діти.

Безліч теоретичних підходів до стилів батьківського виховання дозволили виокремити найбільш поширені (табл. 1).

Таблиця 1

Підходи до стилів батьківського виховання

№ з/п	Стилі виховання	Автори
1	– гіпопротекція (ліберальний стиль); – демократичний стиль; – гіперпротекція; – авторитарний стиль.	Е. Шафер [10]
2	– гіпоопіка, – потурання, – домінуюча гіперопіка, – емоційне відторгнення, – жорсткі взаємини, – підвищена моральна відповідальність, – суперечливе виховання.	А. Лічко, Е. Едеймілер [7]
3	– диктатура; – опіка; – невтручання; – паритет; – співпраця.	А. Петровський [12]
4	– «сім'я-санаторій»; – «сім'я-фортеця»; – «сім'я-«третій зайвий»»	А. Співаковська [12]
5	– автократичний; – авторитарний; – демократичний; – егалітарний; – дозволяючий; – попускний; – ігноруючий	М. Кле [2]

Помилковою є думка, що насамперед треба виховувати дитину, бо це не так, передусім треба виховувати себе і самовдосконалюватися, щоб бути стимулом для дітей, бо перша реакція їхньої поведінки – це наслідування батьків [1].

Погіршення стосунків між батьками і підлітками мають негативні наслідки, такі як відверті конфлікти і непорозуміння, що можуть стати чинником ризику розвитку адиктивної поведінки дитини.

Питання виховання і вибір правильних стратегій батьківського виховання неможливі без емоційної зрілості самих батьків, і результатом цієї незрілості є відчуття самої дитини своєї емоційної незахищеності. Ліндсі К. Гібсон виділяє такі чотири типи емоційно незрілих батьків, як: емоційні батьки, керуючі батьки, пасивні батьки і відчужені батьки [3].

У суспільстві є дуже багато дітей, у яких один або обоє батьків страждають на залежність (алкоголізм, наркоманію, ігроманію тощо). Діти таких батьків схильні до цілої низки психологічних проблем, включно з труднощами у навчанні, тривою, порушенням харчової поведінки, спробами самогубства та наслідуванням стилю життя залежних батьків [8].

Непорозуміння у сім'ї між дитиною і батьками сприяє розвитку деструктивної поведінки підлітка, потім перехід до адиктивної стадії поведінки і вже, як наслідок, ризик наркотизації як завершальної стадії руйнування дитячо-батьківських стосунків. Батьки як найближчі люди, які мають безпосередній вплив на дитину, вносять в її психічний, особистісний та соціальний розвиток значущий вклад. Якщо батькам вдасться створити сприятливий клімат у сім'ї, можна вирішити навіть найскладніші проблеми, які можуть виникати в процесі виховання і життєвих ситуацій.

Для реалізації мети цієї статті було використано низку методів та методик: 1) теоретичні – теоретико-методологічний аналіз, узагальнення, синтез, вивчення та аналіз психологічної, педагогічної, та спеціальної літератури; 2) емпіричні – анкетування (авторська анкета «Я, сім'я, соціум»); тестування (методика Е. Шафера ADOR (в обробці З. Матейчика і П. Ржичана) дослідження батьківських стратегій виховання в період підліткового віку очима підлітків; метод COMB (С. Духновський) «Суб'єктивна оцінка міжособистісних взаємовідносин»); контент-аналіз автонаративу «Як наркотик увійшов до мого життя».

В емпіричному дослідженні взяли участь 19 дорослих наркозалежних (чоловічої статі) віком від 18 років до 43 років, які проходили на момент дослідження реабілітацію від наркозалежності в психологічному центрі реабілітації і ресоціалізації наркозалежної молоді (розташування центру з етичних міркувань не

вказується), наркозалежність досліджуваних є підтвердженим фактом. У результаті проведеного анкетування за допомогою авторської анкети, питання в якій були розподілені на окремі блоки («Сімейні взаємовідносини, сімейні цінності», «Взаємовідносини з соціумом у підлітковому віці», «Ставлення підлітка до теми вживання психоактивних речовин»), отримано такі результати.

Виявлено, що 57,9% опитуваних мали повну родину з рідними батьками, 42,1% виховувалися в неповній родині. У 89,5% із загальної вибірки у сім'ях епізодично або постійно зловживали алкоголем. Також зафіксовані випадки зловживання психоактивними речовинами (далі – ПАР) батьками. 68,1% респондентів відзначили, що у їхніх сім'ях головною цінністю були гроші. 89,5% опитуваних не відчували емоційної підтримки й прийняття від своїх батьків, лише 36,9% респондентів відзначили, що вони відчували свою емоційну відкритість і щирість до своїх батьків.

26,3% згадують своє дитинство як щасливе, 78,9% зазначили, що їхнє дитинство було нормальним, але могло бути кращим, або дитинство було нормальним до певних життєвих обставин, а також 15,8% вважають своє дитинство нещасливим. 21,1% респондентів зазначили, що авторитетними особами в їхньому підлітковому віці були батьки. 57,9% назвали своїми авторитетами друзів, що в принципі є нормою для підліткового віку, коли діти починають сепаруватися від батьків. 42,1% респондентів відзначили, що мали бажання наслідувати поведінку більш авторитетних осіб, не пов'язаних з їхньою сім'єю. 47,4% підлітків у самих складних життєвих ситуаціях все ж таки зверталися по допомогу до батьків.

84,2% респондентів мали досвід вживання ПАР у підлітковому віці, а самий небезпечний вік для початку спроб вживання наркотиків – 13 і 14 років (52,6%). 94,7% зробили перші спроби вживання ПАР з друзями-однолітками або зі старшими авторитетними товаришами.

Серед чинників початку вживання ПАР опитувані зазначили:

- непорозуміння з батьками (52,6%);
- труднощі в школі (21%);
- бажання проявити свою «дорослість» (52,2%);
- втеча від життєвих труднощів (36,8%);
- зняття емоційного дискомфорту (26,3%);
- бажання стати більш розкутим (68,4%);
- завоювати авторитет серед однолітків (57,9%).

Головними своїми життєвими втратами через початок зловживання ПАР у підлітковому віці респонденти відзначають такі особистісні сфери (таблиця 2).

Отже, проведене анкетування дало змогу констатувати, що сімейне середовище є голов-

Таблиця 2

Життєві втрати від вживання ПАР (за результатами анкетування)

№ з/п	Життєві втрати від вживання ПАР	Кількість, %
1	Здоров'я	63,2
2	Довірливі взаємини з батьками	52,6
3	Фінансові втрати сім'ї	42,1
4	Перспективи у навчанні	63,2
5	Перспективи у спорті	63,2
6	Перспективи у кар'єрі	63,2
7	Час свого життя	26,3
8	Втрата друзів, які не вживали ПАР, особисті стосунки	42,2

ним чинником виникнення деструктивної поведінки в підлітковому віці. Хлопці, які почали зловживати ПАР, виховувалися у сім'ях, де вживали алкоголь, а в деяких – і наркотики; в яких головною цінністю були гроші; де відсутніми були емоційно теплі стосунки. Авторитетними для респондентів у підлітковий період стали друзі, однолітки, а не батьки; перші спроби вживання наркотиків відбулися в компанії. На

теперішній момент, вже ставши дорослими, респонденти відзначають, що адитивна поведінка вплинула на їхнє здоров'я, на реалізацію себе у спорті, кар'єрі, навчанні тощо.

Другим етапом дослідження було проведення методики ADOR (Е. Шафера) для розуміння ролі батька та матері у становленні адитивної поведінки підлітків. Результати представлені на рис. 1–2.

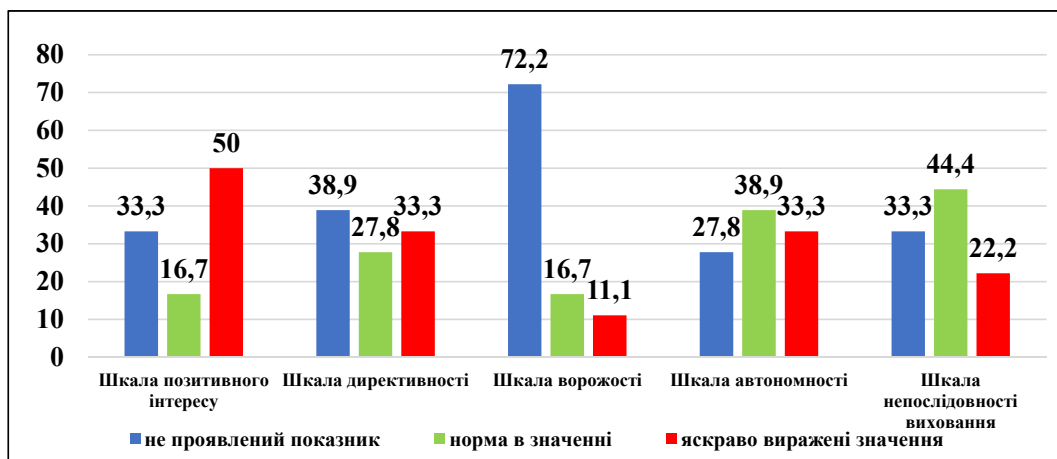


Рис. 1. Діаграма розподілу респондентів за шкалами методики Шафера («Мати очима підлітка»)

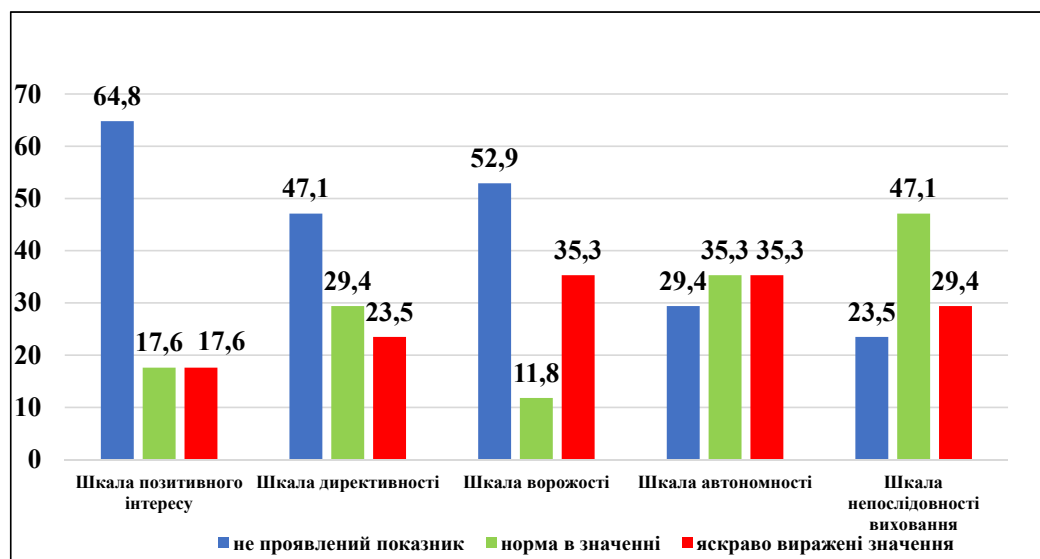


Рис. 2. Діаграма розподілу респондентів за шкалами методики Шафера («Батько очима підлітка»)

Отримані результати дають змогу констатувати таке. За «шкалою позитивного інтересу» з боку матері 33,3% респондентів відзначили наявність занадто критичного ставлення до себе, їхню владність і підозрілість, відсутність дружнього спілкування і емоційного контакту. 16,7% респондентів відзначили, що, будучи підлітками, вони відчували психологічне прийняття матерями і наявність збалансованих відносин у системі «дозволів-заборон». 50% опитуваних відзначили, що відчували з боку матері дружній спосіб спілкування і нормальний емоційний контакт, але це ставлення поєднувало надмірне потурання, некритичну точку зору, нечітку позицію «дозволів-заборон». Що стосується характеристики батька, то 64,8% респондентів відзначили, що не відчували позитивного інтересу з його боку. Батькам властивий був авторитаризм, деклараційні догми, відсутність довірливих та емоційно теплих стосунків. Тільки 17,6% респондентів відзначили, що відчували позитивний інтерес і психологічне прийняття з боку батьків. 17,6% зазначили, що батьки давали забагато свободи, проявляли потурання будь-яким діям, не використовували дієвих виховних стратегій.

За «шкалою директивності» 38,9% респондентів відзначили, що не відчували прояву директивності матері щодо себе. Це могло виражатися у відкиданні принципів у системі «дозволів-заборон», у вседозволеності і потураючій гіпоопіці з боку матері. 27,8% опитуваних відзначили, що мати віддавала відповідальність за скоєні неправильні вчинки самому підлітку-сину – прояв помірної директивності. 33,3% респондентів відчували надмірну директивність, нав'язування систем «заборон» з боку матері – це викликало внутрішній конфлікт у підлітка й втрату нормальних міжособистісних взаємин з матір'ю. Що стосується взаємин з батьками, то 47,1% респондентів не відчували батьківського авторитету, зацікавленості й емоційної включеності батька – це вказує на гіпоопіку батька. 29,4% опитуваних відчували від батька прагнення порозуміння шляхом завоювання авторитету у підлітка, приділяючи досить уваги, емоційного включення і часу на спілкування. 23,5% респондентів зазначили, що батько показував домінуюче лідерство, транслиував свою амбітну деспотичність, роздратування і агресію – це прояв авторитарного стилю виховання.

За «шкалою ворожості» 72,2% опитуваних не відчували ворожості до себе з боку матері, а навпаки, занадто позитивне ставлення, некритичний підхід до вчинків сина-підлітка, нечітку позицію «дозволів-заборон». 16,7% респондентів відзначають помірне критичне ставлення матері, без надмірної ворожості, емоційне включення і сприйняття – дитина сприймалася як особистість. 11,1% опитува-

них відчували прояви ворожості матері у міжособистісних взаєминах, агресивність і надмірну строгість, емоційну холодність, надмірну підозрілість і критику на свою адресу. З боку батька 52,9% респондентів відзначили відсутність відкритого ворожого ставлення до себе, але це міг бути прояв емоційної незалученості, невтручання, гіпопротекції або прояв байдужості до справ і потреб самої дитини-підлітка. 11,8% опитуваних відчували гармонійне поєднання емоційного залучення батька у свої справи, підтримку у виборі захоплень і додаткового розвитку своїх здібностей як авторитетне батьківське навчання. 35,3% респондентів відчували доволі вороже ставлення батька, прояви постійного невдоволення, скептичне ставлення й низьку оцінку досягнень сина – контролюючий, домінуючий і авторитарний стиль виховання.

За «шкалою автономності» з боку матері 27,8% опитуваних відчували емоційну прихильність і дружній стиль спілкування, але водночас мав прояв незалученості матері у справи сина, відгородженість, неухважність до його дій, невтручання у справи – прояв гіпоопіки. 38,9% респондентів відчували адаптивну форму авторитету матері, засновану на довірі та пошані, емоційну залученість і прихильність, дружній стиль спілкування, інтерес справами свого підлітка. 33,3% опитуваних відчували виражену автономність матері, диктат, повне захоплення влади. Мати не сприймала дитину як самостійну особу, проявляючи домінуючу гіперпротекцію. Характеризуючи батьків, 29,4% респондентів відзначили, що відчували залученість батька до процесу спілкування з ними, проте якість спілкування могла варіюватися від надмірного контролю до прийняттого адекватного втручання відповідно до ситуації. 35,3% опитуваних відчували з боку батька залученість і прояв цікавості їхніми справами і захопленнями, емоційну підтримку; 35,3% респондентів відчували автономність батька, формальне ставлення до себе, мінімум спілкування, емоційну відстороненість – гіпопротекція з ігноруванням емоційних потреб підлітка.

За «шкалою непослідовності» 33,3% опитуваних зазначили, що їхні матері виражали чіткі вимоги до них і реагували відповідно до своїх упереджень на події і ситуації, які траплялися з їхніми синами. 44,4% респондентів відзначили, що реакції їхніх матерів на певні ситуації і події були з незначними емоційними коливаннями. 22,2% опитаних відчували непослідовність у діях і намірах матерів стосовно них: висока амплітуда коливань від недовіри і підозрілості до лояльності й делікатності, підліток кожного разу не знав, як відреагує мати на ту чи іншу ситуацію, подію, яка сталася з ним. Що стосується характеристики батька,

то 23,5% опитаних відзначили, що їхні батьки були послідовні у своїх реакціях на ситуації, які потребували втручання і впровадження виховних заходів до синів-підлітків. 47,1% респондентів відзначили, що була зрозуміла позиція «вимог-заборон» з боку батька; 29,4% опитаних відчували прояви непослідовності виховних позицій батька, не могли передбачити, як він відреагує: довго і педантично буде намагатися довести синові його провину або візьме на віру запевнення сина в його невинності.

Узагальнюючи результати за такою методикою, прослідковуються відмінності у виховних процесах між батьками і матерями. Матері більш схильні до проявів гіперпротекції і домінуючої гіперпротекції, до емоційного сприйняття й некритичного ставлення до своїх підлітків. Батьки більш схильні до гіпопротекції, авторитаризму, критичного ставлення, емоційної відчуженості й відстороненості від дитини.

Якщо брати загальну сімейну систему виховання, то різні погляди, стилі й підходи в одній сім'ї між виховними процесами батька і матері можуть призвести до погіршення або втрати гармонійних, врівноважених емоційних взаємин й на міжособистісні стосунки у сім'ї загалом.

Третім етапом емпіричного дослідження було проведено методика COMB (С. Духновський) «Суб'єктивна оцінка міжособистісних взаємовідносин» для розуміння наслідків впливу вибраних стилів і стратегій батьківського виховання на розвиток подальших взаємин у сім'ї, де є факт наркозалежності дитини. Інструкція для респондентів була модифікована – оцінювати взаємини між батьками та дітьми було запропоновано, виходячи з теперішньої ситуації взаємин (рис. 3).

Констатовано, що для 52,6% опитаних характерними були низькі значення в оцінці відносин між дорослими наркозалежними дітьми і їхніми батьками, що свідчить про явні ознаки дисгармонічних взаємин у сім'ях. Дорослі залежні діти проявляють стосовно своїх батьків занадто виражені зближуючі почуття, що дозволяє їм позбутися відчуття сорому та про-

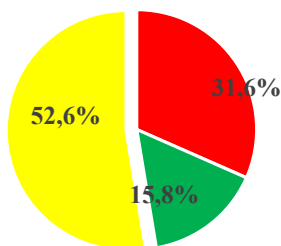
вини щодо батьків, як прояв захисної реакції. Можливий також прояв неготовності позбутися моральної, матеріальної, психологічної залежності від батьків. Така відсутність проявів свідомої дорослої самостійності може вказувати на підсвідому або свідому відмову працювати над особистісним зростанням, брати відповідальність за своє життя на себе. Відсутність змін у своїх стосунках із сім'єю вказують на співзалежні і споживчі ставлення до батьків, що є ризиком повторного зриву в наркотичну залежність. Також може проявлятися захисний механізм психіки як надмірне дистанціювання від батьків і зниження спілкування з ними до мінімуму, від внутрішнього страху потрапляння у старі споживчі і співзалежні сімейні сценарії. Зближення у відносинах з батьками сприймається як ризик для свого тверезого життя і повторного зриву в наркотичну залежність. Дистанціювання дорослих дітей у відносинах з батьками може вказувати на невирішені конфлікти, які мали місце в минулому.

Для 15,8% респондентів характерними є середні показники за шкалами COMB, що свідчить про наявність досить гармонійних стосунків між дорослими дітьми й їхніми батьками, які мають стабільний характер, засновані на довірі, взаєморозумінні, викликають емоційне задоволення, позитивні емоції, відчуття комфортного спілкування. Дорослі діти ментально сепаровані від батьків, беруть повну відповідальність за своє життя, свої дії і вчинки на себе. Дорослі діти мають чітку позицію про особисті кордони та кордони батьків, взаємини при цьому мають відкритий і природний характер.

У 31,6% опитаних проявлені високі значення за загальними шкалами COMB. Дорослі наркозалежні діти не можуть знайти компромісу у відновленні нормальних міжособистісних стосунків зі своїми батьками. Присутня явна дисгармонія у відносинах, відсутність сімейної єдності, згоди між дітьми і батьками. Наявне послаблення позитивних емоційних родинних зв'язків, прояв віддаляючих почуттів, таких як неприязнь, злість, провина, каяття, сором, образа дітей на батьків. Присутнє бажання відсторонення від батьків і усамітнення.

Четвертим етапом емпіричного дослідження було проведення методу контент-аналізу автонаративу «Як наркотик увійшов до мого життя» для більш суб'єктивного розуміння дитячо-батьківських взаємин і стилів батьківського виховання і чинників, які призвели до розвитку адиктивної форми поведінки у підлітків, з особистих спогадів і уявлень опитаних.

Техніка автобіографічного наративу дозволяє з'ясувати основні елементи: автора, особисте оточення та їх взаємодію, події, життєві обставини, ситуації, мотиви і цілі з точки зору автора. Таким чином, прослідковується



■ Високі значення ■ Середні значення ■ Низькі значення

Рис. 3. Сегментограма розподілу респондентів за значеннями показників суб'єктивної оцінки міжособистісних відносин

життєвий сценарій досліджуваного і факти, які могли спричинити життєві зміни.

Узагальнюючи результати такої техніки, прослідковуються такі найбільш повторювані стилі взаємодії між батьками та респондентами в їхньому підлітковому віці, які були закодовані у фразах автонаративу, і які могли призвести до виникнення адиктивної форми поведінки.

1. Гіпопротекція: «Спочатку смерть матері, потім алкоголізм батька. Я був наданий сам собі...»; «...мама працювала весь час, щоб прокормити мене і моїх братів, інколи відчував образу за те, що мене не чують, через це тікав з дому...». Такий стиль проявлений у 50% автонаративів.

2. Гіперпротекція: «Я ріс у благополучній сім'ї. Моя сім'я дуже «созалежна»»; «...моїм батькам треба було відпустити мене морально» – такі стилі взаємин прослідковуються у 35,7% респондентів.

3. Потурання: «...в той час я працював у батька в фірмі і добре заробляв, і від того мені давалося все легко і було в доступі...»; «...моїм батькам не треба було давати мені забагато грошей...»; «...моїм батькам я порадив би не дозволяти мені багато чого...» – характерно для 28,6% опитуваних.

4. Мінімальність санкцій і заборон: «...дуже багато було свободи у мене в дитинстві...»; «...через те, що батьки мені багато чого прощали, було багато вільного часу от і сталося так» – такий тип взаємин відзначили у своєму есе 21,4% респондентів.

5. Надмірність санкцій і заборон: «...через невідповідності вимог моїх батьків до мене почалося моє вживання наркотиків...»; «...у мене не було вільного часу на себе у дитинстві...» – виявлено в автонаративі 14,3% опитаних.

6. Емоційне відторгнення, відчуження, ігнорування емоційних потреб дитини: «...я шукав визнання на вулиці, позаяк вдома відчував відторгнення мене родиною»; «...мої відносини з батьком були дуже поганими...після смерті мами він віддав мене жити до бабусі і дідуся...»; «...своїм батькам порадив би говорити зі мною і бути відвертими та надавати життєвих альтернатив...»; «...своїм батькам я би порадив більше приділяти часу на спілкування «по душах» зі мною, дружнє спілкування, а не по системі «батьки-діти» – виявлено у 57,7% опитаних.

Неповна родина: «...на мій погляд, якщо б моя сім'я була «повною», то, можливо, я не став би наркоманом...»; «...у мене в житті не був присутній батько і вітчима у мене не було...» – 21,4% респондентів.

Травмуючі життєві події: «...в дитинстві мене бив вітчим, я тікав з дому...»; «...в 15 років моя мама вмерла...»; «...мама померла і тато пішов до іншої жінки...» – 42,9% респондентів відзна-

чили у своїх історіях події, які могли стати катализатором втечі від реальності.

Не досить обов'язків, відповідальності у дитини: «...було все в доступі і я спробував зловживати наркотиками...»; «...в мене не було ніяких обов'язків, проте було багато вільного часу...» – зазначили 28,6% респондентів.

Надмірність обов'язків у дитини: «...батьки багато чого від мене вимагали, я повинен був відповідати за їхні очікування...» – визначили 7,1%.

Зловживання в родині алкоголем і ПАР: «...бабуся мені розказала, що мій тато – алкоголік, а мама – наркоманка...»; «...після смерті мами тато став багато пити...» – такий факт життя родини був присутній у 14,3% автонаративів.

Отже, доведено, що стилі і стратегії батьківського виховання можуть вплинути на руйнування гармонійних дитячо-батьківських взаємин, порушуючи міжособистісні стосунки між батьками і підлітками, що може впливати на функціональний психологічно-емоційний, когнітивний, поведінковий і соціальний розвиток дитини. Батьки, які не змогли проявити гнучкість своєї батьківської ролі, не дали більшої можливості самореалізації і зростання свого підлітка, не змогли визнати факт дорослішання своєї дитини, або із самого початку використовували неправильні стилі батьківського виховання і не змогли стати опорою для своєї дитини, мають великий ризик увійти в конфронтацію зі своїм підлітком. Наслідком цього може стати супротив, негативізм, втеча від травмуючої підлітка реальності, виникнення інтересу до ПАР та ризик розвитку і закріплення наркозалежної поведінки. Саме тому важливо вдосконалити роз'яснювальну роботу з батьками у вигляді просвітницької роботи, соціально-психологічних тренінгів для розвинення батьківської обізнаності й майстерності у вихованні дітей задля превенції виникнення складних взаємин між батьками і підлітками, профілактики девіантної й адиктивної поведінки, які можуть бути причиною розвитку наркозалежності підлітків.

