

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 58



Видавничий дім
«Гельветика»
2024

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Лісєнко Олена Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Алісаускієне Мілда – доктор соціальних наук, професор

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

Ендріулайтієне Ауксе – доктор психологічних наук, професор

Тавровецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент

Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор

Хижняк Лариса Михайлівна – доктор соціологічних наук, професор

Яковлев Денис Вікторович – доктор політичних наук, професор

Волошенко Марина Олександрівна – доктор педагогічних наук, доцент

Кузьменко Вячеслав Віталійович – доктор філософських наук, професор

Деркач Лідія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор

Асєєва Юлія Олександрівна – доктор психологічних наук

Яковлева Лілія Іванівна – доктор політичних наук, професор

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

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

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 2 від 26.02.2024 року)**

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

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

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

© ПУ «Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій», 2024

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1**ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ****Лопушняк Е.І.**ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ СИСТЕМИ СТРИМУВАНЬ І ПРОТИВАГ
У ДЕМОКРАТИЧНИХ СУСПІЛЬСТВАХ: МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ11**СЕКЦІЯ 2****СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Pygolenko I.V., Ding Rong**THE ROLE OF POLITICAL RITUALS IN FORMING THE NATIONAL IDENTITY
OF CHINESE YOUTH17**Тащенко А.Ю.**РЕКОМЕНДОВАНО ОСТЕРІГАТИСЯ: «СВОЯ ДОЛЯ І СВІЙ ШЛЯХ ШИРОКИЙ»
У КОНТЕКСТІ ВІКОВИХ НЕРІВНОСТЕЙ ТА ЕЙДЖИЗМУ..... 22**СЕКЦІЯ 3****СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Вілкова О.Ю.**

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГЕНДЕРНОЇ ТЕОРІЇ..... 31

Гудзенко О.З., Щепова Д.Р.ДИСКУРС «ІЛЮЗОРНОСТІ» ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ В СУЧАСНОМУ
СОЦІОЛОГІЧНОМУ ТЕОРЕТИЗУВАННІ..... 37**Наумова М.Ю.**

ДИНАМІКА ІНДЕКСУ МЕДІАГРАМОТНОСТІ УКРАЇНЦІВ: 2020–2022 РР..... 43

Нечітайло І.С.НОРМАЛІЗАЦІЯ ЖИТТЯ ЯК ФУНКЦІЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ
(НА ПРИКЛАДІ УКРАЇНСЬКИХ ШКІЛ)..... 53**СЕКЦІЯ 4****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Бєлоусова К.В., Волженцева І.В.**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ
У ВІТЧИЗНЯНІЙ І СВІТОВІЙ НАУЦІ 58**Макарова О.П., Червоний П.Д.**ОСНОВНІ КОНЦЕПЦІЇ ЕМОЦІЙ ТА ЇХНЯ РОЛЬ У СОЦІАЛІЗАЦІЇ
ПІД ЧАС ТРУДОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ..... 65

СЕКЦІЯ 5 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Володарська Н.Д. ТРЕНІНГ АКТИВІЗАЦІЇ ВНУТРІШНІХ РЕСУРСІВ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	69
Куліш О.В., Сірик І.В. МЕТОДИ АРТТЕРАПІЇ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	77
Лялюк Г.М. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ.....	83
Метельська Н.Й. ОСОБЛИВОСТІ РЕГУЛЯТИВНОГО КОМПОНЕНТА ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ОСВІТИ З РІЗНИМ РІВНЕМ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	88
Мухіна Л.М. ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ ТА УНИКНЕННЯ НЕВДАЧ У СТУДЕНТСЬКОМУ КОЛЕКТИВІ	93
Стадник А.Г., Кузьміна М.О., Шеховцов О.В. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ ІЗ СИРОТАМИ ТА ДІТЬМИ, ПОЗБАВЛЕНИМИ БАТЬКІВСЬКОГО ПІКЛУВАННЯ.....	98
Столярчук О.А., Сергєєнкова О.П. РЕАЛІЗАЦІЯ ІДЕЙ СТАЛОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА У БАЧЕННІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	104
Швед М.П. НЕЙРОКОГНІТИВНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ У ДИТЯЧОМУ ВІЦІ.....	109