Результати дослідження доводять, що теперішні стосунки між батьками і їх уже дорослими наркозалежними дітьми, які перебувають у наркотичній залежності багато років, зазнали значної руйнації й погіршення, емоційного віддалення, відчуження і конфліктності. Отже, з метою налагодження гармонійних міжособистісних стосунків між дорослими наркозалежними дітьми і їхніми батьками як важливим елементом у процесі реабілітації від наркотичної залежності було б доцільним проведення корекційної роботи, психологічних тренінгів між членами сім'ї, в яких виявлені випадки наркотизації дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Богданова І.М. Соціальна педагогіка : навчальний посібник. Київ : «Знання». 2008, 267 с.
2. Бондар Т.В. Стиль взаємин між підлітками і батьками. *Науковий журнал український соціум*. Український інститут соціальних досліджень Олександра Яременка. № 4 (35). 2010. С. 12–19.
3. Ліндсі К. Дорослі діти емоційно незрілих батьків. Видавництво Наталії Переверзіної. Київ. 2021, 235 с.
4. Капська А. Соціальна педагогіка : підручник. 5-те видання. Київ : Центр учбової літератури. 2011, 487 с.
5. Клочко О.О. Характеристика методу освіти «рівний – рівному» сучасної інноваційної технології. *Сучасна молодь: крок у майбутнє* : матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції для студентів та аспірантів. Суми : СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2006. С. 224–228.
6. Коваленко Є., Кириленко С. Енциклопедія батьківства : посібник з сімейного виховання. Київ : КНТ. 2008, 592 с.
7. Маєвська Л.М. Готовність соціального педагога до професійної діяльності в етнокультурному середовищі. *Соціальна педагогіка і соціальна робота*. 2010. № 3. С. 68–76.
8. Москаленко В. Залежність – родинна хвороба. *Сучасна психологія*. Київ, 2022, 415 с.
9. Подолян В.М. Підліткова наркоманія в Україні: соціальний та психологічні аспекти. *Український журнал медицини, біології та спорту*. Вінницький національний медичний університет ім. М.І.Пирогова. Том 6, № 3 (31). 2021. С. 256–262.
10. Столярчук О.А. Вплив сім'ї на формування самооцінки дитини *Розвиток особистості в умовах трансформаційного суспільства* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 13 грудня 2012 року). Київ : Київський університет імені Бориса Грінченка. 2012. С. 423–426.
11. Трубавіна І.М. Консультування сім'ї : науково-методичні матеріали. Частина 1. Київ : ДЦССМ, 2003. С. 22.
12. Яковенко С. Взаємозв'язок рефлексії батьків з особливостями виховання дітей дошкільного віку. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. Випуск 9. С. 268–276.
13. Peseschkian N. *Psychotherapy of Everyday Life*, 1974.

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЗА КОРДОНОМ PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF FORCED MIGRANTS ABROAD

Стаття присвячена дослідженню однієї з суттєвих проблем психологічної адаптації вимушених переселенців за кордоном. Висвітлено фактори, що впливають на успішну адаптацію, включаючи підтримку та допомогу, врахування культурних та історичних особливостей захист прав та безпеки. Успішна адаптація допомагає встановити баланс між внутрішнім розумінням ситуації та самою ситуацією, яка пов'язана, насамперед, з особливостями чинників в ній. Мотивована та відкрита особистість, швидше за все, буде мати позитивний досвід подолання складної життєвої ситуації. Незважаючи на способи евакуації, вимушені переселенці зіштовхуються з багатьма проблемами та ризиками не лише у процесі пересування, але й по прибуттю до місця призначення. Разом із тим майже усі люди, які вимушені були покинути свої домівки та переселитися в іншу місцевість, зіткнулися з проблемою адаптації до нових умов життя. В цілому, проблема адаптації має багато теоретичних та емпіричних досліджень, проте під час трансформування українського суспільства та в умовах війни, особливості адаптації українських переселенців є надзвичайно важливими для моніторингу актуальної ситуації та профілактики типових труднощів з якими можуть зітнутися переселенці. Стаття закликає до забезпечення необхідної допомоги та підтримки вимушеним переселенцям за кордоном, щоб допомогти їм знайти нове місце у світі та почати нове життя. Вимушений переїзд – це серйозне випробування. Людина цього не планувала й не готувалася заздалегідь. А ще її у більшості випадків чоловіки залишилися в Україні. Тож жінки мають самі за все відповідати. Багато вимушених переселенців відчують емоційний і фізичний дискомфорт через нові умови, іншу мову, культуру, правила життя, традиції. Невідомість і невизначеність лякають і погіршують стан особистості. Це може бути надзвичайно складним досвідом, особливо з психологічної точки зору. Розглянемо проблему психологічної адаптації вимушених переселенців за кордоном детальніше.

Ключові слова: психологічна адаптація, адаптаційний синдром, вимушені переселенці, культурні особливості, точки опори, підтримка, потреба у безпеці.

The article is devoted to the study of one of the essential problems of psychological adaptation of forced migrants abroad. Factors affecting successful adaptation are highlighted, including support and assistance, consideration of cultural and historical characteristics, protection of rights and security. Successful adaptation helps to establish a balance between the internal understanding of the situation and the situation itself, which is primarily related to the peculiarities of the factors in it. A motivated and open personality is likely to have a positive experience of overcoming a difficult life situation. Despite the methods of evacuation, IDPs face many problems and risks not only in the process of movement, but also upon arrival at their destination. At the same time, almost all people who were forced to leave their homes and move to another area faced the problem of adaptation to new living conditions. In general, the problem of adaptation has many theoretical and empirical studies, however, during the transformation of Ukrainian society and in conditions of war, the peculiarities of adaptation of Ukrainian immigrants are extremely important for monitoring the current situation and prevention of typical difficulties that immigrants may face. The article calls for providing the necessary aid and support to forcibly displaced people abroad to help them find a new place in the world and start a new life. Forced relocation is a serious test. A person did not plan this and did not prepare in advance. And in most cases, the men stayed in Ukraine. So, women have to be responsible for everything themselves. Many forced migrants experience emotional and physical discomfort due to new conditions, a different language, culture, rules of life, and traditions. The unknown and uncertainty frighten and worsen the state of the individual. It can be an extremely difficult experience, especially from a psychological point of view. Let's consider the problem of psychological adaptation of forced migrants abroad in more detail.

Key words: psychological adaptation, adaptation syndrome, forced migrants, cultural features, points of support, support, need for security.

УДК 159.923.2:316.61
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.32>

Поджинська О.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Інститут соціальних технологій
Відкритого міжнародного університету
розвитку людини «Україна»

Ятищук А.А.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
Тернопільський національний технічний
університет імені Івана Пулюя

У сучасному світі конфлікти, природні катаклізми та інші негативні події часто змушують людей залишати свої домівки та переселятися в інші країни. Через активні російські обстріли майже п'ять мільйонів українців, рятуючись від війни, були змушені виїхати за кордон. Хоч від початку повномасштабної війни минуло вже майже два роки, криза українських біженців продовжується, так як кожен вимушений переселенець ризикує зіштовхнутись із психологічними проблемами.

Метою статті є розгляд проблеми психологічної адаптації вимушених переселенців за кордоном та визначення факторів, які впливають на успішну адаптацію, а також підвищення

усвідомленості про необхідність забезпечення підтримки та допомоги вимушеним переселенцям, врахування їх культурних та історичних особливостей, захист їх прав та безпеки. Сподіваємося, що ця стаття буде корисною для тих, хто займається питаннями міграції та біженців, а також для тих, хто бажає зрозуміти проблеми та потреби вимушених переселенців за кордоном.

Перш ніж перейти до адаптації вимушених переселенців, варто зрозуміти, що саме вони переживають. Вони залишають свої рідні місця і переїжджають до незнайомого середовища. Це може бути особливо важко, якщо вони не знають мови, якою розмовляють у новій країні,

або якщо вони не знайомі з місцевими культурними нормами та звичаями. Вони можуть також стикатися з дискримінацією або негативними стереотипами.

Закордоном вимушені переселенці стикаються з незнайомим середовищем, а це завжди дискомфорт і стрес тому, що наш мозок все нове й невідоме сприймає як небезпеку. Навіть в концепції психології стресу існує таке поняття як «адаптаційний синдром» – це комплекс різноманітних реакцій захисного характеру, що виникають в організмі людини у відповідь на значні пошкоджувальні діяння (стресори) [4].

Щоб допомогти вимушеним переселенцям адаптуватися до нових умов, їм необхідна підтримка та допомога від різних сторін. Організації, які працюють з переселенцями, можуть надавати різні види підтримки, включаючи психологічну підтримку, медичну допомогу, консультації з працевлаштування та інші ресурси.

Психологічна підтримка є особливо важливою для вимушених переселенців, оскільки вони можуть стикатися з різними психологічними проблемами, такими як тривожність, депресія та посттравматичний стресовий розлад. Психологи можуть надавати консультації та терапію для вимушених переселенців, щоб допомогти їм знайти способи впоратися зі своїми емоціями та подолати труднощі, пов'язані з переїздом. Вони також можуть допомогти зі зниженням рівня тривожності та депресії, підвищенням самооцінки та створенням позитивних стратегій взаємодії з новим середовищем [4].

Тому на нашу думку, влучно було б запропонувати у даній статті **конкретний план дій** для вимушених переселенців, що опинилися за кордоном:

1. Усвідомте реальність. Особливо в умовах вимушеного переїзду переселенцям властиво впадати в крайнощі: або все погано й треба починати життя заново, або: побуду тут трошки, а потім все повернеться на свої місця. Це стратегії уникання страху. Про те важливо визначити реальність: зараз я тут, невідомо на скільки часу, тому що невідомо, на скільки затягнеться війна.

2. Дайте волю власним почуттям та переживанням. Кожен стикається зі своєю ситуацією й зі своїми переживаннями. Для когось стрес – це нова мова, для когось стрес – чужина, хтось переживає за своїх рідних. Тому перший крок – це допомогти зрозуміти почуття, які Ви переживаєте, що спричиняє ці страждання, які це емоції. Хоча б проговорити й не заперечувати їх. Якщо хочеться плакати, треба дати волю почуттям, стримувати себе не варто, так як не пережиті переживання, емоції з часом призводять до емоційного виснаження. І в результаті адаптація стає ще складнішою.

3. Пам'ятайте про звичні буденні для Вас справи. Саме про ті, які будучи вдома дарували Вам відчуття щастя та позитиву. Вони допоможуть пом'якшити стрес і на новому місці. Це можуть бути заняття спортом, облаштування нового приміщення, малювання чи навіть квіти в горщиках на підвіконні. Це не лише для комфорту й затишку, те що в житті до переїзду давало радість, неодмінно дасть і відчуття безпеки.

Коли людина вирішує змінити місце проживання, виїжджаючи за кордон, вона готується до цієї події: інформаційно, психологічно та матеріально. Тому адаптація до переїзду починається вже у моменті підготовки. Ви звикаєтеся спочатку з думками про переїзд, розмірковуєте над різними сценаріями розвитку подій, шукаєте підтримку та точки опори. А наразі мільйони українців залишили свої домівки не з власної волі, одним просто нікуди повертатися, інші намагаються врятувати своє життя та життя власних дітей від обстрілів, бомбардувань, від всього того, що зараз робить російська армія на території України.

Отож адаптація у вимушених переселенців відбувається вже на території інших держав. Невідома країна, незнання мови, залежність від інших, пошук житла, роботи, навчання дітей, матеріальні труднощі, адаптація без знання мови, виготовлення документів та інформація у ЗМІ, що знову бомблять рідні міста.

Вважаємо, що не варто детально розписувати, в якому психологічному стані знаходяться жінки в цей час. Відчуття провини, невизначеність, відсутність плану, опори, та нова відповідальність ти маєш кожного дня вирішувати питання, які ніколи раніше не вирішувала.

Як у такому випадку зменшити напруження і влаштувати життя комфортніше спробуємо подати в **рекомендаціях**, як допомогти собі, як допомогти адаптуватись вимушеним переселенцям за кордоном:

1. Відновлюйте базові потреби. Потрібно розібратися з базовими потребами: пошук житла, документи, які необхідно оформити, кошти на продукти харчування, курси вивчення іноземної мови. Додайтесь в телеграмі до груп допомоги країни, до якої ви потрапили, там багато корисної інформації: документи, житло, медицина, можливість запитати та попросити про допомогу. Наразі в більшості країн вже налагоджена система роботи з вимушеними переселенцями.

2. Забезпечте потребу у безпеці. Маючи травматичний досвід, психіка реагує на все, що може його нагадувати. Але ви маєте зрозуміти, що ви уже в безпеці. Спробуйте не замикатися в собі, навіть якщо є бажання сховатися від усього світу, намагайтесь виходити на вулицю, дихати свіжим повітрям, спілкуватися з людьми. Налаштовуйте себе «зараз

я в безпеці, мені нічого не загрожує». На це потрібен час, зараз дуже важко «довіряти світу» після всього того, через що довелося пройти, та ще й з розумінням того, що війна продовжується.

3. Підтримуйте зв'язок. За можливості підтримуйте спілкування з рідними. Це дає відчуття опори і зв'язку та відчуття контролю.

4. Відпочивайте. Намагайтесь спати, використовуйте можливості побути наодинці.

5. Лімітовані новини. Неможливо і непотрібно зовсім уникати новин. Оберіть кілька інформаційних ресурсів для перегляду. Намагайтесь тримати баланс, бо інформаційні потоки підвищують тривожність та здійснюють ретравматизацію психіки.

6. Давайте вихід почуттям. Плакати, злитися, ненавидіти – це нормально. Не мовчіть, діліться своїм болем, якщо є можливість звернутися до психолога – звертайтеся. Спеціаліст зможе «витримати» ваші емоції та створити безпечний простір для спілкування. Дієвим є ведення щоденника, куди можна записувати власні переживання та почуття.

7. Пропрацюйте відчуття провини. Щоб впоратися з відчуттям провини, допомагайте іншим. Відчуваєте в собі сили допомогати – дізнайтесь, де є волонтерські організації у вашому місті та запропонуйте свою допомогу.

8. Час для себе. Навіть якщо це тільки п'ять хвилин на день. Ви робите те, що ВАМ хочеться. Не важливо, що ви робите: п'єте каву, читаете книгу, медитуєте, але це має бути якісний час проведений з увагою на себе. Важливо давати собі час для себе.

Щоб жити у вимушеному переселенні, потрібно як найшвидше адаптуватися. Створити ті самі «точки опори», щоб витримати невизначеність і страх. Прийняття теперішньої реальності – надскладне завдання, та поки в нас є вибір – ми маємо обирати Життя!

Для початку важливо розуміти, що процес адаптації в новій країні важливий. Адаптація – це пристосування організму до певних умов існування, які постійно змінюються, що формувалося в процесі еволюційного розвитку [1]. Для того, щоб зберегти себе, необхідно розробити план дій на період перебування на новому місці. Тож дайте відповідь на запитання: «Що я можу зараз зробити? Яких зусиль можу докласти? Що мені до снаги?» Якщо вам важко морально, то подумайте, що могло б вам допомогти швидше розряджати: фізичні активності, прогулянки з дітьми, ігри чи навчання з ними, читання, прибирання, вивчення чогось нового. Згадайте, як підтримували свій емоційний стан у мирний час, що було ефективним конкретно для вас і вашого відновлення.

Якщо мова йде про пошук роботи, то варто розглядати можливості, враховуючи декілька

факторів: а) вашу спеціальність і досвід роботи; б) знання мови, якщо воно принципове; в) наявність дітей, яких потрібно з кимось залишити; г) бажання й рішучість опанувати нові навички чи взятися за будь-яку нову для вас роботу.

І якщо це врахувати, то можна почати шукати, наприклад, друзів, які теж знаходяться в цьому регіоні. Ходіть на українські зустрічі, де люди можуть обмінюватися контактами, дати пораду, запропонувати когось, хто може запропонувати роботу. Такі зустрічі не лише розширять ваше коло контактів, але й стануть можливістю обміну особистим досвідом адаптації на новому місці. Крім того, тут ви зможете поділитися своїми емоціями та переживаннями, отримати підтримку та відчуття, що ви не на одинці зі своїми труднощами та страхами.

Можна також подумати над форматом онлайн-зайнятості. Велика кількість освітніх платформ і компаній зробила безкоштовним доступ до навчання за новими спеціальностями, які актуальні сьогодні.

Крім того, для ефективної адаптації важливим є вивчення мови та культури нової країни. Вивчення мови допоможе вимушеним переселенцям зрозуміти та спілкуватися з місцевими жителями, а також знайти роботу та здійснювати інші потрібні дії. Крім того, знання місцевих культурних норм та звичаїв допоможе їм більш ефективно взаємодіяти з новим оточенням та уникати непотрібних конфліктів.

Варто пам'ятати, що у гострому стресі перебувають не тільки дорослі, а й діти. Тяжкість психологічного стану залежить від того, чи була дитина в епіцентрі бойових дій, чи спостерігала за ними по телевізору, чи постраждала сама, чи постраждали її рідні та близькі. У кожному місті, країні, яка приймає мігрантів, створено консультаційні пункти психологічної допомоги постраждалим. Будучи однією з найбільш вразливих груп під час війни, вони потребують не лише фізичного, а й психічного відновлення та соціальної інтеграції через стрес, психологічний стрес і часто через розлуку з членами родини. Особливо це були діти, які зазнали утисків, експлуатації чи будь-якого насильства. Всі вони в тій чи іншій мірі мають проблеми з психологічною адаптацією [5].

Найчастішими проблемами, з якими зіштовхуються діти-переселенці, є: 1) стресове виснаження; 2) порушення сну; 3) розлади мислення, погіршення пам'яті; 4) фобії та страхи; 5) емоційні порушення та часті зміни настрою; 6) психосоматичні розлади; 7) агресія, протести та девіантна поведінка; 8) порушення взаєморозуміння у сім'ї, в шкільному колективі та в колі друзів [1].

Основне завдання для дорослих, які допомагають дітям адаптуватися, це допомогти їм пережити травматичні події та стрес війни.

У процесі допомоги адаптації, особливо дітей, які стали вимушеними переселенцями закордоном, повинні брати участь батьки та різного роду фахівці – психологи, соціальні працівники, вчителі, лікарі та волонтери. Вони спілкуються та тренуються з дітьми, проводять різноманітні тренінги та бесіди, щоб допомогти дітям адаптуватися до нових умов проживання. Психологи надають консультації батькам та вчителям як потрібно діяти, щоб дитина не почувалася наодинці зі своїми емоціями. Емоції потрібно не приховувати, а проживати і переживати. Порадьте родичам і вчителям допомогти дітям висловитися про свої почуття, щоб вони не почувалася самотньою через свої емоції.

Багато європейських країн надають українцям можливість безкоштовно відвідувати мовні курси. А це означає, що у вас є шанс і поступово вивчати нову мову, і заводити корисні знайомства-контакти, які зможуть стати у нагоді в майбутньому, і бонусом допоможуть відволіктися, переключитися. Бо ми ж пам'ятаємо, що будь-яка дія зменшує силу емоції, а отже, коли ми щось робимо, то допомагаємо собі утримувати емоційну рівновагу.

Окрім психологічної підтримки, важливим є також підтримка з боку місцевої громади. Вимушені переселенці мають можливість зустрічатися з місцевими жителями, взаємодіяти з ними та включатися в різноманітні спільноти. Це допомагає їм почуватися менш самотніми та більш зв'язаними з новим оточенням.

З адаптацією та соціалізацією в новому регіоні допоможуть місцеві дитсадки і школи. В багатьох країнах для українців вони безкоштовні, тож це хороша можливість зайняти дітей, розважити чи продовжити навчальний процес.

Для підтримки вашого морального стану візьміть за звичку планувати свій день чи хоча б кілька годин і дотримуйтеся цього. Окрім справ із пошуку роботи, корисних зустрічей, оформлення документів тощо, вписуйте у план навіть звичні побутові речі, це допоможе частково відновити контроль і зменшить відчуття невідомості.

У підсумку, адаптація вимушених переселенців, як дорослих так і дітей, за кордоном є надзвичайно складним процесом, що потребує підтримки та допомоги з різних сторін. Психологічна підтримка, підтримка місцевої громади, вивчення мови та культури нової країни - це лише деякі з важливих аспектів успішної адаптації. Важливо також згадати про значення розуміння культурної та історичної спадщини вимушених переселенців та відповідне врахування їхніх потреб та цінностей.

Зважаючи на важкість процесу адаптації, деякі вимушені переселенці можуть зазнавати посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який може виникнути під час конфлік-

тів або при інших травматичних подіях, пов'язаних з переселенням. ПТСР може проявлятися в різних симптомах, таких як тривожність, депресія, біль та болі в тілі, а також недосипання та погане самопочуття.

Для лікування ПТСР вимушеним переселенцям може знадобитися психологічна консультація та терапія. Різні методи лікування можуть бути використані, включаючи когнітивно-поведінкову терапію, емоційно-фокусовану терапію та інші.

У світі існує багато організацій, які надають підтримку та допомогу вимушеним переселенцям. Наприклад, ООН та її спеціалізовані агенції, такі як United Nations High Commissioners for Refugees (UNHCR) та IOM, працюють з вимушеними переселенцями у всьому світі, надаючи допомогу в області охорони здоров'я, освіти, захисту прав та соціальної інтеграції.

Більшість науковців та практиків єдині у думці, що психологічна підтримка являє собою систему заходів, які спрямовані на активізацію наявних та створення додаткових психічних і особистісних ресурсів з метою забезпечення життєздатності та конструктивного функціонування людини в соціумі. Здебільшого психологічна підтримка має профілактичний характер і скерована на запобігання розвитку негативних психічних явищ [3].

Адаптація вимушених переселенців за кордоном є складним процесом, який може викликати різні емоції та виклики. Важливо забезпечити вимушеним переселенцям підтримку та допомогу, щоб допомогти їм адаптуватися до нового оточення. Підтримка може включати як матеріальну допомогу, так і психологічну консультацію та терапію.

Крім того, для успішної адаптації важливо враховувати культурні та історичні особливості вимушених переселенців та дбати про їх потреби та цінності. Це може включати надання доступу до культурних заходів, можливість зберігати свою мову та традиції, а також можливість зв'язку зі своєю родиною та спільнотою.

Усі ці фактори є важливими для успішної адаптації вимушених переселенців за кордоном. Забезпечення підтримки та допомоги, врахування культурних та історичних особливостей захисту прав та безпеки може допомогти вимушеним переселенцям знайти нове місце у світі та почати нове життя.

Адаптація в новій країні – це довготривалий, складний процес. Будьте терплячими і уважними до себе, коли раптом щось не вдається. Виконуйте завдання і не забувайте хвалити себе за кожен крок, який наближає вас до комфортного життя, в якому ви зараз перебуваєте.

Адаптація може тривати до двох років, тому не картайте і не хвилюйтеся, що щось

не вдається або не вдається саме так, як вам хочеться. Пам'ятайте, що згодом стане легше.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Малиха М.І. До проблеми сутності поняття «внутрішньо переміщені особи»: державна політика та регіональна практика. *Грані*. 2015. № 8. С. 6–11.

2. Міністерство соціальної політики України. URL: http://www.mlsp.gov.ua/labour/control/uk/publish/article?art_id=167122&cat_id=107177.

3. Ятищук А., Бурлак А. Психологічна адаптація дітей переселенців постраждалих від російсько-укра-

їнської війни. *Особистість і суспільство: психосоціальні виміри ковітальної взаємодії: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, Тернопіль, 28–29 квітня 2023*. Тернопіль, 2023. С. 157–159.

4. Kahneman D., Tversky A. *Choices, values and frames*. New York : Russell sage Foundation, 2000.

5. Yatyshchuk A. "Psychological adaptation of the migrants children affected by the Russian-Ukrainian war". *Public health-social, educational and psychological dimensions: conference proceedings IX International research & training conference, Lublin, 19–21 July 2022*. Lublin, 2022. P. 67–68.

МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ВПЛИВУ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОПЕРАЦІЙ РОСІЙСЬКОЇ ФЕДЕРАЦІЇ НА МАСОВУ СВІДОМІСТЬ ГРОМАДЯН УКРАЇНИ

METHODS AND MEANS OF INFLUENCE OF INFORMATION-PSYCHOLOGICAL OPERATIONS BY THE RUSSIAN FEDERATION ON THE MASS CONSCIOUSNESS OF UKRAINIAN CITIZENS

У статті розглядається актуальна тема впливу інформаційно-психологічних операцій Російської Федерації на масову свідомість українців в умовах збройної агресії. Зокрема, обговорюються засоби та методи інформаційної агресії проти України в контексті сучасних технологічних можливостей. Стаття наголошує на важливості захисту інформаційної цілісності держави та громадян в умовах глобалізації та віртуального інформаційного простору. Проаналізовано стратегії інформаційної агресії Російської Федерації проти України, включаючи розповсюдження дезінформації та створення негативних наративів. Висвітлюються зміст актуальних наративів, що використовуються в інформаційно-психологічних операціях, такі як «масова мобілізація», «зневіра українських партнерів», «український контрнаступ», «тотальна корупція» та «прекрасне» життя на окупованих територіях. Стаття розглядає процес розробки інформаційно-психологічних операцій Російської Федерації проти України та вказує на кілька рівнів цього процесу, які варто розглядати як стратегічні та тактичні. Стратегічний етап включає визначення цілей, які можуть бути викладені у формі залучування, невдоволення та організації протестів. Ці стратегії використовуються для впливу на соціальні групи та масову свідомість в цілому. Рівень тактичного алгоритму включає деталізацію та конкретизацію методів та інструментів досягнення базової мети. Це включає в себе підготовку, поширення та збирання контенту, а також визначення цільових груп для спрямування інформаційно-психологічних операцій. Аналізуючи інструменти і методи інформаційно-психологічних операцій, відзначено роль сучасних технологій, зокрема технологій WEB 2.0 та соціальних мереж, у контексті україно-російської війни. Технології WEB 2.0 забезпечують можливість створювати та поширювати контент на різних інтернет-платформах, що робить інформаційну діяльність доступною для мільйонів користувачів, проте ця доступність також несе серйозну загрозу від держави-агресора. Встановлено, що ефективними методами впровадження інформаційно-психологічних операцій, які застосовує країна-агресор є WEB 2.0, астротерфінг, гіпертаргетинг та мікротаргетинг тощо.

Ключові слова: інформаційно-психологічний вплив, інформаційно-психологічна агресія, астротерфінг, гіпертаргетинг, мікротаргетинг.

This article addresses the topical issue of the impact of information-psychological operations by the Russian Federation on the mass consciousness of Ukrainians in the context of armed aggression. Specifically, it discusses the means and methods of information aggression against Ukraine in the context of modern technological possibilities. The article emphasizes the importance of protecting the information integrity of the state and its citizens in the conditions of globalization and the virtual information space.

The strategies of the informational aggression of the Russian Federation against Ukraine, including the dissemination of disinformation and the creation of negative narratives, are analyzed. The content of current narratives used in informational aggression, such as 'mass mobilization', 'disappointment of Ukrainian partners', 'Ukrainian counteroffensive', 'total corruption' and 'beautiful life in the occupied territories, are highlighted.

The article examines the process of developing of information-psychological operations by the Russian Federation for Ukraine and identifies several levels of this process, which should be considered as strategic and tactical. The strategic stage includes the definition of goals, which can be expressed in the form of intimidation, discontent and the organization of protests. These strategies are used to influence social groups and society as a whole. The level of the tactical algorithm includes detailing and specification of methods and tools for achieving the basic goal. This includes the preparation, distribution and collection of content, as well as the definition of target groups for directing informational and psychological operations.

Analyzing the tools and methods of information-psychological operations, the role of modern technologies, in particular WEB 2.0 technologies and social networks, in the context of the Ukrainian-Russian war was noted. WEB 2.0 technologies provide the ability to create and distribute content on various Internet platforms, which makes information activities accessible to millions of users, but this accessibility also poses a threat from an aggressor state.

It has been established that effective methods of implementing information-psychological operations by the aggressor country include astroturfing, hyper-targeting, and micro-targeting.

Key words: information-psychological influence, information-psychological aggression, astroturfing, hyper-targeting, micro-targeting.

УДК 316.64:316.343-054.5(477):[159.937:004-043.2(470+571)](045)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.33>

Радзівіл К.П.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини

Зі зростанням процесу глобалізації засоби впливу на інформаційний простір держав постійно удосконалюється, разом із заходами, спрямованими на порушення цілісності інформаційних меж. Тому, в умовах військово-

вої агресії проти України, велике значення мають завдання забезпечення користування власним інформаційним простором в інтересах держави і її громадян, а також запобігання його використанню проти самої держави.

Створений глобальний інформаційний простір, де відсутні державні кордони, відкриває можливості для різних суб'єктів інформаційних відносин впливати на окремі суспільні групи, суспільства окремих країн або навіть масову свідомість цілих регіонів світу, включаючи інформаційні простори власної держави та союзників [2].

За повідомленням головної розвідки України від 25 серпня 2023 року, у якому у якому міститься інформація про нову хвилю інформаційної війни Російської Федерації (РФ) проти України, нарративи, які обговорювалися на засіданні адміністрації президента РФ, мають на меті мають дискредитувати Україну та вплинути на її партнерів у світі. До такої інформаційно-психологічної дезінформації належать такі нарративи:

– «Масова мобілізація»: начебто мобілізації підлягатимуть всі без винятку українці, незалежно від статі, віку, стану здоров'я; начебто мобілізація стосуватиметься неповнолітніх.

– «Зневіра українських партнерів у можливості перемоги»: уявні «договорняки» про «мир в обмін на територію»; фейкові політичні угоди: зокрема, фабрикування матеріалів про начебто «таємну домовленість» київського міського голови Віталія Кличка з представниками Республіканської партії США щодо підтримки його на майбутніх виборах Президента України.

– «Український контрнаступ не має успіхів»: начебто збільшення кількості поховань українських воїнів на прикладі кладовищ великих міст; начебто відсутність успіхів на фронті при великих втратах, тиражування теми загибелі місцевих захисників у кожному регіоні України; пошук винних в уявних «провалах» заради дискредитації українських воєначальників та чиновників.

– «Тотальна корупція»: начебто держава не бореться з корупцією – «бюджет розкрадається, закупівлі не проводяться»; начебто відсутність покарань для корупціонерів.

– «Прекрасне» життя на окупованих територіях»: начебто високі зарплати, низькі ціни, забезпечення всім необхідним; «розвиток» інфраструктури, відбудова зруйнованого житла; «вільні» вибори в «єдиний день голосування» за законами РФ.

– «Україна відмовляється від окупованих територій» з демонстрацією сфабрикованих документів; українська влада начебто «здає» Куп'янськ [1].

Усі ці віральні нарративи розробляються за єдиною технологією впливу на масову свідомість громадян, яка з 2014 року успішно застосовувалася Кремлем і схоже нині не втрачає своєї актуальності. Незважаючи на те, що підписаний і впроваджений указ президента про єдиний марафон, медійна сфера контролю-

ється, а публічне не визнання війни та оправдування агресора тягне за собою кримінальну відповідальність, в епоху глобалізації – країна-агресор, все ж таки має можливість, хоч і обмежені, впроваджувати на інформаційних теренах інформаційно-психологічні операції.

Метою статті є теоретичний аналіз сутності, засобів та методів проведення інформаційно-психологічних операцій Російської Федерації в умовах широкомасштабної агресії проти України.

Інформаційно-психологічний вплив, зазвичай, це спрямований на вплив на емоційний стан особи, використовуючи некритичне сприйняття нею інформації. Варто уточнити значення понять «інформаційно-психологічна війна» та «інформаційно-психологічна операція» для подальшого розуміння предмету аналізу та упередження плутанини у цій термінології. Отож, провівши ретельний теоретичний аналіз літературних джерел, Ю.М. Твердохліб розглядає інформаційно-психологічні операції як складний набір завчасно спланованих, узгоджених та виконаних дій і заходів для впливу на психологічний стан та поведінку широких верств населення або населення державно-противника з метою досягнення бажаної реакції чи поведінки. Аналіз дослідницею сучасних українських розвідок у галузі інформаційно-психологічних операцій демонструє, що вчені використовують низку понять, таких як «інформаційна зброя», «інформаційна війна», «інформаційно-психологічна війна», «інформаційно-психологічний вплив» та «інформаційно-психологічна операція». Проте при аналізі основних українських наукових праць з цієї теми виявлено, що багато з цих термінів все ще не мають єдиної та чіткої визначеності, навіть при існуванні багатьох досліджень. Більшість дослідників також використовують різні терміни для опису одних і тих же явищ. Згідно з інтерпретацією Ю. Твердохліб «інформаційна війна являє собою цілеспрямовані дії, які використовуються задля досягнення інформаційної переваги шляхом нанесення збитків інформації, інформаційним процесам та системам супротивника при одночасному захисті власної інформації, інформаційних процесів та систем», до яких належить галузь інформаційних технологій та кібербезпеки [7]. Отже, предметом нашої статті є саме інформаційно-психологічні операції як складової, певної ланки більш масштабної інформаційної війни.

Український теоретик Г. Почепцов висловлює думку, що «інформаційно-психологічні операції» є засобами комунікації, які спрямовані на зміну поведінки особи за допомогою модифікації її уявлення про світ, що досягається через вплив на потоки інформації. Згідно з його поглядом, сам термін «інформаційно-психологічні операції» підкреслює викори-

стання методів психологічних наук для досягнення цілей підривної діяльності, основною з яких є зміна психологічних станів противника. Ці операції служать інструментом політичного впливу на опонентів, прихильників, нейтральну аудиторію і загальну масову свідомість. Основною метою таких операцій є отримання переваги над супротивником, досягнення добровільного його підпорядкування та об'єднання й координація дій прихильників [5].

I. Кононов зазначає, оскільки формування масової свідомості є взаємодією двох процесів, один з яких можна визначити як «вплив знизу», а інший – як «вплив зверху», то вона стає все більше ареною для діяльності фахівців, і громадські маси виступають в ролі отримувачів (слухачів, читачів, глядачів), які приймають та сприймають ідеї, сформульовані і представлені професіоналами. Ці «фахово сформульовані і представлені ідеї» можуть бути створені різними групами осіб, включаючи політиків, вчених та письменників, особливо в стабільних періодах. Однак у незвичайних ситуаціях, які можуть загрожувати життю та здоров'ю людей, таких як кризові періоди, політичні, соціальні, етнічні або військові конфлікти, збільшується ризик деструктивного впливу на населення з боку осіб, які намагаються маніпулювати масовою свідомістю з метою досягнення своїх амбіційних цілей [5, с. 85].

Одним із ключових внутрішніх факторів, що впливає на еволюцію загальної свідомості, є її інформаційна складова. У рамках дослідження масової свідомості в контексті семіотичної парадигми, «інформація» розглядається як культурно-ідеологічна структура з психологічним впливом, яка конструє та регулює масову свідомість. У сучасних умовах, де технології, зокрема інформаційно-комунікаційні, швидко розвиваються, інформаційну імплементацію ідей необхідно розглядати як явище, що вже не обмежується сферою культури, а й також належить до медійної області, масових медіа, Інтернету, та соціальних мереж, які використовують власні методи передачі інформації та класичні схеми для трансляції ідеологічних смислів. Одним з головних способів впливу на інформаційну свідомість є переробка смислів, яка полягає у деконструкції та реконструкції знакових систем для опису реальності. Зазвичай це виявляється в підміні термінів, які характеризують навколишні події, наприклад, «мобілізація» може стати «масовою мобілізацією дітей та підлітків», «підтримка партнерів» може перетворитися на «зневіру українських партнерів у можливості перемоги», «успішний, але повільний контрнаступ» може стати «український контрнаступ не має успіхів», окремі випадки корупції можуть перетворитися на «тотальну корупцію», виживання громадян України на окупованих територіях може бути

«прекрасним» життям на окупованих територіях», виступи окремих європейських політиків про відмову від територій в обмін на «мир» – на «Україна відмовляється від окупованих територій» [5, с. 85].

На перший погляд, це виглядає як заміна одного поняття іншим, хоча обидва вони по суті вказують на одні й ті ж події, об'єкти і людей. У цьому контексті ситуація сприймається як неправильне використання слів і образів, які спотворюють реальну картину світу та вводять людей в оману. Ці спотворені слова і образи розглядаються як недостовірна інформація, або «фейки». Щоб правильно розуміти інформаційні маніпуляції, які використовуються для впливу на свідомість людей, потрібно не просто оцінювати їх логічно як істинні або хибні судження, але також розуміти, що створені знакові системи функціонують таким чином, що створюють значення, які дозволяють описувати та характеризувати навколишню реальність як певну цілісну структуру [5, с. 121].

Згідно з О. Курбан, процес розробки інформаційно-психологічних операцій включає кілька рівнів, які можна розглядати як стратегічні та тактичні. Стратегічний етап цього процесу полягає в визначенні цілей, які можуть бути сформульовані такими способами [4]. *Залякування* – це потреба викликати тривогу або страх серед певних соціальних груп або суспільства в цілому щодо певних викликів або загроз. Цей метод використовується тоді, коли необхідно зупинити процеси сталого соціально-економічного або політичного розвитку. У більшості випадків це є ознакою характерної інформаційно-психологічної агресії, яка прихована від громадськості. Інколи ця стратегія може бути спрямована на створення стримуючого впливу або на дезорієнтацію суспільства. *Невдоволення* – це потреба вивести окремі соціальні групи або суспільство в цілому з рівноваги для формування протестних настроїв. У такому випадку намагаються викликати відчуття незадоволення існуючими умовами або розвитком соціально-економічних чи політичних процесів, щоб спонукати громадський протест. *Протести* – це громадські акції, організовані представниками певних соціальних груп або найактивнішою частиною суспільства, спрямовані проти конкретних ситуацій, структур або окремих осіб. Вони можуть бути організованими або самоорганізованими та призводити до зміни, трансформації або повного руйнування певних соціальних інститутів, зміни ситуації, видалення певних осіб з керівництва соціально-економічними або політичними процесами.

На рівні тактики конкретизуються інструменти і методи досягнення головної мети та вирішення завдань інформаційно-психологічних операцій. Сучасна україно-російська війна

використовує різні інструменти, серед яких особливе значення надається технологіям WEB 2.0 та соціальним мережам. Ці інструменти добре вписуються в інформаційно-психологічний формат сучасної війни і стають все більш важливими у цій війні. Аналізуючи методи ведення інформаційно-психологічних операцій, очевидно, що використання Інтернету та соціальних мереж є найактуальнішим засобом в цьому контексті. Це обумовлено їхнім потенціалом для масового комунікування та впливу на масову свідомість.

Сучасні засоби масової комунікації, такі як Facebook, Twitter, TikTok та Instagram, відіграють ключову роль у формуванні масової свідомості та глобалізаційних процесах. Вони стали платформами для спільнот, обміну інформацією та впливу на масову свідомість. Технології WEB 2.0, які дозволяють створювати та поширювати контент на різних інтернет-платформах, перетворили інформаційну діяльність у доступний інструмент для мільйонів користувачів. Однак ця доступність також призвела до зростання загрози від держави-агресора, включаючи діяльність його урядових структур. Усе це вказує на важливість аналізу та контролю за інформаційним простором, а також на необхідність розвитку методів виявлення та протидії інформаційно-психологічній агресії через мережу Інтернет [8].

Наразі, у контексті конфлікту з РФ, астротерфінг лишається одним із можливих методів інформаційної війни, яким користується Кремль. Українська дослідниця О. Свідерська вивчає це явище і описує його як технологію, яка спрямована на штучне формування масової свідомості. Вона стверджує, що астротерфінг полягає в розміщенні великої кількості спеціально створених публікацій, які намагаються видавати себе за об'єктивні відгуки приватних осіб. Цей метод також включає в себе використання сучасного програмного забезпечення для штучного формування суспільної думки та заміщення реальних людей на веб-форумах [6].

У процесі астротерфінгу беруть участь одна або кілька фіктивних організацій, які часто є некомерційними. Вони виглядають як захисники громадських інтересів, але фактично діють під керівництвом Кремля. Для виконання своєї місії вони використовують «маріонеток» або «кібертролів» – активних учасників онлайн-спільноти, які спровоковують конфлікти шляхом грубих висловлювань, образ інших користувачів, підштовхують до насилля і створюють негативні емоції та настрої. Вони також сприяють взаємним обвинуваченням і відволікають увагу від основної теми обговорення, створюючи враження безвихідності. Залежно від того, чи є їхня діяльність спланованою, можна відрізнити між професійними

і спонтанними троями. Помічено також використання інтернет-ботів, програм, які автоматично виконують вищезгадані дії на основі штучного інтелекту [9]. Діяльність таких тролів у інформаційному просторі можна розпізнати зокрема за некоректним перекладом з російської мови на українську, деякі з них ми знаємо як усім відомі «меми»: «бавовна на кримському мосту» або «немає сечі терпіти ці пекельні борошна» тощо. Відповідно, піддатися впливу астротерфінгу на російськомовному форумі значно простіше, ніж на україномовному, хоча і тут деякі російські наративи все одно спрацьовують.

Суть успішної стратегії астротерфінгу полягає в тому, щоб ідеї та теми, що генеруються через цей метод, були максимально розповсюджені та підтримані більшістю реальних осіб. У загальному плані астротерфінг використовується до тих пір, доки певний наратив не стає вірусним, тобто не починає розповсюджуватися серед користувачів незалежно, коли вони самостійно починають його підтримувати через особистий інтерес, емоції, або суспільну актуальність повідомлення. У політичних цілях найчастіше досягається вірусність наративу через виклик страху. Наприклад, масове поширення повідомлень та репостів, пов'язаних з війною і ракетними обстрілами. Страх захоплює людину і утруднює їй сприйняття інших емоцій, оскільки увага сильно фокусується на цьому страховому об'єкті [6].

До потужних методів, які чинять психологічний вплив на масову свідомість, відносяться такі, як гіпертаргетинг і мікротаргетинг. Гіпертаргетинг: цей метод передбачає точне спрямування інформаційного впливу на конкретні групи аудиторії. Гіпертаргетинг використовує ретельну сегментацію аудиторії за різними критеріями, такими як вік, географічне розташування, інтереси, соціальний статус тощо. Після чого створюються індивідуалізовані повідомлення або контент, які точно відповідають інтересам та потребам цих груп. Це дозволяє зробити вплив більш ефективним, оскільки повідомлення стає більш релевантним для кожного отримувача.

Мікротаргетинг є ще більш деталізованим методом впливу, де інформація адаптується для кожного окремого користувача. Тут враховуються особисті характеристики, попередні інтеракції та інші параметри, що дозволяють створювати індивідуальні повідомлення. Мікротаргетинг застосовується з метою максимально точного впливу на конкретну особу, зокрема в контексті політичної або рекламної кампанії.

Обидва ці методи, гіпертаргетинг і мікротаргетинг, покликані збільшити ефективність інформаційно-психологічних операцій, роблячи їх менш помітними та більш

відповідними індивідуальним потребам отримувачів. Це дозволяє досягти більшої впевненості в тому, що повідомлення буде сприйняте цільовою аудиторією, та зменшити ймовірність виявлення астротерфінгу.

Сучасна агресія проти України перетворилася на важливу битву за контроль над інформацією та громадською думкою. Використання різних методів маніпуляції і впливу на масову свідомість є суттєвим фактором у веденні цієї війни. Такі методи, як астротерфінг, гіпертаргетинг, мікротаргетинг та інші технології, що використовуються для формування громадської думки та маніпуляції емоціями громадян, дозволяють створювати вірусні наративи та розповсюджувати їх серед громадськості. Нині Україна стикається зі складним завданням захисту своєї інформаційної простору та формування власного наративу. Розуміння методів та інструментів, які використовують противники, є важливим кроком у боротьбі з інформаційно-психологічними операціями, які стали не менш важливими, ніж війна на полі бою, і належить до сфери першочергової уваги влади та громадян України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Державний сайт: Головне управління розвідки Міністерства оборони України. URL: <https://gur.gov.ua/content/u-kreml-i-zatverdyly-tematyku-novoho-etapu-informatsiinoi-viinyi-proti-ukrainy.html>.
2. Колах В.К. Загрози та виклики національним інтересам України в інформаційній сфері в умовах глобалізації. *Стратегічні пріоритети*. 2014. № 2(31). С. 73–78.
3. Кононов І.Ф. Масова свідомість у зоні воєнного конфлікту на Донбасі : монографія. Вінниця : ТОВ «ТВОРИ», 2018. 230 с.
4. Курбан О.В. Стратегія та тактика сучасної інформаційної активності у соціальних мережах. *Вісник книжкової палати*. 2014. № 9. С. 42–45.
5. Почепцов Г. Сучасні інформаційні війни. Київ, 2015. 497 с.
6. Свідерська О.І., Чорній О.В. Астротерфінг як інструмент психологічного впливу на масову свідомість. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна*, серія «Питання політології», вип. 39, 2021. С. 71–79.
7. Твердохліб Ю.М. Теоретичні підходи до дослідження інформаційно-психологічних операцій. *Епістемологічні дослідження в філософії, соціальних і політичних науках*. 2(2). 2019. С. 122–131.
8. Шерешкова І.І. Потенціал соціальних комунікацій для здійснення інформаційно-психологічних операцій. Збірник тез доповідей підготовлено за матеріалами *Міжнародної наукової інтернет-конференції* (випуск 74) 6–7 лютого 2023 р. С. 79–84.
9. Mahbub S., Pardede E., Kayes A. S. M., Rahayu W. Controlling astroturfing on the internet: A survey on detection techniques and research challenges, *International Journal of Web and Grid Services*. 2019. 15(2):139–158.

КОГЕРЕНТНІСТЬ ПЕРЕЖИТОГО НЕГАТИВНОГО СІМЕЙНОГО ДОСВІДУ
В ДИТИНСТВІ ТА НАВ'ЯЗЛИВИХ СТАНІВ У РАННІЙ ДОРОСЛОСТІ
COHERENCE OF NEGATIVE FAMILY EXPERIENCES IN CHILDHOOD
AND OBSESSIVE STATES IN EARLY ADULTHOOD

Стаття присвячена дослідженню когерентності пережитого негативного сімейного досвіду в дитинстві та нав'язливих станів у ранній дорослості. Розглядаються теоретичні розвідки в розрізі вивчення феноменів obsесій та компульсій, визначено основні діагностичні критерії їх прояву. Зазначено, що obsесії та компульсії являють собою повторювальні думки, образи, поведінку, що викликають занепокоєння та виникають як реакція на ситуацію, що є стресовою, неприємною, і людина намагається знизити негативний вплив цієї ситуації за їхній рахунок. Аналіз дотичних до теми досліджень дозволив встановити, що пережитий негативний дитячий досвід щодо взаємодії у системі «батьки–діти» може бути чинником розвитку появи нав'язливих думок, образів та поведінки. Визначено основні форми негативного дитячого досвіду, його наслідки, що вказує на наявний взаємозв'язок між типом дитячо-батьківської взаємодії та появою нав'язливих станів у період дорослості. Визначено, що когерентність являє собою узгодженість певних особливостей у поведінці, значущі взаємозв'язки між окремими психологічними сутностями, бути логічно інтегрованим, послідовним і зрозумілим. Проведений теоретичний аналіз літератури дозволив визначити перелік діагностичного інструментарію для проведення психодіагностичного дослідження визначених метою цієї роботи феноменів. Використання надійного та валідного інструментарію дозволило встановити, що для більшості респондентів характерним є прояв нав'язливих думок, румінацій, мимовільно виникаючих образів та певних поведінкових або ментальних ритуалів у відповідь на obsесії у разі збереження критичного до них ставлення і спроб подолати їх. При цьому визначено, що ці респонденти в дитинстві переживали жорстоке поводження або нехтування з боку батьків, були свідками насильства у сім'ї, частих конфліктів, проявів залежної поведінки членів сім'ї, відчували емоційну холодність тощо. Зазначено, що перспективою подальших досліджень може стати більш ґрунтовне дослідження причини виникнення феноменів нав'язливих станів, а також знаходження ефективних шляхів превенції щодо їх прояву.

Ключові слова: нав'язливі стани, obsесії, компульсії, когерентність, рання дорослість, негативний дитячий досвід.

The article is devoted to the study of the coherence of negative family experiences in childhood and obsessive states in early adulthood. Theoretical researches in the context of studying the phenomena of obsessions and compulsions are considered, the main diagnostic criteria for their manifestation are determined. It is noted that obsessions and compulsions are repetitive thoughts, images, behaviours that cause anxiety and arise as a reaction to a situation that is stressful, unpleasant and a person tries to reduce the negative impact of this situation at their expense. The analysis of related studies has revealed that negative childhood experiences in the interaction in the parent-child system can be a factor in the development of obsessive thoughts, images, and behaviour. The main forms of negative childhood experiences and their consequences are identified, which indicates the existing relationship between the type of child-parent interaction and the emergence of obsessive states in adulthood. It is determined that coherence is the alignment of certain features in behaviour, significant relationships between individual psychological entities, being logically integrated, consistent and understandable. The theoretical analysis of the literature made it possible to determine the list of diagnostic tools for conducting a psychodiagnostic study of the phenomena defined by the purpose of this work. The use of reliable and valid tools allowed us to establish that most respondents are characterized by the manifestation of obsessive thoughts, rumination, spontaneously arising images and certain behavioural or mental rituals in response to obsessions, while maintaining a critical attitude towards them and attempts to overcome them. It is determined that these respondents experienced childhood abuse or neglect by their parents, witnessed domestic violence, frequent conflicts, manifestations of addictive behaviour of family members, felt emotional coldness, etc. It is noted that the prospect of further research may be a more thorough study of the causes of the phenomena of obsessive states, as well as finding effective ways to prevent their manifestation.

Key words: obsessive states, obsessions, compulsions, coherence, early adulthood, negative childhood experience.

УДК 316.6:159.922.6/7
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.34>

Літвінова О.В.

к.психол.н., доцент,
завідувачка кафедри психології,
педагогіки та філософії
Кременчуцький національний
університет імені Михайла
Остроградського

Клюшніченко О.Д.