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Восковський А.А. КОРЕКЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ НАСТІЛЬНОЇ РОЛЬОВОЇ ГРИ DUNGEONS&DRAGONS У КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ.....	115
Григор'єв О.В. ТЕОРЕТИЧНЕ ПІДҐРУНТЯ ДЕЗАДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ІНТЕРНАТНИХ УСТАНОВАХ.....	121
Денисенко А.О., Демешкан І.О. ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО МАТЕРИНСТВА МОЛОДИХ ЖІНОК У ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ.....	127
Дубровський Д.П., Хайрулін О.М. ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ ТРАВМАТИЧНОЮ АМПУТАЦІЄЮ В УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ.....	132
Затерта З.В. РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ.....	140

Кириченко Т.В. ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....	145
Коваль Г.Ш. ТРАНСФОРМАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ЧОЛОВІЧОЇ МАСКУЛІННОСТІ В КІБЕРПРОСТОРІ.....	150
Красілова Ю.М., Ільчук А.М. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ НА ВИБІР МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЇ СТУДЕНТІВ.....	155
Мазоха І.С. ОСОБЛИВОСТІ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	162
Никифоров С.Л. ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ МЕНЕДЖЕРІВ НА БАЗІ ТРЕТИННОГО СЕКТОРУ ЕКОНОМІКИ.....	167
Парасей-Гочер А.О. ВПЛИВ КУЛЬТУРНИХ ЧИННИКІВ НА ВИБІР САМОРЕАЛІЗАЦІЙНИХ СТРАТЕГІЙ У ЖІНОК: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ МІЖ КУЛЬТУРАМИ.....	172
Письменний С.О. РІВЕНЬ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЛИЗЬКОСТІ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	178
Пуліч О.А. ПРОБЛЕМАТИКА СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В ТЕОРІЇ І ПРАКТИЦІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ.....	184
Рева М.М. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ РІЗНИМ СТАВЛЕННЯМ ДО МАЙБУТНЬОГО.....	189
Спринська З.В. АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПСИХОЛОГІВ.....	194
Яворська-Ветрова І.В. СТАТУС КОНЦЕПТУ «ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ» У КОНТИНУУМІ ПОНЯТЬ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ.....	200
 СЕКЦІЯ 7 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ	
Дрозд О.В., Гудовський В.А. ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПЕДАГОГІЧНОМУ КОЛЕКТИВІ ЗОШ	207
Чайка Р.М. ВЗАЄМВІДНОСИНИ МІЖ ПРОФІЛЯМИ ПРИЙНЯТТЯ КАР'ЄРНИХ РІШЕНЬ ТА СКЛАДНОЩАМИ ПРИЙНЯТТЯ КАР'ЄРНИХ РІШЕНЬ.....	212

СЕКЦІЯ 8**СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Большакова А.М., Дубінін Д.О.**

АКСІОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ І КОГНІТИВНИЙ КОМПОНЕНТ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ.....216

Бурдейна Ю.С., Яблонський А.І.

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ІНТЕРВЕНЦІЙ У ПІДВИЩЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ..... 221

Гончарова Я.І.

СПЕЦИФІКА ПРОАКТИВНОЇ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ..... 227

Дудецька С.М., Заїка В.М.

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ БЕЗРОБІТНИХ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ..... 232

Прокоф'єва Л.О.

ВПЛИВ БОЙОВОГО СТРЕСУ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ..... 239

Тимошенко О.І., Белавіна Т.І.

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ПОЛІФАКТОРНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ..... 244

СЕКЦІЯ 9**ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Богдан Т.В., Горобець Т.В.**

ОСОБЛИВОСТІ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....249

Казаков С.С.

ТРЕНДИ ДОСЛІДЖЕНЬ ТУРБОТИ ПРО ЗДОРОВ'Я: БІБЛІОМЕТРИЧНИЙ АНАЛІЗ..... 257

Кіріллова А.О.

НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНИЙ ПРОФІЛЬ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА..... 267

Науменко Н.О., Антонова-Рафі Ю.В.

ВПЛИВ УЯВЛЕНЬ ПРО СПРИЙНЯТТЯ ОТОЧУЮЧИМИ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМ АКТИВНОСТІ ТА УВАГИ..... 272

Taghiyeva T.M.

PSYCHOCORRECTION APPROACHES IN MIGRANT FAMILY SETTINGS..... 279

Татьянчиков А.О., Цільмак О.М., Яковенко В.Ю.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПАЦІЄНТАМИ ОНКОЛОГІЧНОГО ЗАХВОРЮВАННЯ..... 286

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ..... 291

CONTENTS

SECTION 1

THEORY AND HISTORY OF SOCIOLOGY

Lopushniak E.I.