здобувачка другого (магістерського)
рівня за спеціальністю 053
«Психологія»
Кременчуцький національний
університет імені Михайла
Остроградського

У сучасному суспільстві все більше уваги привертає дослідження взаємозв'язку між негативним сімейним досвідом дитинства та

його тривалим впливом на психологічне благополуччя людини. Одним із важливих аспектів цього зв'язку, який потребує подальшого

дослідження, є прояв нав'язливих станів у ранньому дорослому віці, які поєднуються з тривогою, депресією, поведінковими проявами (повторюваніми, тривалими спонуканнями або ритуалами). Поява цих симптомів у ранньому дорослому віці може суттєво впливати на особисте та професійне життя людини, що актуалізує проблему вивчення основних факторів, які сприяють їхньому розвитку.

Поширеність таких проявів неухильно зростає протягом останніх років, що може бути пояснено як ситуацією хронічного стресу в умовах війни, так і особливостями раннього дитячого досвіду взаємодії у сім'ї. Розуміння передумов виникнення нав'язливої поведінки є головним для розробки стратегій раннього втручання. Проблема впливу негативного сімейного досвіду в дитинстві на психічне здоров'я дорослих також набуває актуальності особливо з огляду на мінливу динаміку сімейних структур і суспільних норм. Вивчаючи зв'язок між раннім сімейним негативним досвідом і проявом нав'язливих станів, можна більш детально з'ясувати потенційні довгострокові наслідки несприятливого дитячого досвіду та зробити кроки щодо покращення психічного здоров'я особистості.

Мета статті – дослідити когерентність між негативним сімейним досвідом у дитинстві та виникненням нав'язливих станів у ранньому дорослому віці шляхом проведення всебічного огляду наявної літератури та представлення оригінальних результатів дослідження.

Перший клінічний опис обсесії та компульсії зробив у 1614 р. Ф. Платер. Спроба точніше окреслити розглянуті явища була зроблена Б. Морелем у 1866 р., який описав нав'язливі стани під назвою «*delire emotif*», відносячи їх до неврозів. Поступово почали з'являтися описи численних різновидів обсесії та компульсії, що характеризувалися різними термінами: «*idees fixes*» (нерухомі, закріплені ідеї), «*obsessions*» (одержимість), «*impulsions consciences*» (усвідомлювані потяги), «*idees imperatives*» (наказові ідеї) та ін. [12].

У 1877 р. В. Грізінгер та К. Вестфаль приписували прояв нав'язливих думок та дій до неврозу нав'язливих станів. Вони вважали, що в їх основі лежить розлад мислення, але він не впливає на інші аспекти поведінки. Розвиток і перебіг подібних станів іноді супроводжується сильним хвилюванням, особливо в разі безуспішних старань позбутися нав'язливих запитань та сумнівів; інколи ці безперервні думки доводять до знемоги, червоніння, сильного потовиділення. Нерідко такі стани повторюються нападами – пароксизмами, після закінчення яких людина на деякий час звільняється від нав'язливих думок.

Т. Ціген у 1897 р. відзначав, що на пізніших стадіях нав'язливих станів виявляється зни-

ження інтересів, відгородженість від людей, порушення сімейних стосунків, а також уникнення ситуацій, через що є ризик появи фобій.

У середині ХХ ст. для пояснення етіології обсесивно-компульсивних станів стала використовуватися теоретична база біхевіоризму та теорія научіння. Ця концепція роздвинулася появу страху та тривоги дією умовних стимулів: нейтральні стимули поєднуються у свідомості з безумовним стимулом, починаючи самостійно викликати тривогу. У 1939 р. О. Моурер запропонував двоступеневу модель появи страху у разі обсесії та компульсивної поведінки: поява страху пов'язана з класичним зумовленням, а його постійне відтворення – з оперантним зумовленням (негативним підкріпленням) [11]. Теорія оперантного зумовлення постулює, що вироблена нова компульсивна поведінка (ритуали) постійно підтримується завдяки тому, що тимчасово зменшує дистрес, який виникає від нав'язливих думок. Полегшення, що настає слідом за виконанням ритуалу (або іншої нейтралізуючої поведінки), стає підкріплювальним стимулом, тобто реалізація ритуальної поведінки (наприклад, миття рук) тимчасово полегшує стан тривоги, і тому постійно поновлюється у разі зіткнення з умовними подразниками в реальності або в уяві.

Всі люди відчувають небажані повторювані думки, але лише у деяких з них розвиваються обсесії. С. Рахман стверджував, що ця невелика група є вразливою через свої попередні переконання та когнітивні викривлення у зв'язку з певним несприятливим досвідом [13].

За Дж. Абрамовіцем, обсесивно-компульсивні стани зазвичай виникають у підлітковому або ранньому дорослому віці, характеризуються виникненням або нав'язливих ідей, або нав'язливих ритуалів, або, найчастіше, і того, й іншого. Обсесії мають чотири основні ознаки: 1) повторювані та стійкі думки, імпульси або образи, які сприймаються як нав'язливі та викликають сильне занепокоєння; 2) це не просто надмірне занепокоєння з приводу реальних життєвих проблем; 3) людина, яка страждає на обсесії, намагається ігнорувати, пригнічувати або нейтралізувати їх за допомогою інших думок чи дій; 4) людина усвідомлює, що такі думки – це вигадка власного розуму.

Компульсії – це повторювана поведінка (наприклад, повторюване миття рук, накази або перевірки) або розумові дії (наприклад, повторювана молитва, підрахунок або мислення хороших думок, щоб скасувати або замінити погані думки), які людина відчуває, що змушена робити у відповідь на нав'язливу ідею. Примуси спрямовані на запобігання якось жажливої події або зменшення дистресу,

однак вони є надмірними або не мають реального зв'язку з тим, що вони покликані запобігти [4].

О. Бобров та О. Гомозова розглядали обсесивно-компульсивні прояви як групу синдромів, і етіологічно феномен було пояснено низкою емоційних, когнітивних та особистісних розладів, які характеризуються як «німі» психопатологічні прояви [2].

Основні діагностичні критерії обсесій та компульсій визначаються за DSM-5: обсесивні думки являють собою стійкі думки, потяги чи образи, які особа переживає у певний період під час порушення як нав'язливі та небажані та які у більшості осіб викликають помітну тривогу чи дистрес. Особа намагається ігнорувати або придушувати такі думки, потяги чи образи або нейтралізувати їх якоюсь іншою думкою чи дією (а саме виконуючи компульсію).

Компульсивні дії або ритуали являють собою повторювану поведінку або розумові дії, які особа змушена виконувати у відповідь на обсесію або згідно з правилами, яких необхідно неухильно дотримуватися. Поведінка або розумові дії покликані запобігти тривозі чи дистресу або редукувати їх, або ж запобігти якійсь жажливій події чи ситуації; однак така поведінка чи розумові дії не пов'язані реалістично з тим, що вони призначені нейтралізувати чи чомусь запобігти, або є виразно надмірними [1].

Р. Шавітт до проявів обсесій додавала помилкові установки та судження: схильність перебільшувати почуття власної відповідальності за майбутні події та наслідки невдач; перфекціонізм; низьку толерантність до невизначеності; переоцінку важливості думок; переконання у можливості та необхідності постійно контролювати мислення [6].

До поширених типів нав'язливих думок належать: занепокоєння щодо сексуальної орієнтації, страх перед мікробами або забрудненням, побоювання захворіти або померти, страх зробити щось насильницьке, побоювання, що може статися щось погане, тривожні сексуальні думки, позиви або образи, думки релігійного характеру. До поширених компульсій належать: надмірне миття або прибирання, постійне приведення речей у певний порядок, нав'язливий підрахунок, постійна перевірка (наприклад, чи замкнені двері або вимкнена плита), робити щось знову і знову, поки не стане «як треба», постійно шукати заспокоєння від інших, надмірна молитва [10].

Загальнонауковий рівень аналізу нав'язливих станів характеризує дуальність сприйняття обсесій та компульсій, які в різних контекстах трактуються як норма або патологія. З цього погляду симптоматика у деяких випадках є лише проявом втоми, стресів середньої тяжкості, дитячих травм. З іншого боку, виникає

питання, які чинники переформатовують адекватні відповіді ЦНС у патологічні зрушення, які охоплюють увесь організм [2].

Виділяють декілька основних чинників прояву обсесивно-компульсивних станів. У досліджуваних з подібними симптомами частіше трапляються члени сім'ї, які проявляють таку ж поведінку [7]. Близнюкові дослідження дорослих свідчать про те, що обсесивно-компульсивні симптоми є помірно спадковими, з генетичними факторами, що становлять 27–47% дисперсії в балах. Решта 53–73% дисперсії пояснюється факторами навколишнього середовища [14].

Сімейні фактори є основним негенетичним фактором. Рання взаємодія батьків з дитиною може призвести до психотравмуючих ситуацій та суттєво вплинути на схильність до нав'язливих станів та поведінки. До них належить наявність подібної поведінки у батьків, втрата батьків, неблагополучна сімейна обстановка, стресові й травмуючі ситуації у житті дитини, негативний вплив мікро- та макросоціуму, суворий стиль виховання та надмірний контроль, сімейна дисфункція, завищені, нездійсненні вимоги та правила до дитини [7].

Особливу увагу в цих факторах приділяють негативному дитячому досвіду, пов'язаному із сімейною системою. Несприятливий дитячий досвід (далі – НДД) – це травматичні події, які трапляються від народження до 17 років. Цей негативний досвід впливає на мозок і здоров'я дитини, коли вона стає дорослою. Подія або переживання, які викликають тривалий (хронічний) стрес або екстремальний стрес (токсичний стрес), є травматичною подією. Різні типи травматичних подій, які відносять до негативного дитячого досвіду, включають у себе: знущання над дитиною, втрату члена сім'ї, розлучення батьків або тривалі конфліктні ситуації, наявність в одного з батьків психічного розладу, насильство (фізичне, сексуальне та/або емоційне), нехтування (фізичне та емоційне), наявність члена родини, який перебуває у в'язниці, наявність у сім'ї значущих дорослих, які мають проблеми із вживанням алкоголю або наркотиків тощо. Несприятливий досвід дитинства є поширеним явищем. Дослідження, проведене серед дорослих у США, показало, що від 60% до 80% мали, принаймні, один тип несприятливого досвіду в дитинстві. З тієї ж тестової групи один з шести сказав, що у віці від 1 до 17 років пережив чотири або більше несприятливих подій у дитинстві [5]. Негативний дитячий досвід пов'язаний з важкими клінічними симптомами – ознаками психозу, підвищеним рівнем суїцидальності, вживанням психоактивних речовин, перцептивними порушеннями сприйняття та афективними симптомами, зниженням нервово-психічної

працездатності, хронічним безсонням, obsесивними та компульсивними порушеннями [3; 11; 16].

НДД може не лише спричиняти виникнення obsесивно-компульсивного розладу або нав'язливих станів, але й впливати на збільшення інтенсивності та частоту виникнення obsесій чи компульсій, а також зміни в змісті нав'язливостей. Зокрема, на розвиток цих проявів впливає пережите емоційне насильство та нехтування в дитинстві [8; 15]. Результати китайських дослідників також свідчать про зв'язок негативного дитячого досвіду, зокрема емоційного нехтування, з п'ятьма психічними розладами: зловживанням психоактивними речовинами, шизофренією, депресією, біполярним розладом та obsесивно-компульсивним розладом [17].

Проведений теоретичний аналіз зазначеної проблеми дозволив визначити методики для з'ясування когерентності пережитого негативного сімейного досвіду в дитинстві та нав'язливих станів у ранній дорослості: «Yale Brown Obsessive-Compulsive Scale», «Obsessive-Compulsive Inventory (OCI)», «Adverse Childhood Experience Questionnaire for Adults», «Child Trauma Questionnaire (CTQ)». Емпіричне дослідження проводилось онлайн шляхом анкетування за згодою респондентів за допомогою Google Form; загалом 30 досліджуваних віком від 20 до 31 року. Усі респонденти володіють англійською мовою, тому питання методик були надані в оригінальній версії. Також жоден з респондентів не має психічного діагнозу, зокрема діагнозу «obsесивно-компульсивний розлад».

За методикою «Yale Brown Obsessive-Compulsive Scale» було встановлено, що у 17% досліджуваних obsесивно-фобічні прояви не спостерігаються; 27% респондентів проявляють obsесивні та компульсивні порушення на слабкому рівні, а для 43% респондентів показники перебувають на середньому рівні; 13% респондентів показали наявність високого рівня таких проявів. Отже, було встановлено, що 83% опитуваних на різних рівнях вираженості стикаються з проявами та порушеннями obsесивності й компульсивності у формі нав'язливих думок, румінацій, мимовільно виникаючих образів та певних поведінкових або ментальних ритуалів у відповідь на obsесії у разі збереження критичного до них ставлення і спроб подолати їх. Такі прояви можуть бути як наслідками стресових травматичних подій у житті людини, так і симптомами погіршення психічного здоров'я.

За результатами тесту «Obsessive-Compulsive Inventory (OCI)» було встановлено, що у 57% респондентів прояв obsесивно-компульсивних розладів перебуває на низькому рівні або не яскраво виражений; 43% мають

високий рівень прояву, що вказує на ймовірну наявність obsесивно-компульсивного розладу, але не є діагностичним показником задля встановлення діагнозу. У респондентів, які отримали високі показники, проявлені були підшкали «Перевірка», «Сумніви», «Obsесії» та «Психічна нейтралізація».

Отримані результати за методикою «Adverse Childhood Experience Questionnaire for Adults» засвідчують, що негативний дитячий досвід не був характерним для 57% респондентів; у 43% спостерігається значний негативний дитячий досвід, який суттєво вплинув на їхнє психологічне здоров'я. Серед респондентів були відзначені такі його прояви, як: переживання жорстокого поведіння або нехтування, свідок насильства у сім'ї, прояв залежної поведінки членів сім'ї, проблеми з психічним здоров'ям, нестабільність через розлучення батьків, емоційне та фізичне насильство.

Результати за методикою «Child Trauma Questionnaire (CTQ)» розподілилися таким чином: на відсутність емоційного насильства в дитинстві вказали 33% респондентів, низький рівень характерний для 23%. Високий рівень мають 44% досліджуваних, що говорить про те, що у період до 18 років вони стикалися з образами, приниженнями чи лайкою на свою адресу з боку батьків або інших дорослих у родині. Фізичне насильство не спостерігалось у 47% респондентів, а на низькому рівні було присутнє у 17%. На середньому рівні фізичне насильство виявлялося у 13% досліджуваних, а на високому – у 23%. Результати свідчать, що більшість опитуваних так чи інакше стикалася з цим проявом аб'юзу в дитинстві, що включає у себе будь-яку навмисну дію батьків або членів родини, що спричиняє шкоду або травму дитині шляхом нанесення тілесних ушкоджень. Із сексуальним насильством не стикалися 70% респондентів. 30% респондентів зазнали такої форми аб'юзу. Ці досліджувані зазнали такої форми насильства, за якої дорослий або старший член родини використовує дитину для сексуальної стимуляції або задоволення. Емоційна занедбаність була відсутня у 40% респондентів, 37% опитуваних стикнулися з цим на низькому рівні, 3% – на середньому, у 20% респондентів прояв емоційної занедбаності у сім'ї спостерігається на високому рівні. Емоційна занедбаність свідчить про незадоволення потреби дитини в любові, прийнятті, уважності до емоційного стану. Фізична занедбаність не була проявлена у сім'ях 57% респондентів, у 23% опитуваних це було на низькому рівні, у 3% – на середньому та у 17% – на високому рівні. Фізична занедбаність – стан, коли батьки або піклувальники не надають дитині базового догляду, необхідного для її виживання та розвитку. Це включає задоволення основних

фізичних потреб, таких як їжа, одяг, житло та доступ до медичної та стоматологічної допомоги. Незадоволення базових потреб може становити загрозу здоров'ю та безпеці дитини і відображається на подальшому психічному та фізичному здоров'ю людини.

Результати дослідження демонструють, що ті респонденти, які відзначали наявність пережитого негативного дитячого досвіду (емоційне, фізичне, сексуальне насильство та емоційну та фізичну занедбаність), мали високий прояв нав'язливих станів. Опитувані відзначали сильний вплив травматичних дитячих подій на їхнє здоров'я. Ці респонденти отримали високі показники обсессивно-компульсивних проявів, особливо проявляються обсеції та сумніви стосовно власних цінностей, дій, думок, поведінки, що викликає певну напругу, тривогу і стрес, у відповідь на які респонденти вдаються до перевірок та ментальних ритуалів, покликаних «нейтралізувати» нав'язливі думки. В ході дослідження також було виявлено, що найбільш часто трапляються як у минулому, так у теперішньому агресивні, сексуальні, різноманітні обсеції по типу ментальних образів, звуків, потреби пам'ятати особливі речі тощо. Серед компульсій у минулому і теперішньому найбільше балів отримали компульсії перевірки та різноманітні компульсії, такі як потреба у ментальних ритуалах, торкання конкретних речей, нав'язлива потреба говорити та зізнаватися у чомусь, ритуалізована харчова поведінка тощо.

Отже, результати дослідження показали, що є переконливий зв'язок між негативним дитячим досвідом і виникненням нав'язливих станів у ранньому дорослому віці. Це підкреслює необхідність розпізнавання, подолання та запобігання несприятливому дитячому досвіду та важливість втручань, які враховують наслідки, в тому числі й обсессивно-фобічні порушення, з якими стикаються люди, що пережили несприятливі події в дитинстві. Перспективними напрямками подальших досліджень є поглиблене з'ясування інших причин виникнення нав'язливих станів у ранній дорослості, знаходження кореляційних зв'язків між даними діагностичного обстеження, а також знаходження ефективних шляхів превенції щодо прояву таких станів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Довідник діагностичних критеріїв DSM-5 від Американської психіатричної асоціації / пер. з англ. О. Лисак, М. Прокопович; за наук. ред. В. Горбунової, Л. Засекоїної, О. Плевачук. Львів : Галицька Видавнича Спілка, 2023. С. 157–159.
2. Лямець А.М. Класифікації обсессивно-компульсивного розладу у XXI ст. *Психологічний часопис*, 2019. № 1 (21). С. 215–232.

3. Aas M., Andreassen O., Aminoff S. A history of childhood trauma is associated with slower improvement rates: findings from a one-year follow-up study of patients with a first-episode psychosis. *BMC Psychiatry*, 2016. No. 16. P. 1–8.

4. Abramowitz J., Khandker M., Nelson C., Deacon B., Rygwall R. The role of cognitive factors in the pathogenesis of obsessions and compulsions: a prospective study. *Behav Res Ther*, 2006. No. 44. P. 1361–1374.

5. ACEs Aware. Adverse Childhood Experiences (ACEs). URL: <https://www.acesaware.org/ace-fundamentals/> (дата звернення: 04.04.2023).

6. Clark D. *Intrusive Thoughts in Clinical Disorders: Theory, Research, and Treatment*. New York and London : Guilford Press, 2005. 255 p.

7. Hanna G., Himle J., Curtis G., et al. A family study of obsessive-compulsive disorder with pediatric probands. *Am J Med Genet B Neuropsychiatr Gen*, 2005. No. 134 (1). P. 13–19.

8. Hettema J., Neale M., Kendler K. A review and meta-analysis of the genetic epidemiology of anxiety disorders. *Am J Psychiatry*, 2001. No. 158. P. 1568–1578.

9. Huh H., Kim K., Lee H. The relationship between childhood trauma and the severity of adulthood depression and anxiety symptoms in a clinical sample: the mediating role of cognitive emotion regulation strategies. *J Affect Disord*, 2017. No. 213. P. 44–50.

10. Huppert, J., Moser, J., Gershuny, B., Riggs, D., Spokas M., Filip J., Foa E. The relationship between obsessive-compulsive and posttraumatic stress symptoms in clinical and non-clinical samples. *The Journal of Anxiety Disorders*, 2005. No. 19. P. 127–136.

11. Laskemoen J., Aas M., Vaskinn A. Sleep disturbance mediates the link between childhood trauma and clinical outcome in severe mental disorders. *Psychol Med*, 2021. No. 51. P. 1–10.

12. Mowrer O. A stimulus-response theory of anxiety. *Psychol. Rev*, 1939. No. 46. P. 553–566.

13. Rachman S. A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 1998. Vol. 36, I. 4. P. 385–401.

14. Rosario-Campos M., Leckman J., Curi M., et al. A family study of early-onset obsessive-compulsive disorder. *Am J Med Genet B Neuropsychiatr Genet*, 2005. No. 136. P. 92–97.

15. Semiz U., Inanc L., Bezgin C. Are trauma and dissociation related to treatment resistance in patients with obsessive-compulsive disorder? *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 2014. No. 49. P. 1287–1296.

16. Tomassi S., Tosato S., Mondelli V. Influence of childhood trauma on diagnosis and substance use in first-episode psychosis. *Br J Psychiatry*? 2017. No. 211. P. 151–156.

17. Wenjie G., Qing Z., Chengmei Y., Zhenghui Y., Min Z., Zhen W. Impact of adverse childhood experiences on the symptom severity of different mental disorders: cross-diagnostic study. *General Psychiatry*, 2022. No. 35 (2). P. 1–10.

ПРОБЛЕМА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

THE PROBLEM OF MENTAL HEALTH IN UKRAINE: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS

Стаття присвячена дослідженню проблеми психічного здоров'я в Україні в наш час. Значна увага приділяється психологічному аналізу впливу війни на ментальне здоров'я населення. Розглядається вплив стану ментального здоров'я на поведінку особистості. Конструктивна поведінка особистості та вибір нею конструктивних копінг-стратегій значною мірою залежить від стану психічного здоров'я. Ментальне здоров'я нації є потенціалом розвитку держави, адже від психічного здоров'я залежать не тільки особливості життя конкретної людини, але й можливість та ефективність виконання нею соціальних ролей та функцій, її внесок у розвиток суспільства в цілому. Розкривається поняття психічного здоров'я, його компоненти та критерії. Війна в Україні розглядається як дистрес, що негативно впливає на особистість та її функціонування, психіку та ментальне здоров'я особистості. Перераховані основні причини дистресу під час війни. Війна в Україні розглядається також і як колективна травма, психотравма для окремої особистості за своїми наслідками, і може призводити до серцево-судинних проблем, загострення хронічних соматичних хвороб будь-якого патогенезу, підвищувати чутливість та вразливість до інфекційних захворювань, проявлятися у різних функціональних та психосоматичних розладах. Окреслені основні напрямки допомоги населенню в умовах війни, що впливають на ментальне здоров'я, такі як: психоосвіта, соціальні проекти та програми на рівні держави, психологічне консультування, психологічна допомога, психосоціальна допомога, психотерапевтична та медикаментозна допомога. Визначені шляхи самопомоги, що впливають на ментальне здоров'я особистості, такі як: дотримання розпорядку дня, достатній сон, повноцінне харчування, регулярна фізична активність, самоконтроль та саморегуляція, отримання нових корисних психологічних знань, психологічна допомога тощо. Підкреслюється, що від ментального здоров'я залежать адаптаційні можливості пристосування до соціальних змін, обставин, здатність людини до конструктивної поведінки та набуття нового досвіду, виконання нею соціальних функцій та ролей, реалізація, професійний розвиток та вдосконалення тощо.

Ключові слова: ментальне здоров'я, психічне здоров'я, дистрес, психічні розлади, психотравма.

The article is devoted to the study of the problem of mental health in Ukraine today. Considerable attention is paid to the psychological analysis of the impact of war on the mental health of the population. The influence of the state of mental health on the behavior of the individual is considered. The constructive behavior of an individual and his choice of constructive coping strategies largely depends on the state of mental health. The mental health of the nation is the potential of the state's development, because mental health depends not only on the specifics of a specific person's life, but also on the ability and effectiveness of his social roles and functions, his contribution to the development of society as a whole. The concept of mental health, its components and criteria is revealed. The war in Ukraine is considered as a distress that negatively affects the personality and its functioning, psyche and mental health of the individual. The main causes of distress during the war are listed. War in Ukraine is also considered as a collective trauma, psycho-trauma for an individual in its consequences, and can lead to cardiovascular problems, exacerbation of chronic somatic diseases of any pathogenesis, increase sensitivity and vulnerability to infectious diseases, manifest in various functional and psychosomatic disorders. The main areas of assistance to the population in war conditions that affect mental health are outlined, such as: psychoeducation, social projects and programs at the state level, psychological counseling, psychological assistance, psychosocial assistance, psychotherapeutic and medical assistance. Identified ways of self-help that affect the mental health of an individual are: following a daily routine, adequate sleep, adequate nutrition, regular physical activity, self-control and self-regulation, obtaining new useful psychological knowledge, psychological help, etc. It is emphasized that mental health depends on the adaptive capabilities of adaptation to social changes and circumstances, a person's ability to engage in constructive behavior and gain new experience, his performance of social functions and roles, realization, professional development and improvement, etc.

Key words: mental health, mental health, distress, mental disorders, psychotrauma.

УДК 159.942.5

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.35>

Ткачишина О.Р.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
особистості та соціальних практик
Київський університет імені Бориса
Грінченка

Постановка проблеми. Проблема ментального здоров'я у сучасному світі, і в Україні зокрема, останнім часом набуває все більшої актуальності. Це пов'язано насамперед з особливостями сучасного світу такими, як мінливість, непередбачуваність, важкопрогнозованість та впливом інших негативних чинників (пандемія COVID-19, стихійні лиха, війни та військові конфлікти тощо). В Україні проблема ментального здоров'я набуває осо-

бливої актуальності у зв'язку з повномасштабною війною. Війна стає випробуванням, як для психіки кожної окремої людини, так і держави в цілому. Негативний вплив війни та її наслідки не можуть не відбиватися на ментальному здоров'ї населення. Так, гострий та хронічний стрес, психотравма, горе та втрати (рідних та близьких, матеріальні та інші) не тільки впливають на психіку людини, а й нерідко можуть порушувати і ментальне здоров'я, що може

проявлятися у депресивних та тривожних розладах, формуванні ПТСР, когнітивних та психотичних розладах тощо.