FEATURES OF THE RESEARCH SYSTEMS OF CHECKS AND BALANCES
IN DEMOCRATIC SOCIETIES: METHODOLOGICAL APPROACHES.....11

SECTION 2

SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS

Pygolenko I.V., Ding Rong

THE ROLE OF POLITICAL RITUALS IN FORMING THE NATIONAL IDENTITY
OF CHINESE YOUTH17

Taschenko A.Yu.

CAUTION ADVISED: "ONE'S FORTUNE AND ONE'S WAY WIDE"
IN THE CONTEXT OF AGE INEQUALITIES AND AGEISM.....22

SECTION 3

SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES

Vilkova O.Yu.

PROSPECTS FOR THE EVOLUTION OF GENDER THEORY.....31

Hudzenko O.Z., Schepova D.R.

DISCOURSE OF THE "ILLUSION" OF PUBLIC OPINION IN CONTEMPORARY
SOCIOLOGICAL THEORIZATION.....37

Naumova M.Yu.

DYNAMICS OF THE MEDIA LITERACY INDEX OF UKRAINIANS: 2020–2022.....43

Nechitailo I.S.

NORMALIZATION OF LIFE AS A FUNCTION OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS
IN THE CONDITIONS OF WAR (ON THE EXAMPLE OF UKRAINIAN SCHOOLS).....53

SECTION 4

GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY

Bielousova K.V., Volzhentseva I.V.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ANALYSIS OF THE PROBLEM
OF ADAPTATION IN RUSSIAN AND WORLD SCIENCE.....58

Makarova O.P., Chervonyi P.D.

BASIC CONCEPTS OF EMOTIONS AND THEIR ROLE IN SOCIALIZATION
DURING THE LABOR ACTIVITY OF THE PERSON.....65

SECTION 5

DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY

Volodarska N.D.

TRAINING FOR ACTIVATION OF INTERNAL RESOURCES OF STUDENTS
IN WAR CONDITIONS.....69

Kulish O.V., Siryk I.V. ART THERAPY METHODS IN WORKING WITH INTERNALLY DISPLACED CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE.....	77
Lialiuk H.M. SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF BULLYING AMONG ADOLESCENTS.....	83
Metelska N.Y. PECULIARITIES OF THE REGULATORY COMPONENT OF PROFESSIONAL SELF-CONSCIOUSNESS OF EDUCATORS WITH DIFFERENT LEVELS OF QUALIFICATION.....	88
Mukhina L.M. FEATURES OF MOTIVATION TO ACHIEVE SUCCESS AND AVOID FAILURES IN THE STUDENT TEAM.....	93
Stadnyk A.H., Kuzmina M.O., Shekhovtsov O.V. THEORETICAL APPROACHES TO THE ORGANIZATION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL WORK WITH ORPHANS AND CHILDREN DEPRIVED OF PARENTAL CARE.....	98
Stoliarchuk O.A., Serhieienkova O.P. IMPLEMENTATION OF IDEAS OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT OF SOCIETY IN THE VISION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS.....	104
Shved M.P. NEUROCOGNITIVE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL TRAUMATIZATION IN CHILDHOOD.....	109
 SECTION 6 PERSONALITY PSYCHOLOGY	
Voskovskyi A.A. THE PSYCHO CORRECTIVE POTENTIAL OF TABLETOP ROLE-PLAYING GAME “DUNGEONS&DRAGONS” IN THE CONTEXT OF THE DEVELOPMENT OF THE SOCIAL INTELLIGENCE OF AN INDIVIDUAL.....	115
Hryhor’iev O.V. THEORETICAL FOUNDATIONS OF PERSONALITY DISADAPTATION IN BOARDING INSTITUTIONS.....	121
Denysenko A.O., Demeshkan I.O. PSYCHOLOGICAL READINESS FOR MOTHERHOOD IN YOUNG WOMEN DURING THE PANDEMIC	127
Dubrovskyi D.P., Khairulin O.M. TECHNOLOGICAL ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL REHABILITATION AND RESOCIALIZATION OF MILITARY PERSONNEL – COMBATANTS WITH TRAUMATIC AMPUTATION IN THE CONTEXT OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE.....	132
Zaterta Z.V. RESILIENCE OF PERSONALITY AS A PROBLEM OF MODERN PSYCHOLOGICAL SCIENCE.....	140