Ментальне здоров'я нації є потенціалом розвитку держави, адже від психічного здоров'я залежать не тільки особливості життя конкретної людини, але й можливість та ефективність виконання нею соціальних ролей та функцій, її внесок у розвиток суспільства в цілому.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема ментального здоров'я особистості цікавила багатьох, як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників, таких, як: А. Адлер, Р. Ассаджіолі, Б. Братусь, Л. Бурлачук, А. Елліс, Е. Еріксон, О. Завгородня, Н. Колотій, І. Коцан, В. Лищук, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, Е. Фром, К. Хорні, К. Юнг та багатьох інших. Зокрема, у працях дослідників висвітлені такі аспекти означеної проблеми: розробка основ проблеми психічного здоров'я та історична ініціатива у вивченні даного питання (Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Маслоу); міжособистісні стосунки як важливий критерій психічного та психологічного здоров'я (А. Адлер, Б. Братусь, Е. Фромм); систематизація знань та розробка основ психології здоров'я людини (І. Коцан, Г. Ложкін, М. Мушкевич) тощо [5]. Серед українських науковців проблемі впливу війни на психічне здоров'я населення України в наш час приділяють увагу, зокрема: С. Лагутіна, М. Маркова, Н. Марута, Г. Пилягіна, О. Хаустова, О. Чабан, Л. Юр'єва та інші.

Метою статті є психологічний аналіз проблеми ментального здоров'я в Україні в наш час, а також аналіз впливу війни на психічне здоров'я населення.

Виклад основного матеріалу. Під ментальним здоров'ям розуміють психічне здоров'я, що передбачає будь-який рівень розумового, емоційного благополуччя або відсутність психічного розладу [5]. Розкриваючи поняття *психічного здоров'я*, Всесвітня організація охорони здоров'я виокремлює сім компонентів психічного здоров'я: 1) усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного «Я»; 2) постійність й однаковість переживань в однотипних ситуаціях; 3) критичне ставлення до себе і своєї діяльності; 4) адекватність психічних реакцій впливу середовища; 5) здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; 6) планування власної життєдіяльності і реалізація її; 7) здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин [2; 5].

Американський психолог А. Елліс серед низки критеріїв психічного і соціального здоров'я виділяє інтерес до самого себе, суспільний інтерес, самоуправління (самоконтроль), високу фрустраційну стійкість, гнучкість, прийняття невизначеності, орієнтацію на творчі

плани, наукове мислення, прийняття самого себе, ризик, нон-утопізм, відповідальність за свої емоційні розлади [1; 5].

Також наявність психічного здоров'я встановлюють за такими критеріями:

- відсутність або наявність виражених форм психічних захворювань та пограничних нервово-психічних розладів;
- гармонійність психічного розвитку та його відповідність віку;
- рівень розвитку показників стану провідних соціально-професійно-значущих психофізіологічних функцій та особливостей особистості, які зумовлюють ефективне виконання різноманітних навчальних, професійних або побутових завдань у повсякденній діяльності [5; 7].

Науковці ще до кінця не вивчили яким чином пандемія COVID-19 вплине на когнітивні розлади, когнітивний дефіцит, що спостерігатимуться у людей які переохворіли на COVID-19 через десятиліття, адже для цього потрібно щоб пройшов певний час. В Україні до цього додається ще й негативний вплив дистресу війни. Наприклад, постійне порушення сну з великою ймовірністю може призводити до астенії, ангедонії, а то й до депресивних проявів. Людина може втрачати здатність отримувати задоволення від життя, діяльності, якою займалась і яка викликала позитивні емоції тощо. Надмірні переживання особистістю важких обставин життя, кризових чи екстремальних ситуацій, можуть значною мірою впливати на виникнення емоційних порушень.

Варто зазначити, що загалом *дистрес* розглядають з різних позицій: 1) стан, при якому людина не в змозі повністю адаптуватися до стресових ситуацій та спричинених ними наслідків і проявляє дезадаптивну поведінку; 2) «шкідливий стрес», внаслідок якого вичерпуються захисні сили організму та зриваються механізми адаптації, організм слабшає, що призводить до розвитку різних захворювань; 3) травматичний стрес – це дуже сильний дистрес, викликаний подією, яка є джерелом травми, як правило є результатом екстремальних переживань наближення до смерті. Виходячи з вище зазначеного, вплив війни цілком можна розглядати як дистрес, що негативно впливає на особистість та її функціонування.

Серед основних причин дистресу під час війни можна виділити такі, як: 1) неможливість тривалий час задовольнити фізіологічні потреби (відсутність води, їжі, тепла, повітря); 2) невідповідні, незвичні умови життя (тривале перебування у сховищі, місцях не призначених для постійного проживання, переселення тощо); 3) пошкодження організму, загострення хвороб, травми, тривалий біль; 4) тривалі негативні емоції (переживання страху, тривоги, гніву, люті). Зазначені особливості впливають

не тільки на фізіологічний стан людини, її психологічний комфорт та добробут, а й на психіку людини загалом і нерідко можуть призводити до психічних порушень.

За даними Міністерства охорони здоров'я України війна вплине на психічне здоров'я українців у довгостроковій перспективі. Очікується, що психологічної підтримки потребуватимуть близько 15 мільйонів громадян, причому близько 20% (3–4 мільйони) осіб потребуватимуть медикаментозного лікування, допомоги лікаря-психіатра або психотерапевта. З кожним днем кількість людей, які будуть відчувати наслідки для свого психічного здоров'я буде зростати. За словами В. Ляшка, навіть тих, хто зміг стійко перенести перші місяці війни, чекає ментальне виснаження, адже звикання до постійного перебування в умовах війни також може мати негативний вплив на психічне здоров'я. Особливо небезпечні роки для людини, яка воювала, або бачила, або відчувала жахи війни – це найближчі 5–7 років в які відбувається найбільша кількість психологічних зривів та спостерігаються психіатричні наслідки [3].

Незапланована міграція, переселення, втрата домівки, грошей, стабільної роботи, а особливо близьких людей – все це, безумовно, впливає на психіку особистості під час війни. Постійні повітряні тривоги та втрата почуття контролю над власним життям приносять стрес та тривожність. І попри те, що більшість громадян вже змогли адаптуватись до нових умов, це, хоч подекуди і непомітно, але все ж згубно впливає на психіку. За даними Всесвітньої організації з охорони здоров'я, через війну чверть українців загрожує розлади психіки [8].

Цікавими є дані щодо поширеності психічних розладів в Україні у порівнянні з іншими державами. Так, за даними ВООЗ до війни показник поширеності більшості психічних розладів в Україні був аналогічним середньому показнику по регіону Східної Європи, за винятком великого депресивного розладу, поширеність якого становила 3,4% в Україні та 2,9% в регіоні загалом. Суїциди спричиняли 2,0% усіх смертей в Україні, що свідчить про вищий рівень скоєння суїцидів у порівнянні із середнім показником у регіоні Східної Європи та середньосвітовим показником. Повномасштабна війна в Україні має свій негативний вплив на кількість суїцидів, що призводить до тенденції зростання даного показника [13].

Світовий досвід отриманий в інших надзвичайних ситуаціях вказує на те, що війна в Україні матиме як безпосередній, так і опосередкований вплив на психічне здоров'я та добробут населення. Причому цей вплив проявляється як безпосередньо під час війни, так буде проявлятися і після її завершення, а також протягом кількох років по тому.

Згідно з глобальними оцінками ВООЗ, кожна п'ята людина (22%), яка проживає в районі, що постраждав від конфлікту в будь-який час впродовж останніх 10 років, має певну форму психічного розладу, починаючи від легкої депресії, або тривожності до психозу, і майже кожна десята людина (9%) живе з помірним або важким психічним розладом [9]. Застосування цих оцінок до населення України (43,7 мільйони) означало б, що 9,6 мільйонів людей можуть мати психічні розлади, а 3,9 мільйони осіб можуть мати середні або важкі розлади [11]. Справжню кількість людей, що мають певні ментальні порушення, психічні розлади і потребують психіатричної, психотерапевтичної та психологічної допомоги в умовах сьогодення України встановити вкрай складно, адже багато людей можуть не звертатися за такою допомогою до кваліфікованих фахівців, або ж просто не мають такої можливості.

Г. Сельє зазначав, що «стрес – це і є життя, а його відсутність означає смерть» [12]. Однак, важко заперечити той факт, що сучасна людина нерідко зазнає значних стресових впливів, або ж вплив стресу є досить тривалим, що може призводити до негативних наслідків для психіки і здоров'я людини. Стресові навантаження – це повсякденна реальність сучасної людини, зокрема в Україні в умовах війни.

Порушення адаптаційних можливостей особистості, неадаптивний копінг (вибір неконструктивних копінг-стратегій), недосконалість механізмів психологічного захисту, відсутність своєчасної допомоги – все це може призводити до довгострокових наслідків хронічного стресу (яким, безумовно, є і війна) для психічного здоров'я населення, серед яких: депресія, тривожні розлади, ПТСР, обсессивно-компульсивні розлади, зловживання психоактивними речовинами, когнітивні та психотичні розлади.

Деякі дослідники зазначають, що велика кількість випадків ПТСР та депресії в осіб, які пережили війну, має серйозні наслідки для відповідних суспільств, адже ментальне здоров'я впливає на повноцінне функціонування особистості в соціумі, зокрема:

- ПТСР і депресія можуть мати хронічний перебіг і призвести до значних страждань постраждалих осіб, а також їхніх партнерів і сімей;

- розлади, пов'язані з функціональними порушеннями, впливають на ширші міжособистісні стосунки, знижують продуктивність і спричиняють значні загальні витрати на здоров'я;

- дослідження вказують на зв'язок між гнівом, на який не відреагували, і ПТСР, що може бути причиною подальшого домашнього насильства, посилити бажання помститися

і таким чином підвищити ймовірність майбутніх конфліктів [6; 10].

Війна в Україні є також і колективною травмою для її населення. Поняття психічної травми значно ширше, ніж реакція на стрес, чи ПТСР. Психічна травма може проявлятися на психічному рівні в адикціях (хімічних і нехімічних), дисоціаціях, тривозі та депресіях, паніці, розладах поведінки та харчування, розладах особистості. На рівні організму *психотравма* може призводити до серцево-судинних проблем, загострення хронічних соматичних хвороб будь-якого патогенезу, підвищувати чутливість та вразливість до інфекційних захворювань внаслідок негативного впливу на імунну систему, проявлятися у різних функціональних та психосоматичних розладах. В даному контексті доречно згадати дослідження, що стосуються впливу війни на особистість в історичному аспекті, зокрема дослідження військових неврозів. Так, досліджувались такі аспекти, як: втрата розуму і почуттів внаслідок бойових дій, психічні наслідки «снарядного шоку», психосоматичні розлади внаслідок війни (Е. Крепелін, 1916; А. Маєрс, 1920; А. Кардінер, 1941). Вчені дійшли загального висновку про відтерміновані психогенні реакції на психотравму війни: мозок після завершення психотравмуючих подій часто починає «карати» себе стражданнями. Одним з прикладів цього явища може бути, так званий, синдром «того, хто вижив», коли людина починає переживати почуття провини за те, що вижила, а хтось з її близьких чи рідних загинув.

В умовах суспільних трансформацій найважливішим ресурсом розвитку суспільства стає потенціал особистості, компетентної у виконанні своїх соціальних та професійних функцій, відповідальної у прийнятті рішень, здатної до саморозвитку та саморегуляції, адаптації до змін, що відображає загальні психологічні аспекти психічного, тобто ментального здоров'я [4].

Окреслимо основні **напрями допомоги** населенню в умовах війни, що впливають на ментальне здоров'я:

- психоосвіта (отримання нових корисних психологічних знань), соціальні проекти та програми на рівні держави (наприклад, Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти, як?»);

- психологічне консультування, психологічна допомога;

- психосоціальна допомога;
- психотерапевтична допомога;
- медикаментозна допомога.

Серед **шляхів самопомоги**, що впливають на ментальне здоров'я особистості, варто назвати такі:

- дотримання розпорядку дня;
- достатній сон;

- повноцінне харчування;
- бути на зв'язку з близькими та рідними;
- регулярна фізична активність;
- піклуватися про інших;
- робити те, що приносить задоволення;
- самоконтроль та саморегуляція (навички самоконтролю, здатність керувати своїм емоційним станом);
- отримання нових корисних психологічних знань;
- психологічна допомога (навчитись відчувати стан свого тіла, тілесне напруження, розуміти його зв'язок з емоціями та вміти його знімати) тощо.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Ментальне здоров'я нації – є одним з найцінніших скарбів будь-якої країни, адже воно впливає на повноцінне функціонування суспільства, його розвиток загалом. Від ментального здоров'я залежать адаптаційні можливості пристосування до соціальних змін, обставин, здатність людини до конструктивної поведінки та набуття нового досвіду в нових умовах соціально-психологічної реальності, виконання нею соціальних функцій та ролей, реалізація, професійний розвиток та вдосконалення тощо. Тому проблема ментального здоров'я в Україні потребує особливої уваги в час війни з метою пошуку шляхів її розв'язання, створення соціальних проектів, відповідних програм задля психологічної допомоги та психосоціальної підтримки. Перспективним напрямком в цьому контексті вважаємо психоосвіту, поширення психологічних знань серед населення з метою самопомоги, ефективного подолання наслідків стресових ситуацій, саморегуляції задля збереження психічного здоров'я та самоефективності особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Борисюк А. С. До проблеми психічного та психологічного здоров'я молоді. *Психологічні науки* : збірник наукових праць. Том 2. Випуск 10 (91). 2013. С. 46–51.
2. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О.М. Степанов. Київ : «Академвидав», 2006. 424 с.
3. ПТСР та загострення хронічних хвороб: як війна вплине на здоров'я українців (1 листопада 2022 р.). *Слово і діло*. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2022/11/01/infografika/suspilstvo/ptsr-ta-zahostrennya-xronichnykh-xvorob-yak-vijna-vplyne-zdorovya-ukrayincziv> (дата звернення: 12.09.2023).
4. Ткачишина О.Р. Психологічні аспекти проблеми ментального здоров'я. *Актуальні проблеми психології розвитку особистості* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (12–15 травня 2023 р.). Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. С. 88–91.
5. Ткачишина О.Р., Столярчук О.А. Конструктивна поведінка особистості у контексті проблеми психічного та психологічного здоров'я. *Вчені записки Таврійського національного університету імені*

В.І. Вернадського. Серія : Психологія. Видавничий дім «Гельветика», 2023. Т. 34(73). № 1. С. 78–83.

6. Чабан О.С., Хаустова О.О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги? *Український медичний часопис*. URL: <https://umj.com.ua/uk/publikatsia-232297-mediko-psihologichni-naslidki-distresu-vijni-v-ukrayini-shho-mi-ochikuemo-ta-shho-potribno-vrahovuvati-pri-nadanni-medichnoyi-dopomogi> (дата звернення: 12.09.2023).

7. Шаронова І.В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2013. Випуск 20. С. 738–747.

8. Як війна впливає на психічне здоров'я українців (8 березня 2023 р.). *Ратуша*. URL: <https://ratusha.lviv.ua/yak-vijna-vplyvaye-na-psyhichne-zdorovya-ukrayincziv/> (дата звернення: 12.09.2023).

9. Charlson F., van Ommeren M., Flaxman A., Cornett J., Whiteford H., Saxena S. New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet*, 2019. P. 240–248.

10. Morina N., Hoppen T. H., Priebe S. Out of sight, out of mind: refugees are just the tip of the iceberg. An illustration using the cases of depression and posttraumatic stress disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 2020. 179 p.

11. ОCHA. Ukraine: Situation Report (16 November, 2022). URL: <https://reports.unocha.org/en/country/ukraine> (дата звернення: 12.09.2023).

12. Selye H. Stress without distress. Signet Book, 1975. 193 p.

13. WHO, University of Washington. Ukraine: Special initiative for mental health situational analysis. Geneva : WHO, 2020. 10 p.

СЕКЦІЯ 10 АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ

ПОЛІТИЧНИЙ ВИБІР ПОСАДОВИХ ОСІБ ПУБЛІЧНОЇ ВЛАДИ В УКРАЇНІ: ПОЛІТИКО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ

POLITICAL CHOICE OF PUBLIC AUTHORITY OFFICIALS IN UKRAINE: POLITICAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS

Статтю присвячено визначенню політико-психологічних чинників політичного вибору посадових осіб публічної влади в Україні. Публічна влада (органи державної влади та місцевого самоврядування), яка частина правлячого класу здійснює безпосереднє адміністрування різними сферами суспільного життя, впливаючи на політичний процес у власних інтересах. Водночас, більша частина посадових осіб не проходить процедуру електоральної легітимації, вони обирають (як і всі громадяни), але не завжди мають бути обраними. Політичний вибір є складним, багатовимірним процесом, який привертає постійну увагу публіки та науковців, масмедіа та експертів. В умовах демократії політичний вибір складається із усвідомлення індивідом свого становища як ситуації вибору та відповідальності за нього, визначення проблеми, яка потребує вирішення шляхом вибору та альтернативних варіантів дій, нарешті – здійснення рішучих кроків щодо реалізації вибору. В основі дослідження політичного вибору знаходиться принцип методологічного індивідуалізму. Відповідно до теорії вибору, визначено дихотомії політичного вибору посадових осіб публічної влади. До них віднесено дихотомії «політика – адміністрація» (яку було вирішено у концепції «компліментарності політики та адміністрації»), «автоматизована дія v. реакція на екстремальну ситуацію», «життєвий вибір v. політичний вибір», «електоральний вибір v. позиція щодо соціально-політичної реальності». Обґрунтовано, що задля започаткування чи продовження успішної кар'єри посадові особи публічної влади повинні мати чітку політичну чи навіть партійну ідентифікацію. Відбувається політизація бюрократії. Аргументовано, що аналіз політичного вибору посадових осіб публічної влади має обов'язково враховувати мотивації, наміри, інтереси окремих індивідів. Але також необхідно враховувати їх групову ідентифікацію. Відзначено, що одним із факторів політичного вибору посадових осіб публічної влади є комунікативні технології, серед яких провідна роль належить медіа-скандалам. Політичний вибір бюрократії призводить до змін умов та правил електорального вибору громадян (зміни умов «гри» під час самої «гри»).
Ключові слова: публічна влада, політичний вибір, психологія вибору, електоральний вибір, орган державної влади, орган місцевого самоврядування, децентралізація

влади, політико-психологічні параметри, посадові особи, медіа-скандали, демократія.

The article is devoted to the definition of political and psychological factors in the political choice of public power in Ukraine. Public power (bodies of state power and local self-government), as a part of the ruling class, directly administers various spheres of public life, influencing the political process in their own interests. At the same time, the majority of officials do not go through the procedure of electoral legitimation, they elect (like all citizens), but do not always have to be elected. Political choice is a complex, multidimensional process that attracts the constant attention of the public and scientists, mass media and experts. In the conditions of democracy, political choice consists of an individual awareness of their position as a situation of choice and responsibility for it, identification of a problem that needs to be solved through choice and alternative options for action, and finally, taking decisive steps to implement the choice. The basis of the study of political choice is the principle of methodological individualism. According to the theory of choice, the dichotomies of the political choice of public officials are defined. These include dichotomies politics – administration (which was resolved in the concept of complementarity of politics and administration), automated action v. reaction to an extreme situation lifechoice v. political choice, electoral choice v. position regarding socio-political reality. It is justified that in order to start or continue a successful career, public officials should have a clear political or even party identification. The bureaucracy is being politicized. It is argued that the analysis of the political choice of public officials must necessarily take into account the motivations, intentions, and interests of individuals. However, it is also necessary to take into account their group identification. It is noted that one of the factors in the political choice of public officials is communication technologies, among which media scandals play a leading role. The political choice of the bureaucracy leads to changes in the conditions and rules of the electoral choice of citizens (changes in the conditions of the game during the game itself).

Key words: public power, political choice, psychology of choice, electoral choice, body of state power, body of local self-government, decentralization of power, political and psychological parameters, officials, media scandals, democracy.

УДК 321.1:159.98(477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.36>

Д. В. Яковлев

д. політ. н., професор,
декан факультету психології, політології та соціології
Національний університет «Одеська юридична академія»
ORCID ID: 0000-0003-2828-4669

Вступ із розкриттям актуальності проблеми дослідження. Політичний вибір посадових осіб публічної влади представляє осо-

бливий дослідницький інтерес з-поміж інших суспільних груп (класів) через низку факторів. Передусім, бюрократичний клас, безумовно,

відноситься до правлячого класу. У руках бюрократії – найпотужніші (державні!) важелі впливу на суспільство. Як зазначає Г. Касьянов «Створена у 1991-му держава є доволі міцною... Це держава бюрократії і фінансово-промислової олігархії. Інтереси цих класів держава і захищає, хоча й існує за рахунок податків від інших. Часто запитують, хто виграв від проголошення незалежності у 1991 році. Логічно припустити, що в нинішній державі на першому місці цього рейтингу опиняється вища бюрократія» [2]. Також бюрократія є класом, для якого процедура електоральної легітимзації не є обов'язковою, на відміну від членів парламенту чи місцевих рад. Бюрократія, як організована ієрархічна група обирає, але не завжди має бути обраною. Політичний вибір є складним, багатовимірним процесом, який привертає постійну увагу публіки та науковців, масмедіа та експертів. В умовах демократії політичний вибір стає одним із визначальних факторів формування публічної влади, вироблення та реалізації публічної політики. Він складається із усвідомлення індивідом свого становища як ситуації вибору, визначення проблеми, яка потребує вирішення шляхом вибору та альтернативних варіантів дій, нарешті – здійснення рішучих кроків щодо реалізації вибору. В. Духневич відзначає, що «З точки зору політичної психології, про вибір індивіда в певній проблемній ситуації (якими, зокрема, є вибори) варто говорити тоді, коли він зобов'язаний використовувати об'єктивно існуючі обставини (зробити вибір), прийняти рішення, взяти відповідальність» [3, с. 70].

Політичний вибір, завдяки загальному виборчому праву (обирати і бути обраними) стосується усіх громадян та здійснюється як на рівні формування органів державної влади (загальнонаціональні вибори) так і на рівні місцевого самоврядування. Електоральний вибір є складовою політичного вибору, його відображенням на дільниці для голосування.

Електоральний вибір є різновидом політичного: «Електоральний вибір – це дія виборця, якою він делегує владні повноваження одному із кандидатів на виборну посаду. Таке обрання депутата, політичного лідера або партії є різновидом політичного вибору і найважливішою складовою електоральної поведінки, а водночас і основним об'єктом уваги політтехнологів» [1, с. 59].

В основі дослідження політичного вибору знаходиться принцип методологічного індивідуалізму. У Великій українській енциклопедії він визначається як «...принцип, згідно з яким суспільство розглядається як сума індивідів, а вивчення соціальних явищ, процесів зводиться до вивчення поведінки окремих індивідів» [5].

Один із представників методологічного індивідуалізму Дж. Уоткінс, продовжуючи тра-

дицію аналітичної філософії науки К. Поппера вважає, що «...кожний методологічний підхід у межах соціально-гуманітарної науки містить у собі дві ключові підстави: домінування особистісних преференцій над суспільними (індивідуалізм) або, навпаки, переважання апіорі закладених суспільних ідеалів над інтересами та поглядами особистості (холізм). Антагоністичне протистояння індивідуалізму та холізму... з'явилося у філософії ще задовго до ХХ століття і бере свій початок у практичному соціальному житті [11, с. 34–35].

У міждисциплінарному науковому дискурсі політичний вибір визначається як феномен, який має яскраво виражені соціальні, економічні, політичні, ідеологічні, психологічні складові. Натомість, політичному вибору посадових осіб публічної влади (як органів державної влади так і представників місцевого самоврядування) приділяється недостатньо уваги.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів. Згідно веберіанської традиції раціональна бюрократія є безособовим професійним апаратом управління, який відокремлюється від політиків та не залежить від електорального вибору. Дихотомія «політика – адміністрація» (тобто розмежування бюрократії та політиків, яке запропонував В. Вілсон) пройшла тривалий шлях у теоретичному та практичному вимірах. Її було «знято» у концепції «компліментарності політики та адміністрації» [16, с. 165]. В Україні продовжуються пошуки оптимального конституційного та інституційного дизайну задля впровадження ефективної моделі компліментарності політичної та адміністративної складової в урядованні. Це означає, що задля започаткування чи продовження успішної кар'єри посадові особи публічної влади повинні мати чітку політичну чи то пак навіть партійну ідентифікацію. Відбувається політизація бюрократії, що має негативні наслідки. Т. Паєнтко та В. Федосов, констатуючи «...швидкий процес політизації бюрократії, зрощування влади в особі бюрократії з бізнесом, і як результат – посилення корупції» [9, с. 3], наголошують на неприпустимості поєднання влади у формі бюрократії з бізнесом та політикою. Вони зазначають: «Українські реалії свідчать про те, що бюрократію об'єднує як мета максимізації дотримання власних інтересів, так і тісної «співпраці» у цьому напрямі політичної влади та великого бізнесу. Ця співпраця створила гібридне утворення, в якому дотримання інтересів великого бізнесу забезпечується політичною підтримкою та бюрократичним сприянням, і, навпаки, – отримання місця у політичній партії або верхніх ешелонах бюрократії забезпечується за підтримки великого бізнесу... В тріаді «політика – бюрократія – великий бізнес» відбувається формування

політичної ренти, на основі якої за допомогою адміністративного ресурсу знищується економічна конкуренція та за рахунок суспільства отримується економічна рента» [9, с. 7].