Kyrychenko T.V. PSYCHOLOGICAL REHABILITATION AND SOCIAL ADAPTATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS.....	145
Koval H.Sh. TRANSFORMATION OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MALE MASCULINITY IN CYBERSPACE.....	150
Krasilova Yu.M., Ilchuk A.M. PECULIARITIES OF THE INFLUENCE OF GENDER STEREOTYPES ON THE CHOICE OF FUTURE PROFESSION OF STUDENTS.....	155
Mazokha I.S. PROCRASTINATION CHARACTERISTICS AMONG STUDENTS DURING WAR.....	162
Nykyforov S.L. FORMATION OF LEADERSHIP QUALITIES IN MANAGERS BASED ON THE TERTIARY SECTOR OF THE ECONOMY.....	167
Parasiei-Hocher A.O. THE INFLUENCE OF CULTURAL FACTORS ON THE CHOICE OF SELF-REALISATION STRATEGIES BY WOMEN: A CROSS CULTURE COMPARATIVE ANALYSIS	172
Pysmennyi S.O. THE LEVEL OF EMOTIONAL MATURITY AS A DETERMINANT OF THE PSYCHOLOGICAL CLOSENESS OF A MARRIED COUPLE DURING THE WAR.....	178
Pulich O.A. PROBLEMS OF SOCIAL COMPETENCE IN THEORY AND PRACTICE OF PSYCHOLOGICAL SCIENCE.....	184
Reva M.M. PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF COMBATANTS WITH DIFFERENT ATTITUDES TOWARDS THE FUTURE.....	189
Sprynska Z.V. ANALYSIS OF THE FEATURES OF PROFESSIONAL BURNOUT IN PSYCHOLOGISTS.....	194
Yavorska-Vietrova I.V. A STATUS OF THE “PERSONALITY MATURITY” CONCEPT IN THE CONTINUUM OF IDEAS ON PERSONALITY DEVELOPMENT	200

SECTION 7

PSYCHOLOGY OF WORK

Drozd O.V., Hudovskyi V.A. PSYCHO-CORRECTIVE PROGRAM OF CONFLICT RESOLUTION IN THE TEACHING STAFF OF SCHOOL.....	207
Chaika R.M. RELATIONSHIPS BETWEEN CAREER DECISION MAKING PROFILES AND CAREER DECISION MAKING DIFFICULTIES.....	212

SECTION 8**SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY****Bolshakova A.M., Dubinin D.O.**AXIOLOGICAL COMPETENCE AND COGNITIVE COMPONENT OF RESILIENCE
OF POLICE EMPLOYEES.....216**Burdeina Yu.S., Yablonskyi A.I.**THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS IN IMPROVING
THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS.....221**Honcharova Ya.I.**SPECIFICITY OF PROACTIVE COPING BEHAVIOR OF POLICE OFFICERS
IN THE CONDITIONS OF MARTIAL LAW227**Dudetska S.M., Zaika V.M.**FEATURES OF THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION
OF THE UNEMPLOYED DURING THE PERIOD OF MARITAL STATE.....232**Prokofieva L.O.**INFLUENCE OF COMBAT STRESS ON THE PSYCHOLOGICAL STATE
OF COMBAT PARTICIPANTS.....239**Tymoshenko O.I., Bielavina T.I.**PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF MULTIFACTOR DEPRIVATION
OF MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS.....244**SECTION 9****PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY****Bohdan T.V., Horobets T.V.**

FEATURES OF DEPRESSIVE STATES IN INTERNALLY DISPLACED PERSONS.....249

Kazakov S.S.RESEARCH TRENDS ON HEALTH-RELATED BEHAVIOURS:
A BIBLIOMETRIC ANALYSIS.....257**Kirillova A.O.**NEUROPSYCHOLOGICAL PROFILE OF CHILDREN
WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS.....267**Naumenko N.O., Antonova-Rafi Yu.V.**INFLUENCE OF IMAGE OF PERCEPTION BY OTHERS ON FORMATION
OF SELF-EVALUATION IN CHILDREN WITH ACTIVITY AND ATTENTION DISORDER.....272**Taghiyeva T.M.**

PSYCHOCORRECTION APPROACHES IN MIGRANT FAMILY SETTINGS.....279

Tatianchykov A.O., Tsilmak O.M., Yakovenko V.Yu.PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE EXPERIENCE
OF ONCOLOGY PATIENTS.....286**A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....291**

СЕКЦІЯ 1 ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ

ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ СИСТЕМИ СТРИМУВАНЬ І ПРОТИВАГ У ДЕМОКРАТИЧНИХ СУСПІЛЬСТВАХ: МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ FEATURES OF THE RESEARCH SYSTEMS OF CHECKS AND BALANCES IN DEMOCRATIC SOCIETIES: METHODOLOGICAL APPROACHES