Дослідження політичного вибору посадових осіб публічної влади передбачає визначення дихотомій їх вибору та окреслення за їх допомогою політико-психологічних особливостей цієї соціальної групи. По-перше, це згадувана вже дихотомія «політика v. адміністрація». По-друге, слід відзначити дихотомію вибору посадових осіб публічної влади «автоматизована дія v. реакція на екстремальну ситуацію». Для представників публічної влади виборчий процес завше не є екстремальною ситуацією (як виключення можна назвати президентські вибори 2004 року). На відміну від інших громадян, посадові особи приймають безпосередню участь у конструюванні електорального процесу, визначенні його правил та подальшому адмініструванні. По-третє, дихотомія «життєвий вибір v. політичний вибір». Для представників публічної влади політичний вибір справді є частиною життєвого вибору, він з повним правом може бути названий психологічним вибором особистості. Адже, на відміну від представників інших соціальних груп, політичний вибір бюрократії напряму пов'язаний із успішною життєвою траєкторією. Водночас, констатуємо, що посадові особи публічної влади мають найвищий рівень психологічної готовності до виборів. Це напряму пов'язано із виокремленням третьої дихотомії. По-четверте, у понятті політичного вибору В. М. Духневич пропонує розрізняти дві складові: «1) вибір як акт прояву електоральної активності індивіда під час проведення виборів у державні органи влади; 2) вибір як позицію індивіда щодо соціально-політичної дійсності» [4, с. 154]. Він зазначає: «Про політичний вибір (як акт) варто говорити, коли має місце спеціально організована ситуація, якій індивід зобов'язаний використати об'єктивно існуючу ситуацію (зробити вибір), прийняти рішення і відповідальність за це рішення» [4, с. 154]. Для посадових осіб публічної влади політичний вибір – це їх позиція відносно соціально-політичної дійсності, яка проявляється не лише у день голосування.

Очевидно, що аналіз політичного вибору посадових осіб публічної влади має обов'язково враховувати мотивації, наміри, інтереси окремих індивідів. Але також необхідно враховувати їх групову ідентифікацію. Як організована група, бюрократія не має раціональних мотивів враховувати думку неорганізованих або гірше організованих суспільних груп [13]. Бюрократія є добре організованою групою, яка, отримуючи доступ до влади, економічних, інформаційних і політичних ресурсів впливу на усі сфери суспільного життя, згодом монополізує його.

А. Овдієнко, визначаючи, що в Україні кількість бюрократів перевищує 300 тисяч осіб (станом на 2018 рік) дає таку оцінку: «Теоретично, без бюрократів обійтися неможливо, вони необхідні для забезпечення функціонування держави та взаємодії її з громадянами... бюрократ – це представник держави, помічник, який обслуговує громадян. Утім, в українських реаліях бюрократ – це цар і бог, якого «кляті громадяни» постійно відволікають від важливих справ, на кшталт, чаювання чи пліток про колег. На жаль, вітчизняний бюрократ – це вже ціла каста, яка поколіннями сидить на своїх посадах, отримує мізерну зарплатню, але її при цьому все влаштовує. Адже не за зарплатню вони живуть» [8].

Взагалі, політичний вибір знаходиться у фокусі міждисциплінарних наукових досліджень, адже сам процес вибору та його результат визначають взаємодію в усіх соціальних просторах – від політики до культури, від економіки до освіти, від релігії до ідеології тощо. Зокрема, релігійний вибір київського князя у 988 році став впливовим фактором розвитку усїєї Східної Європи (наслідки його вибору є досить відчутними для сучасної України), а вибір вчителів («апостолів індоктринації» у авторитарних суспільствах) визначає не тільки стан та характеристики освітнього простору, а й здатність учнів до самореалізації за допомогою життєвого вибору. Щодо ролі системи освіти у політичному виборі, то «Індоктринація, як одна із характеристик авторитарної системи освіти та альтернатива критичному мисленню і рефлексивності... проявляється у двох вимірах. По-перше, оцінка історичних умов вибору та визначення впливу на політику того часу, в якому він був здійснений. По-друге, аналіз наслідків релігійного вибору для політики, суспільних відносин і держави, включно із його впливом на сучасність. Вибір потребує не лише «диктатора», який обирає, але й осмислення історичного контексту, причин і наслідків того чи іншого вибору в умовах історичного роздоріжжя, на якому перебуває суспільство» [6, с. 30]. Інститут освіти відіграє важливу роль у здійсненні політичного вибору посадовими особами публічної влади, адже виконує функції психологічного розвитку особистості. Підготовка посадових осіб органів публічної влади потребує системного підходу, вона має враховувати структуру особистості та спрямовуватись на підвищення рівня готовності до управлінської діяльності, ухвалення рішень, здійснення політичного вибору тощо. Як відзначає В. Міляєва: «Проблема якісної професійної підготовки державних службовців сьогодні є надзвичайно актуальною, оскільки у складних умовах подолання кризових процесів суспільство спрямовує свої зусилля на створення професійної державної служби, яка

б відповідала європейським нормам якості. Культурно-освітня інтеграція в галузі підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації державних службовців є важливим напрямом процесу входження України до Європи. Насамперед це передбачає забезпечення органів державної влади висококваліфікованими керівниками нового типу, здатними взяти на себе відповідальність і ефективно вирішувати загальнонаціональні проблеми» [7].

Відзначимо, що ситуація вибору є «відкритою системою», а результат вибору (політичного, релігійного, освітнього тощо) не є «очевидним». Наголосимо, що, наприклад, «Проблема релігійного вибору України – складна та суперечлива, вона є чи не основною складовою цивілізаційного поступу принаймні для декількох країн центральної та східної Європи. Релігійний вибір основних дійових осіб у точках політичної біфуркації, починаючи від Ольги та Володимира, Данила та Іпатія Потія не був очевидним, проте його вплив на історію та культуру, ідеологію та політику протягом століть став одним із визначальних» [6, с. 30]. Повною мірою наведені характеристики релігійного вибору відносяться і до політичного вибору.

В епоху модерну вибір у цілому та політичний вибір, зокрема, став рутинною справою. Якщо у традиційних суспільствах «аграрної хвилі» вибір був справою «богів і героїв», які кидали виклик існуючим нормам та надіялись здатністю діяти всупереч звичному укладу, то модернізація перетворила вибір на повсякденне явище. Вже доводилось наголошувати, що «Люди обирають власну лінію поведінки щодня, якщо не щохвилини. Відбувається «рутинізація» вибору, його технологізація, зведення з акту найвищої інтелектуальної та емоційної напруги до послідовності раціональних кроків: проблемна ситуація – формулювання альтернатив – вибір однієї з них – рішення. Відтепер це не героїчний акт, а частина повсякденного життя індивідів, груп та спільнот. Модернізація утворила світ у якому, здавалось, «Великий вибір» залишився в історії: споживач щодня обирає товари у супермаркеті, глядач обирає телевізійні канали, а бюрократ, хоч і робить щодня вкрай важливий вибір політики, але є антиподом політичних лідерів, які вели за собою європейські нації у минулому. З героїчного, драматичного або комедійного акту вибір перетворився на рутинну справу» [12, с. 130].

Р. Салецл пише про «тиранію вибору». Сучасний світ нав'язує ідеологію індивідуального вибору, яка є основою капіталістичного суспільства та, водночас, може стати на заваді суспільним змінам. Як наслідок, сама ситуація вибору викликає у індивідів негативні емоції, передусім – страх [17]. Водночас, досить

поширеним став феномен втечі від вибору. Е. Фром називає втечу від свободи передумовою тоталітаризму. Він пише: «Основним суб'єктом соціального процесу є індивід, його бажання і страхи, пристрасті й роздуми, схильність до добра чи зла... Свобода хоч і принесла людині незалежність і раціональність, але й зробила її ізольованою, а отже – стривоженою та безсилою. Ця ізоляція нестерпна, тож людина має кілька альтернатив: або втекти від тягаря свободи до нової залежності, нового підпорядкування або просуватися далі аж до повної реалізації позитивної свободи, заснованої на унікальності та індивідуальності кожного... розуміння причин тоталітарної втечі від свободи є передумовою будь-якої дії, спрямованої до перемоги над силами тоталітаризму» [10, с. 5–6].

Екзистенційний вибір, який трапляється у житті індивідів декілька разів протягом усього життя поступається місцем маркетинговому вибору. Останній характеризується раціональністю поведінки індивідів, яку вважають властивою і для політичного вибору. Маркетинговий вибір передбачає сегментацію простору вибору (визначення альтернатив), дослідження демографічних та психологічних характеристик індивідів, їх мотивації, якісні та кількісні оцінки ринкової «ніші» та відповідне позиціонування товару (у випадку електорального вибору йдеться про кандидата чи партію). Наразі ми є свідками та безпосередніми учасниками ще одного переходу – від індустріального до інформаційного суспільства. Основними чинниками політичного вибору стають не партійні ідентифікації чи ідеології, а комунікативні технології. Повною мірою це стосується електорального вибору в Україні: «У процесі парламентських виборів у 2019 році ідеологія не була визначальним фактором. Партія «Слуга народу», яка перемогла з великим відривом і отримала більшість голосів у парламенті, мало уваги приділяє ідеології... Навпаки, парламентські старожили, які мають відносно розгорнуту ідеологічну доктрину, отримали мінімальну електоральну підтримку. Це тривожний сигнал, який призведе до зниження уваги до ідеологій на наступних виборах» [15, с. 24–25].

Серед комунікативних технологій слід особливо відзначити таку резонансну технологію, як медіа-скандал. Саме медіа-скандали стають однією із важливих складових політико-психологічного виміру політичного вибору посадових осіб публічної влади. Медіа-скандали з'являються внаслідок медіатизації політики, їх спричиняють системні порушення з боку посадових осіб усталених суспільних уявлень щодо норм поведінки посадових осіб публічної влади. Роблячи важливу політичну інформацію масовою, медіа-скандали

презентують її у вигляді захоплюючої історії, викликаючи емоційне ставлення громадян. При цьому, слід наголосити, що медіа-скандали посилюють атомізацію суспільства, а консолідації можуть сприяти раціональні дебати у медіа. Наголосимо: «У сучасному політичному дискурсі не залишилось місця для такого, здавалось би, елементарного здобутку політики епохи модерна й маркеру демократії, як політичні дебати. І якщо справедливою вимогою для модернізації та демократизації України є раціональність у здійсненні політики, то в умовах інформатизації посилюється вага раціонального дискурсу. Адже дискурс медіа сьогодні формується розважальними ток-шоу на політичну тематику та обертається навколо медіа-скандалів. Дебати стали табу у вітчизняному медіадискурсі навіть під час електоральних змагань. Не кажучи вже про відсутність у політичному дискурсі раціональних дебатів щодо ролісу – проблем безпеки, економічної та соціальної політики, європейської інтеграції тощо. На жаль, в Україні застосування раціональної аргументації в дискурсивному просторі з метою переконання громадян поступилось місцем медіатизації політики» [13, с. 85].

Висновки з проведеного дослідження. Для посадових осіб публічної влади політичний вибір не обмежується електоральним виміром. Політичний вибір посадових осіб публічної влади не може бути зведеним до електорального вибору, натомість він обумовлений їх установками та орієнтаціями, які визначаються раціонально, виходячи із приватних інтересів представників бюрократії. Політичний вибір, політичне позиціонування та участь у створенні політичного дискурсу – це частина їх рутинної діяльності, як у сенсі публічної політики (ухвалення політичних рішень) так і боротьби за голоси виборців під час електорального процесу. Від індивідуального та колективного (групового) політичного вибору залежить їх кар'єрна траєкторія, успішність якої вимірюється посадами та місцем у бюрократичній ієрархії. Через ці та інші причини політичний вибір цієї групи відрізняється від вибору інших груп.

Громадська думка активно реагує на динамічний розвиток процесу політичного вибору громадян, а особливо – на ситуації електорального вибору, їх трансформації та вплив на українське суспільство. Через це досить часто посиленна увага масмедіа та експертів зосереджується саме на електоральному виборі різних груп та класів. Внаслідок цього залишається практично поза увагою політичний вибір посадових осіб публічної влади, як частина їх рутинної діяльності. Він має більш прихований характер, але за наслідками його можна порівняти з електоральним вибором громадян.

Адже, саме політичний вибір бюрократії призводить до утворення «партії влади», змін умов та правил електорального вибору громадян (зміни умов «гри» під час самої «гри»), «конституційних реверсів» тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вітюк Н. Соціально-психологічні особливості електорального вибору. *Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки*. 2019. Вип. 22. С. 59–67. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpu_filos_psihol_2019_22_11.
2. Георгій Касьянов: «Держава розколота на бюрократів і населення». *Історична правда*. 24 серпня. 2013. URL: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2013/08/24/135086/>
3. Духневич В. Психологічна готовність до політичного вибору. *Соціальна психологія*. 2004. Випуск 2 (4). С. 70–76.
4. Духневич В.М. Проблема готовності до політичного вибору. *Наукові студії з соціальної та політичної психології*. 2005. Випуск 12(15). С. 151–161.
5. Індивідуалізм методологічний. *Велика українська енциклопедія: електронна версія*. URL: https://vue.gov.ua/індивідуалізм_методологічний
6. Кройтор А., Яковлев Д., Алексенцева-Тімченко К. «Апостоли» індоктринації: ідеологічні особливості репрезентації релігійного вибору у системі середньої освіти (на основі аналізу інтерв'ю експертів). *Ідеологія та політика*. 2019. № 2 (13). С. 29–46. URL: https://www.ideopol.org/wp-content/uploads/2019/12/____UKR.%201.7.%20Kroitro%20et%20al.%20%20FIN.pdf
7. Міляєва В. Р. Психологічні аспекти професійної підготовки державних службовців в інтегрованому освітньому середовищі. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребам*. № 2010. № 7(9). С. 425–435. URL: <https://ap.uu.edu.ua/article/353>
8. Овдієнко А. Пекельна служба, або Подолати бюрократію легко. 24 канал. 18 грудня 2018. https://24tv.ua/ru/pekelna_sluzhba_abo__podolati_buurokratiyu_legko_n1317746
9. Паєнтко Т., Федосов В. Українська бюрократія: концептуальні засади і особливості функціонування. *Ринок цінних паперів України*. 2016. № 9-10. С. 3–16. URL: <http://securities.usmd.org/?p=22&n=98&s=1031>
10. Фромм Е. Втеча від свободи / перекл. з англ. М.Яковлева. Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2019. 288 с.
11. Швец О. Методологічний індивідуалізм Джона Уоткінса і проблеми сучасного історіє писання. *Філософія та політологія в контексті сучасної культури*. 2013. № 3(6), С. 33–38. URL: <https://fip.dp.ua/index.php/FIP/article/view/234>
12. Яковлев Д. В. Вибір київського князя: спадок, випадок, доля? *Молодий вчений*. 2015. № 5(20). С. 129–134. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/5/154.pdf>
13. Яковлев Д. В. Дискурс вітчизняних медіа щодо країн Балтії. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2020. № 26. С. 82–87. URL: <https://hdl.handle.net/11300/16496>

14. Яковлев Д. В. Соціологія політичного вибору: контури теорії. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2016. Вип. 10. С. 194–197. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/aprfs_2016_10_55.

15. Kroytor A. V., Yakovlev D. V. Post-election situation in Ukraine: changing faces or ideological transformations? *Contemporary issues of the world community and the role of social sciences in ensuring its development : collective*

monograph/A. V. Kroytor, D. V. Yakovlev, S. V. Kutsepal, O. M. Yeremenko, etc. Lviv-Toruń : Liha-Pres, 2020. P. 1–29.

16. Uwizeyimana D. E. The politics-administration dichotomy: Was Woodrow Wilson misunderstood or misquoted. *Journal of US-China Public Administration*. 2013. № 10(2). P. 165–173.

17. Salecl R. *The tyranny of choice*. Profile Books, 2011. 184 p.

ВПЛИВ ІНТЕРНАЛЬНОЇ, ЕКСТЕРНАЛЬНОЇ ТА КОНАТИВНОЇ СКЛАДОВИХ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСЬКОГО КОНФЛІКТУ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО НА ПРИЙНЯТТЯ ПРОФЕСІЙНИХ РІШЕНЬ

THE INFLUENCE OF INTERNAL, EXTERNAL AND CONATIVE COMPONENTS OF A POLICE OFFICER'S INTRAPERSONAL CONFLICT ON MAKING PROFESSIONAL DECISIONS

Метою статті є вивчення психологічних аспектів прийняття та реалізації рішень які є невід'ємною складовою проблеми діяльності як фундаментальної ланки права і психології. Важливість знання особливостей протікання психічних процесів, якостей, властивостей та станів особистості визначається значною роллю, яку вони відіграють в організації діяльності поліцейського. Характерною особливістю працівника поліції є її унікальна здатність приймати рішення у найскладніших умовах (висока невизначеність, наявність впливу багатьох незалежних чинників, дефіцит часу, висока відповідальність тощо). Однак саме в процесах прийняття рішення найчіткіше виявляються властиві суб'єктові специфічні особливості переробки інформації – «відхилення від раціональності». Це і нереалізованість суворо раціональних процедур рішення у зв'язку зі зменшенням можливостей оперативної обробки інформації, і обмеження можливого врахування імовірнісних характеристик ситуацій, і вплив емоційно-особистісних чинників, і деформація вибору під впливом внутрішньоособистісних переживань. Тому проблема прийняття рішень органічно пов'язана як з правовими, так і з психологічними проблемами і відіграє суттєву роль у практичній діяльності поліцейського. Процеси прийняття та реалізації рішень в професійній діяльності поліцейського – це складний за психологічним змістом тип професійних рішень, які приймаються в умовах дефіциту часу, інформації, ризику та протидії з боку криміналітету. Саме у цьому типі рішень найчіткіше виділені психологічні проблеми теорії вибору, вивчення якої має як теоретичне, так і практичне значення. Основним аргументом на користь вивчення цього явища є висока «ціна помилки» при прийнятті рішення в професійній діяльності поліцейського, за які доводиться розплачуватися як пересічним громадянам, так і працівникам правоохоронних органів. Отже важливим завданням юридичної психології є встановлення основних характеристик цих процесів, що суттєво полегшило б їх розуміння в інтересах удосконалення професійно-психологічної підготовки працівників поліції.

Між проблемою прийняття рішень, проблемою суб'єктивного вибору і психологією особистості є багато спільного. Їх об'єднують так звані вольові властивості особистості. Науковий інтерес до цих проблем зумовлений потребою з'ясування особистісної детермінації процесів прийняття рішень, а з іншого – розуміння того, що особистість не лише проявляється у виборі рішень, але й розвивається через цей вибір. Прийняття рішень залежить не тільки від об'єктивних обставин справи, але й від внутрішнього переконання суб'єкту, інших чинників, зокрема поточного психічного стану, настрою, актуальних переживань, психоло-

гічної характеристики процесів прийняття рішень.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, професійна діяльність, прийняття рішення, конативна складова, інтернальна складова, екстернальна складова.

The study of psychological aspects of decision-making and implementation is an integral part of the problem of activity as a fundamental link of law and psychology. The importance of knowing the peculiarities of the course of mental processes, qualities, properties and states of the individual is determined by the significant role they play in the organization of the police officer's activities. A characteristic feature of a police officer is the unique ability to make decisions in the most difficult conditions (high uncertainty, the influence of many independent factors, lack of time, high responsibility, etc.). However, exactly in the decision-making processes the subject-specific features of information processing – "deviation from rationality" – are most clearly revealed. This is the non-implementation of strictly rational decision-making procedures in connection with the reduction of operational information processing capabilities, and the limitation of the possible consideration of probabilistic characteristics of situations, and the influence of emotional and personal factors, and the deformation of choices under the influence of intrapersonal experiences. Therefore, the problem of decision-making is organically connected with both legal and psychological problems and plays a significant role in the practical activities of a police officer. Processes of decision-making and implementation in the professional activity of a police officer are a psychologically complex type of professional decisions that are made in conditions of shortage of time, information, risk and resistance from criminality. It is in this type of decisions that the psychological problems of the theory of choice are most clearly highlighted, the study of which has both theoretical and practical significance. The main argument in favor of studying this phenomenon is the high "cost of error" when making a decision in the professional activity of a police officer, for which both ordinary citizens and law enforcement officers have to pay. Therefore, an important task of legal psychology is to establish the main characteristics of these processes, which would significantly facilitate their understanding in the interest of improving the professional and psychological training of police officers.

There is much in common between the problem of decision-making, the problem of subjective choice and the psychology of personality. They are united by the so-called volitional properties of the individual.

Scientific interest in these problems is formed by the need to find out the personal determination of decision-making processes, and on the other hand, to understand that the personality is not only manifesting in the choice of decisions, but

УДК 159.9:351.74(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.37>

Сашуріна О.Ю.

доктор філософії,
заступник декана факультету № 2,
Харківський національний університет
внутрішніх справ

also develops through this choice. Decision-making depends not only on the objective circumstances of the case, but also on the internal conviction of the subject, other factors, including the current mental state, mood, current experiences,

psychological characteristics of decision-making processes.

Key words: *intrapersonal conflict, professional activity, decision-making, conative component, internal component, external component.*

Постановка проблеми та її актуальність.

Специфіка впливу внутрішньоособистісного конфлікту поліцейського на процес прийняття та реалізацію рішень залежить від особливостей трьох взаємозалежних та певним чином узгоджених складових внутрішньоособистісного конфлікту: інтернальної (яка сприяє виникненню внутрішньоособистісного конфлікту), екстернальної (яка формує готовність до виникнення внутрішньоособистісного конфлікту поліцейського у випадку, якщо в конфлікті братиме участь той або інший фруструючий чинник) та конативної (яка розглядається як готовність, схильність суб'єкту діяти (реагувати) певним чином, що виникає в результаті передбачення ним певної ситуації і що забезпечує стійкий цілеспрямований характер діяльності).

Процес прийняття та реалізації рішень ми розуміємо як розумову діяльність поліцейського з вирішення задач попередження та розкриття злочинів, що здійснюється і розгортається з використанням психологічних процесів, якостей, властивостей особистості посадової особи під певним впливом внутрішньоособистісних переживань, які проявляються в інтернальних, екстернальних та конативних складових діяльності. Тобто важливою ознакою прийняття рішень поліцейським є синтез діяльнісних, індивідуальних та міжособистісних складових діяльності [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У зв'язку з проблемами професіоналізації особистості, внутрішньоособистісні конфлікти вивчалися такими вченими як: Г.В. Ложкін, О.А. Донченко, Т.М. Титаренко, М.І. Пірен, Н.І. Повакель та ін.

Мета статті полягає у дослідженні структурних компонентів внутрішньоособистісного конфлікту поліцейського. Та вплив цих компонентів на прийняття та реалізацію професійних рішень працівниками поліції.

Виклад основного матеріалу. Узагальнюючи дані емпіричного дослідження, можна констатувати, що особливостями впливу внутрішньоособистісного конфлікту на прийняття та реалізацію рішень поліцейського являється те, що інтернальний компонент виконує провідну функцію, а екстернальний та конативний виступають системоутворюючими.

Відповідно, нами були виділені три основних групи досліджуваних, які відрізняються за специфікою прийняття рішення в умовах внутрішньоособистісного конфлікту. Умовно ми їх позначили як адаптаційну, перспективну та

розвинену. Вважаємо необхідним розкрити сутність кожній з них.

Адаптаційна група. Передбачає початковий рівень професійних знань, вмінь та навичок. Стаж перебування в МВС не перевищує трьох років. Особливості прийняття та реалізації рішень в умовах внутрішньоособистісного конфлікту визначаються інтернальним компонентом, а саме, типом акцентуації характеру та особливостями ставлення до себе. Високий ризик негативного впливу внутрішньоособистісного конфлікту на прийняття та реалізацію рішень діагностовано у поліцейських зі збудливими, циклотимними, дистимними, тривожними та афективно-екзальтованими рисами.

Як показано на малюнку 1. Збудливий тип характеру продукує позитивні зв'язки з показником самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,01$); присутність таких рис, як імпульсивність, роздратованість, брутальність призводить до постійних ускладнень у стосунках з оточенням та екстерналізації внутрішніх конфліктних станів. Рефлексування процесів взаємодії з іншими в кінцевому результаті виявляється у негативному образі «Я», самозвинувачення у руйнуванні взаємовідносин (S_5) ($p \leq 0,01$) та суттєво впливає на імпульсивність прийняття рішень.

Циклотимні риси (Ц) у представників адаптаційної групи позитивно пов'язані з показниками самоприйняття (S_3) ($p \leq 0,01$), самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,05$) та негативно – з показником відношення інших (S_2) ($p \leq 0,05$). Цикличністю настрою чітко відображається у амбівалентності зв'язків. Циклотимний тип складає певні труднощі прийняття та реалізації рішень в період субдепресії, пов'язані з перепадами у його настрої, нестійкістю інтересів та прагнень з боку самого поліцейського цього типу, та недостатком терпіння, прийняття, розуміння з боку оточуючих. Тому закономірним є те, що риси цього типу пов'язані з очікуванням негативного відношення інших, що й створює підстави для формування внутрішньоособистісного конфлікту та недостатньої адекватності рішень у субдепресивній фазі.

Дистимний тип (Дс) негативно корелює з показниками очікування позитивного відношення від інших (S_{III}), (S_2) ($p \leq 0,05$), ($p \leq 0,01$). Наявність зворотного зв'язку між цими показниками пояснюється наявністю таких характерних рис як відгородженість, відчуженість, замкненість, що створює передумови для погіршення відносин з оточуючими. Вважаємо, що внутрішньоособистісний конфлікт

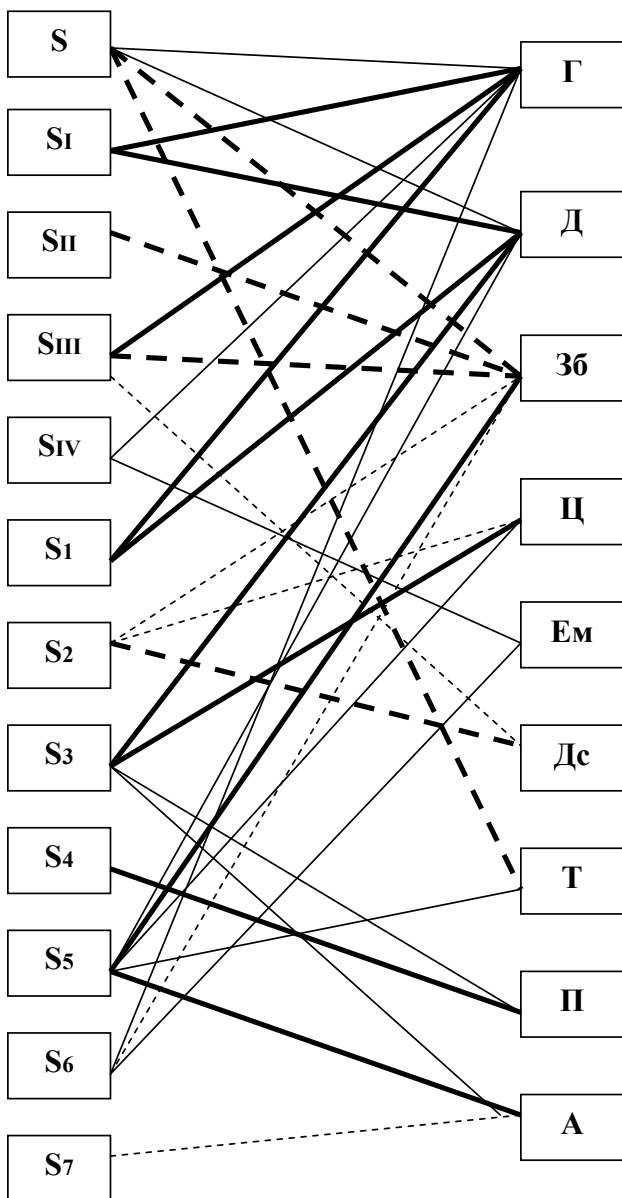


Рис. 1. Кореляційна плеяда показників самовідношення та акцентуацій характеру поліцейських до 3 років стажу служби в МВС

Примітка: (S) - інтегральний показник «Я», (S_I) - самоповага, (S_{II}) - аутосимпатія, (S_{III}) - очікування позитивного відношення від інших, (S_{IV}) - самоінтерес, (S₁) - самовпевненість, (S₂) - відношення інших, (S₃) - самоприйняття, (S₄) - самокерівництво, самопослідовність, (S₅) - самозвинувачення, (S₆) - самоінтерес, (S₇) - саморозуміння, (Г) - гіпертимний тип, (З) - застрягаючий, (Ем) - емотивний, (П) - педантичний, (Т) - тривожний, (Ц) - циклотимний, (Д) - демонстративний, (В) - збудливий, (Дс) - дистимний, (А) - афективно-екзальтований.

та процес прийняття рішень у представників цього типу протікає за дисфорійним типом.

Показник тривожного типу (Т) негативно пов'язаний з інтегральним показником самовідношення «Я» (S) ($p \leq 0,01$) та позитивно – з показником самозвинувачення (S₅) ($p \leq 0,05$).

Невпевненість, відчуття власної малозначущості, що у характері поліцейських з роками стажу служби в МВС виражається у неприйнятті себе, негативному «Я-образі» та суттєвому гальмуванні оперативного прийняття або реалізації необхідних рішень.

Самозвинувачення можуть суттєво загострюватися у зв'язку зі схильністю до почуття провини, що є невід'ємною рисою тривожного типу.

Афективно-екзальтовані риси (А) позитивно корелюють з показниками самоприйняття (S₃) ($p \leq 0,05$) та самозвинувачення (S₅) ($p \leq 0,01$) та негативно – з показником саморозуміння (S₇) ($p \leq 0,05$), що відповідає тонкій емоційній організації цього типу, яка й породжує бурхливі та амбівалентні почуття, заважає адекватному сприйняттю себе та розумінню й створює підстави для розвитку внутрішньоособистісного конфлікту. Особливо помітно ця амбівалентність відбивається на необхідності швидко та одноосібно прийняти значуще рішення. Ризик виникнення внутрішньоособистісного конфлікту незначний, але, як показує діагностична картина представників цього типу, він може бути спровокований непослідовністю та низкою невдач, які можуть переслідувати молодих фахівців у перші три роки роботи в МВС.

Емоційні стани представників адаптаційної групи, як складові інтернального компонента, також суттєво впливають на специфіку внутрішньоособистісного конфлікту та на прийняття рішення. Внутрішні емоційні стани, які мають негативний відтінок виражені сильно та домінують порівняно з внутрішніми емоційними станами, що не мають впливово руйнівного значення для особистості. Зокрема, внутрішній конфлікт, під яким ми розуміємо відчуття внутрішньої напруженості, розладу з самим собою; внутрішній вакуум, під яким ми розуміємо відчуття внутрішньої пустоти, відсутність інтересу до будь-чого; внутрішня тривога та тоска й пригніченість у даній вибірці виражені сильно, складають загально небезпечний емоційний фон, який може здійснювати емоційну трансформацію поведінки працівника МВС в бік емоційної апатії, що суттєво знижує регуляторні можливості організму й створює серйозні підстави щодо миттєвості та чіткості прийняття рішення.

Диференціація зовнішніх проявів суттєво зменшена порівняно з внутрішніми. На наш погляд, подібний розподіл створює умови для неможливості (або відсутності чи несформованості навичок) екстерналізації накопиченого внутрішнього емоційного потенціалу. Відсутність або несформованість навичок подібної емоційної екстерналізації внутрішніх станів є прямим шляхом щодо формування внутрішньоособистісного конфлікту як стійкої схильності. Диференціація вираженості

станів внутрішнього дискомфорту у поліцейських адаптаційної групи до 3 років майже не помітна. Подібна тенденція дозволяє припустити, що індивідуальний стиль прийняття та реалізації рішень в адаптаційній групі ще не сформований та в більшості визначається інтернальним компонентом.

Перспективна група. Передбачає достатній рівень професійних знань, вмінь та навичок. Стаж перебування поліцейських в МВС не перевищує п'яти років. Особливості прийняття та реалізації рішень в умовах внутрішньоособистісного конфлікту визначаються інтернальною та частково екстернальною компонентами, а саме, типом акцентуації характеру, особливостями ставлення до себе та актуальними умовами зовнішньої соціальної ситуації. На малюнку 2. показник збудливого типу (Зб) негативно корелює з інтегральним показником самовідношення «Я» (S) ($p \leq 0,05$), показниками аутосимпатії (S_{II}) ($p \leq 0,01$), самоінтересу (S_{IV}) ($p \leq 0,05$) та позитивно – з показником самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,05$). Цей комплекс зв'язків практично ідентичний тому, що встановлений у адаптаційній групі поліцейських. Вважаємо, що зв'язки з особливостями самовідношення, притаманні рисам збудливого типу, або не зазнають впливу з боку професійно значущих особливостей, або цей вплив відбувається раніше, під час навчання. Ризик формування зовнішньої конфліктності, її переростання у внутрішньоособистісний конфлікт та підвищена імпульсивність у прийнятті та реалізації рішень залишається.

Циклотимні риси (Ц) негативно пов'язані з інтегральним показником самовідношення «Я» (S) ($p \leq 0,05$), самоповаги (S_I) ($p \leq 0,05$), аутосимпатії (S_{II}) ($p \leq 0,05$), саморозуміння (S_7) ($p \leq 0,01$) та позитивно – з показником самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,01$). Таким чином, для циклотимного типу характерна тенденція розширення спектру зв'язків з показниками самовідношення, що виражають посилення негативного ставлення до себе поліцейських, які входять у перспективну групу. Ті зв'язки, що виражали позитивне самовідношення, що відмічалось в адаптаційній групі, зникають. Це свідчить про звуження періоду гіпертимності та збільшення субдепресивної фази.

Показник дистимного типу (Дс) позитивно пов'язаний з показником самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,05$) та негативно – з показниками самоповаги (S_I) ($p \leq 0,05$), аутосимпатії (S_{II}) ($p \leq 0,05$). Розширення спектру зв'язків у порівнянні з адаптаційною групою поліцейських свідчать про вплив професійної кризи на кризу внутрішньоособистісну, що у контексті рис дистимного типу набуває особливого загострення і виявляється як домінування негативного зневажливого ставлення до себе. Подібна тенденція формує загальмованість та

невпевненість в момент прийняття рішення та необхідності його реалізації.

Показник тривожного типу (Т) позитивно корелює з показниками самоінтересу (S_{IV}) ($p \leq 0,05$), самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,01$). З показниками самоповаги (S_I) ($p \leq 0,01$), аутосимпатії (S_{II}) ($p \leq 0,01$), саморозуміння (S_7) ($p \leq 0,01$) відмічаються негативні зв'язки. Характер зв'язків свідчить про амбівалентність протікання внутрішніх станів та специфіки прийняття рішень у професійній та особистісній сферах. Саме подібне сполучення тривожних особистісних рис та специфіки ставлення до себе виступає серйозною підставою для формування внутрішньоособистісного конфлікту поліцейських зі стажем служби в МВС до 5 років.

Показник афективно-екзальтованого типу (А) позитивно корелює з показником самозвинувачення (S_5) ($p \leq 0,01$). Наявність такого кореляційного зв'язку відображає типове співвідношення рис, пов'язаних з підвищеною емоційністю, експресивністю, та таких особливостей емоційної сфери як схильність до переживання почуття провини. Водночас саме така типовість, відсутність зв'язків з іншими показниками самовідношення, які притаманні рисам інших типів акцентуацій, вказує на повільне входження у внутрішньоособистісну кризу.

Суттєве зниження загального рівня напруження внутрішньої та зовнішньої емоційної сфери поліцейських, які складають перспективну групу, тобто підвищення професійного досвіду та статусу за вислугою виступають фактором, який природним способом гармонізує особистість та дозволяє знизити ризик виникнення внутрішньоособистісного конфлікту поліцейських (хоча загальний показник внутрішнього конфлікту залишається досить високим). Це протиріччя ми пов'язуємо зі специфічними умовами проходження служби поліцейськими – вона завжди залишається досить стресогенною та конфліктною. Оскільки внутрішньоособистісний конфлікт – це емоційне переживання, ми вважаємо, що зниження рівня виразності внутрішніх емоційних станів в перспективній групі відображає позитивні адаптаційні процеси професійного та особистісного становлення поліцейських, зрілість та адекватність прийняття й реалізації професійно значущих рішень (що не виключає, на наш погляд, наявності внутрішньоособистісного конфлікту, пов'язаного з постійними психоемоційними напруженнями, частими та значними негативними переживаннями).

Розвинена група. Передбачає високий рівень та автоматизацію професійних знань, вмінь та навичок. Стаж перебування поліцейських в МВС не перевищує десяти років. Особливості прийняття та реалізації рішень в умовах внутрішньоособистісного конфлікту

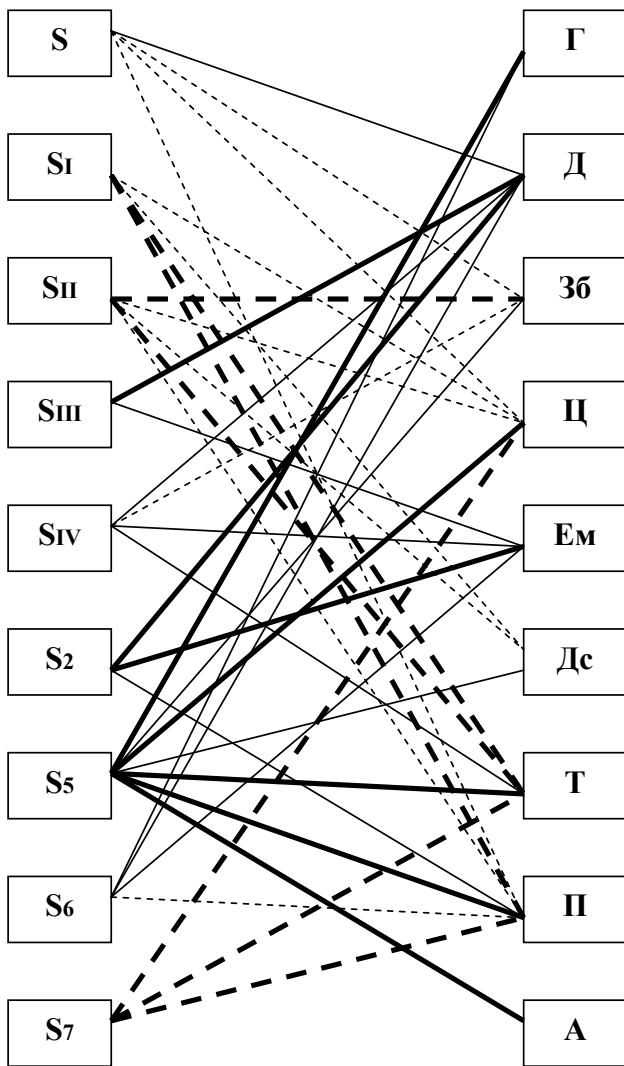


Рис. 2. Кореляційна плеяда показників самовідношення та акцентуацій характеру поліцейських до 5 років стажу служби

Примітка: (S)-інтегральний показник «Я», (S_I)-самоповага, (S_{II})-аутосимпатія, (S_{III})-очікування позитивного відношення від інших, (S_{IV})-самоінтерес, (S_I)-самовпевненість, (S₂)-відношення інших, (S₃)-самоприйняття, (S₄)-самокерівництво, самопослідовність, (S₅)-самозвинувачення, (S₆)-самоінтерес, (S₇)-саморозуміння, (Г)-гіпертимний тип, (Зб)-застрягаючий, (Ем)-емотивний, (П)-педантичний, (Т)-тривожний, (Ц)-циклотимний, (Д)-демонстративний, (В)-збудливий, (Дс)-дистимний, (А)-афективно-екзальтований.

визначаються всіма трьома складовими компонентами.

На малюнку 3. показано, що показник збудливого типу (Зб) у поліцейських розвиненої групи негативно корелює з показниками самоповаги (S_I) (p ≤ 0,05), саморозуміння (S₇) (p ≤ 0,05), що суттєво заглиблює та деформує ті особистісні конструкти, які лежать в основі формування захисних механізмів, а їхня відсутність або слабка розвиненість і виступає

фактором ризику формування внутрішньоособистісного конфлікту та впливає на проблеми у прийнятті та реалізації рішень.

Показник циклотимного типу (Ц) демонструє негативні зв'язки практично зі всіма показниками самовідношення: з інтегральним показником самовідношення «Я» (S) (p ≤ 0,01), самоповаги (S_I) (p ≤ 0,01), аутосимпатії (S_{II}) (p ≤ 0,01), очікування позитивного відношення від інших (S_{III}) (p ≤ 0,01), (S₂) (p ≤ 0,05), самовпевненості (S_I) (p ≤ 0,01), самоприйняття (S₃) (p ≤ 0,01), самоінтересу (S₆) (p ≤ 0,05), саморозуміння (S₇) (p ≤ 0,05). Характер зв'язків свідчить про збереження тенденції до негативного самовідношення та досить серйозне занурення у внутрішньоособистісні проблеми та неможливість їхнього розв'язання без сторонньої професійної допомоги. Адекватність прийняття рішень потребує постійного контролю свідомості.

Показник дистимного типу (Дс) позитивно корелює з показником самозвинувачення (S₅) (p ≤ 0,01). Негативні зв'язки відмічаються з інтегральним показником самовідношення «Я» (S) (p ≤ 0,01), самоповаги (S_I) (p ≤ 0,01), аутосимпатії (S_{II}) (p ≤ 0,01), очікування позитивного відношення від інших (S_{III}), (S₂) (p ≤ 0,01), самоінтересу (S_{IV}), (S₆) (p ≤ 0,01), самовпевненості (S_I) (p ≤ 0,01), самоприйняття (S₃) (p ≤ 0,01), саморозуміння (S₇) (p ≤ 0,01). Негативні зв'язки з означеними показниками самовідношення виступають емпіричними гарантантами розвитку повного та досить глибокого внутрішньоособистісного конфлікту у представників дистимного типу зі стажем служби в МВС до 10 років.

Аналогічна ситуація спостерігається у поліцейських з тривожним типом характеру. Показник тривожного типу (Т) демонструє негативні зв'язки з такими показниками як: інтегральний показник самовідношення «Я» (S) (p ≤ 0,01), самоповаги (S_I) (p ≤ 0,05), аутосимпатії (S_{II}) (p ≤ 0,05), очікування позитивного відношення від інших (S_{III}), (S₂) (p ≤ 0,01), самовпевненості (S_I) (p ≤ 0,05), саморозуміння (S₇) (p ≤ 0,05).

Показник афективно-екзальтованого типу (А) позитивно корелює з показником самозвинувачення (S₅) (p ≤ 0,01), негативно – з інтегральним показником самовідношення «Я» (S) (p ≤ 0,05), самоповаги (S_I) (p ≤ 0,05), аутосимпатії (S_{II}) (p ≤ 0,01), самовпевненості (S_I) (p ≤ 0,01), саморозуміння (S₇) (p ≤ 0,01).

Внутрішній емоційний фон поліцейських розвиненої групи досить напружений – домінують сильно виражені внутрішні емоційні стани, а відсутність вираженої апатії свідчить про значну емоційну трансформацію конативного компонента особистості. Крім того, майже однакова представленість позитивних та негативних внутрішніх емоційних станів може свідчити про можливість пере-

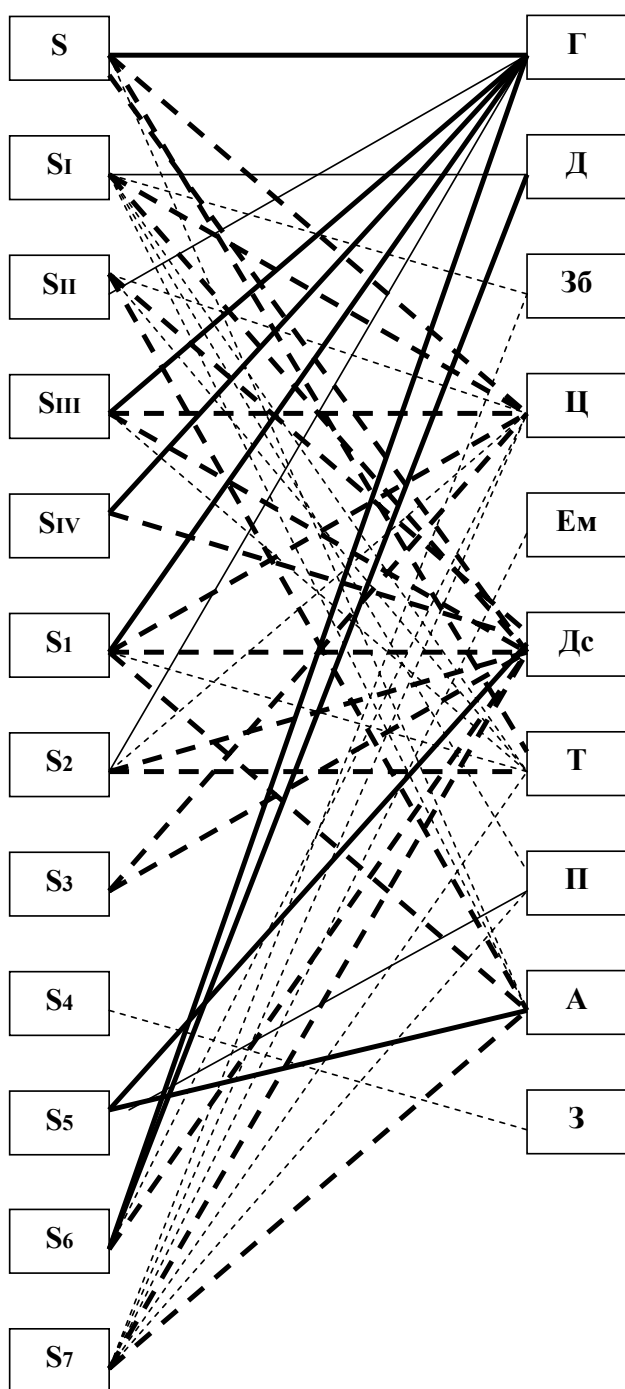


Рис. 3. Кореляційна плеяда показників самовідношення та акцентуацій особистості поліцейських до 10 років стажу служби

Примітка: (S)-інтегральний показник «Я», (S_I)-самоповага, (S_{II})-аутосимпатія, (S_{III})-очікування позитивного відношення від інших, (S_{IV})-самоінтерес, (S_I)-самовпевненість, (S₂)-відношення інших, (S₃)-самоприйняття, (S₄)-самокерівництво, самопослідовність, (S₅)-самозвинувачення, (S₆)-самоінтерес, (S₇)-саморозуміння, (Г)-гіпертимний тип, (З)-застрягаючий, (Ем)-емотивний, (П)-педантичний, (Т)-тривожний, (Ц)-циклотимний, (Д)-демонстративний, (В)-збудливий, (Дс)-дистимний, (А)-афективно-екзальтований.

ходу кожного внутрішнього емоційного стану в короточасну афективну форму перебігу, яка буде характеризуватися бурхливим емоційним спалахом або повною байдужістю, що може захоплювати всю особистість поліцейського (наприклад, в нашому випадку це може бути перехід від відчуття внутрішнього вакууму до внутрішньої нудьги та пригніченості; від внутрішньої тривоги до внутрішньої агресії). Більш тривале перебування у таких станах може свідчити про професійну деформацію – необхідно контролювати час перебування особистості у відмічених внутрішніх емоційних станах або відмічати емоційний поріг поліцейських з досвідом роботи до 10 років, наприклад, для психічного стану гніву.

Висновки: Специфіка професійної діяльності з її постійним і підвищеним фактором ризику, моральним і фізичним напруженням в умовах невизначеної чи недостатньої інформації, високої відповідальності та дефіциту часу, вимагає від поліцейського приймати велику кількість самих різноманітних по своїй природі рішень, що зумовлюють внутрішні суперечності.

Загальний конструкт внутрішньоособистісного конфлікту поліцейських складається з трьох взаємозалежних та певним чином ієрархізованих компонентів: інтернального, екстернального та конативного. Ми визначили їх таким чином, оскільки вважаємо, що подібна структура дозволяє не тільки розкрити глибинно психологічний зміст феномену «внутрішньоособистісний конфлікт», але й побудувати систему превентивних заходів щодо його усунення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антонова З. Внутрішньоособистісний конфлікт як криза професійного становлення майбутніх психологів. *Psychology Travelogs*. 2022. № 1. С. 32–47. URL: <https://doi.org/10.31891/PT-2022-1-3>.
2. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях / З.Р. Кісіль, Д.В. Швець. Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.
3. Матієнко Т. В. Психологічний аналіз проблеми прийняття ефективних рішень в оперативно-розшуковій діяльності. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2008. № 1. С. 151–154.
4. Ликова М. Внутрішньоособистісний конфлікт як один із чинників розвитку лідерських якостей студентів. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2020. № 2-3(20). С. 83–92.

ВПЛИВ ВІДДАЛЕНОЇ РОБОТИ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

THE IMPACT OF REMOTE WORK ON THE MENTAL HEALTH OF WORKERS IN MARTIAL LAW

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.38>

Друзь О.В.

головний психіатр Збройних Сил України, полковник медичної служби, Заслужений лікар України, професор кафедри публічного управління персоналом
начальник клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих) Національний військово-медичний клінічний центр «Головний військовий клінічний госпіталь»
ORCID ID: 0000-0002-5149-9556

Родченко Л.М.

д. наук з держ. упр., професор, Заслужений діяч науки і техніки, професор кафедри публічного управління персоналом
офіцер клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих) Національний військово-медичний клінічний центр «Головний військовий клінічний госпіталь», лейтенант ЗСУ
ORCID ID: 0000-0002-2141-4742

Руденко Л.М.