Статтю присвячено розгляду функціонування системи стримувань та противаг як соціальної технології та як предмету дослідження соціологів. Обґрунтовано вплив системи стримувань і противаг на рівень демократичності політичної системи. Під системою стримувань та противаг пропонується розуміти структурну сукупність елементів взаємодії між гілками влади, перенесену від законодавчого закріплення до практичної соціотехнологічної реалізації, що спрямовано на забезпечення балансу між полюсами влади, демократизації країни, недопущення узурпації влади. Ключовими елементами цієї системи для забезпечення ефективності її функціонування є право вето, право законодавчої ініціативи, імпічмент, вотум недовіри, контрасигнація, розпуск парламенту, призначення ключових чиновників. Основою кожної демократичної держави є не лише формальне впровадження, а й практичне впровадження та ефективне застосування принципу поділу влади, ядром якого є система стримувань та противаг. Тому для підтримання демократичного порядку важливим є дотримання усіх стримувань та противаг у кожній гілці влади. Подібні дослідження як еволюції системи стримувань і противаг, так і її поточного стану в умовах розбудови демократії в Україні дадуть змогу напрацювати низку ефективних шляхів удосконалення вітчизняного законодавства та подолання проблем, які перешкоджають ефективному функціонуванню системи. У межах соціології доцільним є використання соціотехнологічного підходу до її аналізу, що дасть змогу визначити вплив змін її функціонування на стан громадянського суспільства. Оскільки система стримувань та противаг є складним феноменом, у статті пропонується розгляд шляхом аналізу функціонування її різних вимірів: горизонтального (як взаємодія гілок державної влади), вертикального (як взаємодія місцевих та загальнодержавних органів влади), юридичного (як сукупність нормативно-правових повноважень гілок влади) й фактичного (як реалізація складників системи стримувань та противаг у соціальній практиці).

Ключові слова: соціальні технології, поділ влади, демократизація, демократичне суспільство, соціотехнологічний підхід.

The article is devoted to consideration of the functioning of the system of checks and balances as a social technology and as a subject of research by sociologists. The influence of the system of checks and balances on the level of democracy of the political system is substantiated. The system of checks and balances is proposed to be understood as a structural set of elements of interaction between branches of government, transferred from legislative consolidation to practical socio-technological implementation, aimed at ensuring the balance between the poles of power, the democratization of the country, prevention of usurpation of power. The key elements of this system to ensure the effectiveness of its functioning are the right of veto, the right of legislative initiative, impeachment, vote of no confidence, countersignature, dissolution of parliament, and appointment of key officials. The basis of every democratic state is not only formal organization but also the practical implementation and effective application of the principle of separation of powers, the core of which is a system of checks and balances. Therefore, to maintain the democratic order, it is important to observe all checks and balances in each branch of government. Similar studies of both the evolution of the system of checks and balances and its current state in the conditions of the development of democracy in Ukraine will make it possible to develop some effective ways of improving domestic legislation and overcoming problems that prevent the effective functioning of the system. Within sociology, it is appropriate to use a socio-technological approach to its analysis, which will allow determining the impact of changes in its functioning on the state of civil society. Since the system of checks and balances is a complex phenomenon, the article proposes to consider it by analyzing the functioning of its various dimensions: horizontal (as the interaction of the branches of state power), vertical (as the interaction of local and national authorities), legal (as a set of regulatory and legal powers of the branches of government) and factual (as the implementation of the components of the system of checks and balances in social practice).

Key words: social technologies, separation of powers, democratization, democratic society, socio-technological approach.

УДК 316.4:316.77
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.1>

Лопушняк Е.І.

аспірант факультету соціології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Вступ. Проблема повноважень влади та їх обсягу завжди була у центрі досліджень соціальних науковців і досі залишається актуальною у контексті вивчення особливостей функціонування демократії у європейських державах.