д. психол. н., професор, завідувач кафедри спеціальної психології і медицини Український державний університет імені Михайла Драгоманова
ORCID ID: 0000-0003-1655-5708

Особливого значення в умовах воєнного стану набуває проблема дистанційної зайнятості працівників організації. Для забезпечення стабільної та продуктивної роботи організацій ключовим завданням є пошук дієвих методів підтримки працівників та збереження їх психічного здоров'я. У статті здійснено теоретичний аналіз поняття «віддалена робота» та визначено її вплив на психічне здоров'я працівників в умовах війни. Визначено фактори, які впливають на віддалену роботу: гнучкість, автономія, продуктивність, технологія та психосоціальні ризики. Констатовано, що ключовим чинником у контексті впливу віддаленої роботи на працівників організації виступає стрес. Встановлено, що основними факторами віддаленої роботи, які впливали на робочий стрес, були організаційний клімат, задоволеність роботою, конфлікт між сім'єю та роботою, соціальна ізоляція, використання цифрових платформ, автономія роботи та зміни на робочому місці. Виокремлено основні елементи формування культури психічного здоров'я працівника на робочому місці такі як: комунікація, лідерство, зовнішня спільнота та зв'язки, політика та засоби, створення здорового робочого середовища. Результати проведеного теоретичного дослідження можуть бути використані у розробці спеціальних психологічних технологій задля збереження психічного здоров'я працівників організації.

Відзначено, що організації повинні сприяти підвищенню стійкості, вдосконалювати методи роботи, а також розвивати організаційну культуру, засновану на довірі та зниженні ризиків. Це дозволить створити ефективно середовище віддаленої роботи, яке гарантуватиме здоров'я та благополуччя працівників, одночасно виконуючи домовленості та цілі організації.

Підкреслено: впровадження віддаленої роботи в умовах воєнного стану має значний вплив на психічне здоров'я працівників організації, одним із основних факторів якого є робочий стрес. Для збереження психічного здоров'я працівників організації важливою є соціальна підтримка, яка включає довірливе ставлення, вираження близькості, співпереживання, поради колег та керівництва, аналіз ситуації та зворотній зв'язок щодо різноманітних робочих питань, вираження прийняття, а також позитивна неробоча взаємодія та дружнє спілкування.

Ключові слова: віддалена робота, організація, психічне здоров'я, стрес, воєнний стан, управління персоналом, безпека.

The problem of remote employment of employees of organisations is of particular importance in the context of martial law. In order to ensure stable and productive work of organisations, the key task is to find effective methods of supporting employees and preserving their mental health. The article carries out a theoretical analysis of the concept of "remote work" and determines its impact on the mental health of employees in wartime. The factors that influence remote work are identified: flexibility, autonomy, productivity, technology and psychosocial risks. It is stated that the key factor in the context of the impact of remote work on employees of organisations is stress. It has been found that the main factors of remote work that influenced work stress were organisational climate, job satisfaction, family-work conflict, social isolation, use of digital platforms, work autonomy and changes in the workplace. The main elements of the formation of an employee's mental health culture in the workplace are highlighted, such as: communication, leadership, external community and connections, policies and tools, and creating a healthy work environment. The results of the theoretical study can be used in the development of special psychological technologies to preserve the mental health of employees of organisations.

It was noted that organizations should promote resilience, improve work methods, and develop an organizational culture based on trust and risk reduction. This will create an effective remote work environment that will ensure the health and well-being of employees while meeting the agreements and goals of the organization.

Emphasized: the implementation of remote work in martial law conditions has a significant impact on the mental health of the organization's employees, one of the main factors of which is work stress. In order to maintain the mental health of the employees of the organization, social support is important, which includes a trusting attitude, expressions of closeness, empathy, advice from colleagues and management, analysis of the situation and feedback on various work issues, expressions of acceptance, as well as positive non-work interaction and friendship communication.

Key words: remote work, organisation, mental health, stress, martial law, personnel management, security.

Постановка проблеми. Кардинальні зміни в суспільстві викликали трансформацію соціальних поглядів та прагнень людей, що знайшло відображення у змінах суспільної свідомості. Адже норми й цінності, які раніше підтримувались соціальними інституціями, більше не відповідають реаліям сьогодення. Водночас нові переконання й орієнтири, котрі мають регулювати поведінку особистості у нових умовах,

ще остаточно не сформувались. Тому суспільство перебуває у стані ціннісної трансформації та пошуку оптимальних моделей соціальної взаємодії. Поширення інформаційно-комунікаційних технологій та віддалена робота стали новою реальністю в умовах пандемії COVID-19. Війна в Україні ще більше актуалізувала питання дистанційної зайнятості. Водночас зросло усвідомлення зв'язку між

віддаленою роботою та психологічним стресом працівників, адже криза породила глобальну невизначеність у всіх сферах життя. Для забезпечення стабільної та продуктивної роботи організацій в умовах воєнного стану ключовим завданням є пошук дієвих методів підтримки працівників та збереження їх психічного здоров'я. Адже саме згуртованість, витривалість і психічна стійкість колективу є запорукою ефективного функціонування організації в кризовий період. Тому важливо приділяти належну увагу як матеріальним, так і психологічним потребам працівників задля підтримання їх працездатності та оптимізму.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідження впливу віддаленої роботи на психічний стан працівників є надзвичайно актуальним на теперішній час. Адже пандемія та воєнні дії змусили багато організацій перейти на дистанційний формат, що кардинально змінило умови праці працівників. Тривала ізоляція, невизначеність, побоювання за майбутнє можуть негативно позначатися на психічному здоров'ї працівників. Тому глибоке розуміння цієї проблематики та пошук ефективних методів підтримки працівників є вкрай важливим для забезпечення продуктивної роботи та стійкості організацій.

Мета дослідження: здійснити теоретичний аналіз поняття «віддалена робота» та визначити її вплив на психічне здоров'я працівників в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. Віддалена робота виникла в контексті продуктивного відновлення, яке було породжене в сімдесятих роках із включенням технологій як посередницького елемента інновацій [13]. Віддалена робота полягає у використанні інформаційно-комунікативних технологій для виконання робочих завдань поза приміщенням організації.

Науковці [19; 20] стверджують, що на віддалену роботу впливають структурні, реляційні, контекстуальні та модеруючі фактори. Структурні фактори відповідають аспектам, які можуть сприяти або перешкоджати мож-

ливостям віддаленої роботи, таким як трудова незалежність і чіткість трудових критеріїв. Реляційні – це соціальні взаємодії та форми співпраці в компанії, такі як соціальна ізоляція. Серед контекстуальних факторів – зміна робочого місця та переривання робочих рутин. Модеруючі фактори стосуються якості організаційної комунікації та використання інформаційно-комунікативних технологій.

На віддалену роботу впливають такі фактори, як: гнучкість, автономія, продуктивність, технологія та психосоціальні ризики [15] (табл. 1).

Не існує єдиного визначення поняття «гнучкість праці», а є лише розуміння її зв'язку зі змінною традиційною моделлю роботи. Дистанційна зайнятість розглядається як гнучка схема, яка дає додаткові свободи в управлінні робочим часом, а також як гнучка форма організації праці та робочого місця [2].

Трудова автономія – це свобода працівників у прийнятті рішень стосовно виконання своїх завдань та діяльності [7]. У зв'язку з цим Європейський фонд удосконалення умов життя та праці (Eurofound) і Європейське агентство з безпеки та гігієни праці (EU-OSHA) стверджують, що працівники з більшою автономією в роботі відчувають менше стресу, ніж ті, хто виконує вимогливу роботу з меншою автономністю. Тобто, чим більше самостійності має людина у ході виконання своїх обов'язків, тим меншим є рівень стресу, навіть якщо робота є складною та відповідальною. Автономність та контроль над власною діяльністю виступають стресозахисними чинниками.

За певних умов віддалена робота може позитивно впливати на продуктивність і ефективність праці [18]. З іншого боку, продуктивність віддаленої зайнятості залежить від індивідуального ставлення та сприйняття працівника [9]. Тобто віддалена робота за відповідного підходу та організації цілком здатна підвищувати результативність персоналу. Проте багато в чому це визначається суб'єктивною думкою кожного окремого співробітника про таку форму діяльності. Позитивне чи

Таблиця 1

Фактори впливу на віддалену роботу

Фактор	Індикатор
Гнучкість	Підтримка організації, виконання заходів, адаптація, комунікація, досягнення цілей та час, витрачений на досягнення цілей
Автономія	Свобода навантаження, планування, прийняття рішень, необхідних ресурсів, графіку роботи та необхідного обладнання
Продуктивність	Контроль і моніторинг діяльності, досягнення цілей, оцінка ефективності, робота в команді, умови праці, задоволеність роботою та перевантаження
Технологія	Технологічна інфраструктура, комунікаційні платформи, інформаційно-комунікаційні технології, підключення до Інтернету, цифрові навички та опір змінам
Психосоціальні ризики	Стрес, дискомфорт, депресія, тривога, мотивація, творчість, соціальна ізоляція та міжособистісні стосунки

негативне сприйняття віддаленої роботи впливатиме на її ефективність для цієї людини.

Технологічний прогрес став каталізатором розвитку віддаленої роботи завдяки можливості працювати з будь-якої локації та у зручний час. Водночас, вимоги та інтенсивність дистанційної зайнятості впливають на психічне та емоційне здоров'я працівників, спричиняючи стрес, тривожність та депресію. Отже, з одного боку цифровізація уможливила гнучкі умови праці, а з іншого – породила нові психологічні ризики, які потребують уваги та ефективного вирішення задля збереження благополуччя віддалених працівників [8].

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), психічне здоров'я – це стан благополуччя, за якого людина може реалізувати свій потенціал, справлятися зі звичайним життєвим стресом, а також продуктивно і плідно працювати на благо суспільства. Варто наголосити, що в сучасних дослідженнях поняття психічного здоров'я трактується ширше, ніж просто відсутність психічних розладів. Воно передбачає позитивне ставлення людини до життя, а також її психологічне, духовне та соціальне благополуччя [23].

На думку Дзюби Т., розуміння місця професійного здоров'я в системі цінностей фахівця та усвідомлення його важливості для продуктивної професійної діяльності є ключовими складовими формування культури дбайливого ставлення до власного здоров'я [1]. Професійне здоров'я залежить від цілого ряду чинників робочого середовища. Тому для працівників організацій особливо важливі здоровий спосіб життя, дотримання режимів праці та відпочинку, уникнення стресів тощо. Адже здоров'я є стратегічним ресурсом, що дозволяє ефективно реалізовувати себе в професії та досягати успіху з мінімальними витратами. Отже, культивування цінностей здорового способу життя важливе для фахівців будь-якої галузі.

Психічне здоров'я – це відносно стабільне відчуття людини себе як цілісної особисто-

сті, здатної адекватно реагувати на зовнішній вплив. Психічно здорова людина має стійкі емоційні реакції в подібних ситуаціях, може планувати і критично оцінювати свою поведінку та діяльність, а також змінювати їх. Вона переживає різноманітні емоції та ефективно з ними впоратися, що дає змогу жити повноцінним життям.

На рис. 1 представлено основні елементи формування культури психічного здоров'я працівника на робочому місці [16].

Комунікація. Працівники отримують зворотний зв'язок про свої успіхи та досягнення колективу у сфері психічного здоров'я. Вони залучені до обговорення цінності психічного благополуччя для окремого співробітника і організації загалом. Адже комунікація виступає інструментом навчання, мотивації, побудови довіри та просування різноманітних ініціатив.

Лідерство. Керівництво підтримує психічне здоров'я колективу через вплив на прийняття рішень, розподіл ресурсів та особистий приклад. Ця підтримка є важливим чинником успіху політики компанії у цій сфері.

Зовнішня спільнота та зв'язки. Організація підтримує контакти із зовнішнім соціальним середовищем як продовженням професійного, це має альтруїстичний характер та спрямоване на бажання допомогти. Обізнаність працівників щодо корпоративної соціальної відповідальності пов'язана з їхніми зусиллями на роботі.

Політика та інструменти. В організації є формальна політика та засоби, узгоджені з її цінностями та розроблені для їх підтримки. Це забезпечує інфраструктуру для впровадження та реалізації ініціатив із збереження психічного здоров'я. Стратегії ґрунтуються на політиці та підвищують залученість працівників у відповідні програми.

Створення здорового середовища. Формування сприятливих умов підтримує діяльність, узгоджену з цінностями організації. Фінансові ресурси забезпечують підтримку



Рис. 1. Основні елементи формування культури психічного здоров'я

благополуччя колективу. Саме здорове оточення в поєднанні з різноманітними заходами щодо збереження психічного здоров'я сприяють поліпшенню стану працівників. Підтримка з боку керівництва формує позитивне сприйняття адміністрації колективом.

ВООЗ наголошує на важливості зміцнення психічного здоров'я на робочому місці, адже саме воно є запорукою підвищення продуктивності праці та конкурентоспроможності організації. Отже, турбота про збереження психічного здоров'я і добробуту співробітників є вкрай необхідною.

Ключовим чинником у контексті впливу віддаленої роботи виступає боротьба зі стресом. Адже саме стрес часто є причиною виснаження й емоційного вигорання персоналу, що згубно позначається як на працівниках, так і на результатах діяльності компанії.

Зазначимо, стресовий досвід породжується низкою подій у навколишньому середовищі або особистих подій, які можна визначити як джерела стресу або стресори. Ці події призводять до того, що людина переживає низку емоційних переживань, які породжуються вимогою або вимогами, які вона не може контролювати і які стають для неї загрозою [17].

Стрес на роботі пов'язаний з організацією роботи, дизайном роботи та трудовими відносинами; і він виникає, коли вимоги не відповідають або перевищують можливості, ресурси чи потреби працівника. Це також трапляється, коли навички працівника не відповідають очікуванням організації [10].

Робочий стрес – це реакція взаємодії між працівником і його робочим середовищем. Він сприймається ними як непосильний; таким чином, що він перевищує їхні власні ресурси, і де він впливає на їхнє здоров'я та благополуччя.

Одночасно слід наголосити, що існує набір стресових характеристик роботи, які поділяються на дві групи: зміст і контекст роботи. Зміст роботи стосується умов та організації роботи; серед них виділяють робоче навантаження та робоче середовище. Контекст роботи пов'язаний з трудовими відносинами, організаційною культурою, виконуваною роллю та кар'єрним розвитком, серед іншого [6].

Michie S. [12] визначив ситуації, які регулярно викликають стрес на роботі, як непередбачувані або неконтрольовані, невизначені або невідомі, пов'язані з конфліктами або зниженням продуктивності. Так само стрес може бути спричинений подіями, обмеженими в часі, наприклад, тиском через дедлайни, або постійними ситуаціями, такими як вимоги сім'ї чи нестабільність на роботі.

Іншими словами, фактори на робочому місці, пов'язані зі стресом і ризиками для здоров'я працівника, зосереджені на соціальному

середовищі та організаційному контексті. Внутрішні фактори включають довгий робочий день, перевантаження, тиск часу, складні завдання, відсутність перерв і неадекватні фізичні умови.

На думку Marcilla-Gutierrez T. [11], психосоціальні фактори ризику виходять за межі середовища компанії і включають аспекти, які генерують стрес. Отже, психосоціальні фактори ризику – це умови на роботі, які потенційно генерують стрес, такі як робоча діяльність та міжособистісні стосунки.

ВООЗ [14] зазначає, що найчастішими причинами робочого стресу є психосоціальні ризики, пов'язані з організацією, дизайном та умовами праці, а також зовнішні умови, які можуть впливати на здоров'я, безробіття та задоволеність роботою.

За даними ВООЗ [21], робота та психічне здоров'я безпосередньо пов'язані між собою. Підтримка безпечного та здорового робочого середовища дозволяє людям працювати продуктивно. І навпаки, небезпечне та нездорове робоче середовище може погіршити психічне здоров'я, а поганий стан психічного здоров'я обмежує розвиток людини.

Варто зазначити, що нещасні випадки на роботі, такі як стрес, довгий робочий день і хвороби, пов'язані з роботою, спричиняють 374 мільйони смертей на рік і впливають на економічне, емоційне та фізичне благополуччя, а також на особисте та сімейне життя. Одним з аспектів, який спричинив вплив на працівників, є збільшення зв'язку або гіперзв'язку, що призвело до впливу на психічне здоров'я, яке впливає на роботу та особисте життя, оскільки вони не відпочивають [4].

Вплив наслідків робочого стресу варіюється від однієї людини до іншої, однак він може спричинити психічні захворювання, стрес, тривогу, депресію та вигорання, а також викликати цереброваскулярні, кістково-м'язові та репродуктивні захворювання. З іншого боку, стрес на роботі спричиняє різні поведінкові проблеми у людини, такі як зловживання алкоголем і наркотиками, а також збільшення куріння і розлади сну [14].

Епізоди стресу проявляються по-різному, симптоми яких можна згрупувати в наступні групи: фізіологічні, психологічні та поведінкові. Фізіологічні симптоми – це метаболічні зміни, такі як прискорене серцебиття, головні болі та серцеві напади. Психологічні – це зміни у ставленні та настрої людини, такі як незадоволеність роботою, напруженість і тривожність. Нарешті, поведінкові симптоми включають зміни в продуктивності, прогули та раціональне харчування [3].

Розвиток когнітивних або фізичних симптомів стресу у працівників може збільшити частоту відволікань, помилок у судженнях або

звичних невдач у їхній робочій діяльності. Крім того, такі робоче навантаження, вимоги до роботи, погана здатність приймати рішення, а також проблеми з керівниками та колегами пов'язані з робочим стресом у працівників [5].

Існують різні підходи до управління або запобігання стресу на роботі, найбільш помітними з яких є індивідуальні підходи та організаційні підходи.

У контексті індивідуального підходу можна віднести такі техніки, як: тайм-менеджмент, фізичні вправи, вправи на розслаблення, йога, соціальна підтримка, біологічний зворотній зв'язок, модифікація поведінки, вільний день та психологічна терапія.

Організаційний підхід, на нашу думку, передбачає: підбір персоналу, постановка цілей, групове прийняття рішень, організаційні комунікації, оздоровчі програми, контроль емоційного клімату, сприяння соціальній підтримці на роботі, спеціальні методи лікування стресу та встановлення соціальної відповідальності організацій.

У 2021 році Всесвітня асамблея ВООЗ схвалила оновлений «Комплексний план дій щодо охорони психічного здоров'я на 2013–2030 роки». Він визначає конкретні кроки для держав-членів ВООЗ, її Секретаріату та міжнародних і національних партнерів, спрямовані на сприяння психічному здоров'ю і благополуччю населення, попередження розладів для груп ризику та забезпечення загального доступу до послуг у сфері психічного здоров'я [22].

Незважаючи на оновлені показники та підходи, чотири основні цілі плану залишились незмінними: ефективніше лідерство та управління працівниками; надання комплексних послуг на рівні організацій; впровадження стратегій просування і профілактики; посилення інформаційних систем, доказової бази і досліджень.

Тому організації повинні сприяти підвищенню стійкості, вдосконалювати методи роботи, а також розвивати організаційну культуру, засновану на довірі та зниженні ризиків. Це дозволить створити ефективне середовище віддаленої роботи, яке гарантуватиме здоров'я та благополуччя працівників, одночасно виконуючи домовленості та цілі організації.

Висновки та перспективи подальших досліджень. У процесі проведення дослідження виявлено, що впровадження віддаленої роботи в умовах воєнного стану має значний вплив на психічне здоров'я працівників організації, одним із основних факторів якого є робочий стрес. Для збереження психічного здоров'я працівників організації важливою є соціальна підтримка, яка включає довірливе ставлення, вираження близькості, співпере-

живання, поради колег та керівництва, аналіз ситуації та зворотній зв'язок щодо різноманітних робочих питань, вираження прийняття, а також позитивна неробоча взаємодія та дружнє спілкування.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці спеціальних психологічних технологій задля збереження психічного здоров'я працівників організацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дзюба Т.М. Професійне здоров'я в системі ціннісних орієнтацій професіонала. *Наука і освіта*. 2014. № 6. С. 46–50.
2. Alaimo V., Alarcón V., Hernandez J., Kaplan D., Novella R., Chaves M.N. El Futuro del Trabajo en América Latina y el Caribe: La Flexibilidad, ¿Llegó para Quedarse? Publications BID. Available online: <https://publications.iadb.org/publications/spanish/viewer/El-futuro-del-trabajo-en-América-Latina-y-el-Caribe-la-flexibilidad-llego-para-queedarse.pdf>
3. Atalaya M. El Estrés Laboral y su influencia en el trabajo. *Ind. Data* 2001. 4. P. 25–36.
4. Azzi M. El Estrés, los Accidentes y las Enfermedades Laborales Matan a 7500 Personas Cada Día | Noticias ONU. Available online: <https://news.un.org/es/story/2019/04/1454601>.
5. Chan M. Fatigue: The Most Critical Accident Risk in Oil and Gas Construction. *Constr. Manag. Econ.* 2011. 29. P. 341–353.
6. Cox T., Griffiths A., Rial-Gonzalez E. Work-Related Stress; Office for Official Publications of the European Communities: Luxembourg, 2000.
7. Faya Salas A., Venturo Orbegoso C., Herrera Salazar M., Hernández Vásquez R.M. Autonomía del trabajo y satisfacción laboral en trabajadores de una universidad peruana. *Apunt. Univ. Rev. Investig.* 2018. 8. P. 43–56.
8. González-Valencia Y.L. Riesgos psicosociales y teletrabajo. *Cat. Editor.* 2021. 1. P. 202–227.
9. Howe L.C., Menges J.I. Remote Work Mindsets Predict Emotions and Productivity in Home Office: A Longitudinal Study of Knowledge Workers during the COVID-19 Pandemic. *Hum.-Comput. Interact.* 2022. 37. P. 481–507.
10. ILO. Stress at Work: A Collective Challenge. Available online: https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_466549/lang-en/index.htm.
11. Marcilla-Gutierrez T. Los Riesgos Psicosociales. *DYNA-Ing. Ind.* 2010. 85. P. 167–174.
12. Michie S. Causes and Management of Stress at Work. *Occup. Environ. Med.* 2002. 59. P. 67–72.
13. Niles J.M., Carlson F.R., Gray P., Hanneman, G.G. The Telecommunications-Transportation Tradeoff. John Wiley: Hoboken, NJ, USA, 1976; Volume 88.
14. PAHO; WHO. Work Stress Is a Burden for Individuals, Workers and Societies. Pan American Health Organization/World Health Organization. URL: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11973:work-place-stress-takes-a-toll-on-individuals-employers-and-societies&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0

15. Pasquel Cajas A.F., Cajas Bravo V.T., Dávila Morán R.C. Remote Work in Peru during the COVID-19 Pandemic. *Adm. Sci.* 2023. 13. P. 58.
16. Payne J., Cluff L., Lang J., Matson-Koffman D., Morgan-Lopez A. Elements of a workplace culture of health, perceived organizational support for health, and lifestyle risk. *American Journal of Health Promotion.* 2018. 32(7), P. 1555–1567.
17. Peiro Silla J.M. El Estrés Laboral: Una Perspectiva Individual y Colectiva. *Investig. Adm.* 2001. 18. P.30.
18. Pinto A., Muñoz G.J. Teletrabajo: Productividad y bienestar en tiempos de crisis. *Esc. Psicol.* 2020. 2. P. 1–10.
19. Raghuram S., Garud R., Wiesenfeld B., Gupta V. Factors Contributing to Virtual Work Adjustment. *J. Manag.* 2001. 27. P. 383–405.
20. Semenets-Orlova, I., Rodchenko, L., Chernenko, I., Druz, O., Rudenko, M., & Poliuliakii, R. (2022). Requests for public information in the state Administration in situations of military operations. *Ann. Fac. Der. U. Extremadura*, 38, 249.
21. Semenets-Orlova, I. (2017). Procedural aspects of educational changes: empirical findings at institutional level. *Advanced Education*, 64–67.
22. Semenets-Orlova, I. A. (2018). Derzhavne upravlinnia osvithnomy zminamy v Ukraini: teoretychni zasady [Public Management of Educational Change in Ukraine: Theoretical Principles]. *Kyiv: YuSPTON [in Ukrainian]*.
23. Semenets-Orlova, I., Mykhailych, O., Klochko, A., Nestulya, S., & Omelyanenko, V. (2019). Readiness of the education manager to provide the organizational development of institutions (based on the sociological research). *Problems and Perspectives in Management*, 17(3), 132–142.
24. Semenets-Orlova, I. (2018). Tendencias in reforming the educational system of modern Ukraine: national and regional aspects. *Публічне урядування*, (2 (12)), 191–200.
25. Van Zoonen W., Sivunen A., Blomqvist K., Olsson T., Ropponen A., Henttonen K., Vartiainen M. Factors Influencing Adjustment to Remote Work: Employees' Initial Responses to the COVID-19 Pandemic. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2021. 18. P. 6966.
26. WHO; ILO. Mental Health at Work; Report; ILO: Geneva, Switzerland, 2022. Available online: http://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/areasofwork/workplace-health-promotion-and-well-being/WCMS_856976/lang{-}-en/index.htm
27. World Health Organization. Comprehensive mental health action plan 2013–2030. *World Health Organization.* 2021. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/345301>
28. World Health Organization. «Mental health: strengthening our response». 2022. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

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.

НОТАТКИ

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 53

Коректура • Я. Вишнякова

Комп'ютерна верстка • О. Молодецька

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 23,62. Ум. друк. арк. 24,88.

Підписано до друку 27.09.2023. Замов. № 1123/687. 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.