Сучасна практика успішного функціонування європейських країн яскраво демонструє, що для забезпечення подальшого демократичного розвитку необхідно встановлювати механізми співпраці між гілками влади та виробляти

збалансовану систему їхнього взаємного впливу та стримування. Але це стає можливим не лише шляхом удосконалення їхньої правової основи, а й шляхом застосування системи стримувань та противаг як невіддільної частини демократичного поділу влади. Отже, для розвитку демократії простого розподілу влади на три гілки вже недостатньо. Більшої актуальності увага до таких досліджень набуває в Україні, що знаходиться у складних умовах екстраординарності. А значить, науковцям потрібно додатково теоретично та практично обґрунтовувати вплив системи стримувань і противаг на рівень демократичності політичної системи. Подібні дослідження як еволюції системи стримувань і противаг, так і її поточного стану в умовах розбудови демократії в Україні дадуть змогу напрацювати низку ефективних шляхів удосконалення вітчизняного законодавства та подолання проблем, які перешкоджають ефективному функціонуванню системи. А отже, проблематика поділу влади та функціонування системи стримувань і противаг як соціальної технології є предметом дослідження соціологів.

Виклад основного матеріалу. Вивчення поділу влади має давню історію. Але розгляд системи стримувань та противаг, що лежить в основі поділу влади і визначається нами як специфічна соціальна технологія, є іншим підходом до дослідження, який можна реалізувати методологічними засобами соціологічної науки. Увага до дослідження системи стримувань та противаг завжди була в полі зору науковців, а її посилення у сучасних умовах зумовлене прагненням обмежити повноваження одного полюсу влади з метою забезпечення більшої демократичності реалізації державної влади. Звісно, дослідження системи стримувань та противаг проводяться, і насамперед на основі конституційного права, оскільки зазвичай усі основні її елементи закріплені в основному законі держави. Однак твердження, що існування поділу влади та системи стримувань та противаг є визначальним чинником демократії у державі, доводить, що вивчення цього явища вимагає його аналізу за допомогою соціальної науки.

Елементи системи стримувань та противаг частково пояснюються політичною наукою і також розглядаються як прояв демократії. Однак і досі не розроблено жодного комплексного підходу, який би містив пояснення системи стримувань та противаг як соціального, а не юридичного явища. Вивчення ж такої системи саме як атрибуту демократії має особливе значення у контексті досвіду та майбутнього української державності.

Тут дослідники стикаються з проблемою складності розмежувати соціальні та правові ознаки у предметі аналізу системи стриму-

вань і противаг. Саме це й створює проблему дослідження соціальної природи цього феномену. Кращому розумінню сутності та змісту системи стримувань і противаг сприяє визначення функцій, які система стримувань та противаг виконує як соціальний інститут, а також аналіз тих умов, за яких вона може працювати ефективно [2; 5; 12].

Держави, які проходять процес демократизації політичної системи, зіштовхуються з проблемою раціонального та обґрунтованого розподілу повноважень між гілками влади [4]. Звісно, у кожній державі система стримувань та противаг працює по-різному, але в кожній демократичній державі принцип поділу влади і використання механізмів системи стримувань та противаг передбачає обмеження повноважень певного полюса влади і прагнення забезпечити баланс між повноваженнями влади. Саме за допомогою практичного застосування такої технології можливо уникнути максимальної концентрації влади в одних руках і, таким чином, досягти ефективної децентралізації влади, створити умови для ефективного розвитку і зміцнення демократії у країні.

На підтвердження цієї тези наводимо пояснення необхідності функціонування такої системи, яке належить соціологу Карлу Попперу, на думку якого сучасні демократичні режими повинні прагнути «інституційного контролю над правителями, врівноважуючи свою владу з іншими владами» [15, с. 93].

Тут ще раз слід наголосити, що наявність ефективної системи стримувань та противаг є запорукою демократичного розвитку держави. Тоді головними особливостями системи стримувань і противаг, наявність яких, на нашу думку, робить сучасну державу демократичною, є такі:

1. Система стримувань та противаг вийшла за межі поділу влади. Ця теза підтверджується дослідженнями Н. Гайдаєнко, у яких, зокрема, доводиться, що сьогодні система стримувань і противаг виходить поза межі принципу поділу влади. Вона зазначає, що «зараз активно розвивається процес становлення окремої теорії системи стримувань і противаг» [2, с. 154]. Система стримувань та противаг трансформується, набуває нових рис, перевищує державну владу і поширюється на всі політичні сили в демократичній державі.

2. Залежність функціонального змісту системи стримувань та противаг від форми правління. Наприклад, парламентська республіка керується системою стримувань і противаг у формуванні уряду парламентом, тоді як у президентській республіці уряд формується президентом.

3. Розподіл взаємодій та взаємозалежностей по горизонталі та вертикалі. Оцінюючи елементи системи стримувань і противаг, слід

мати на увазі, що вони виконують функцію забезпечення рівноваги та контролю не тільки в площині владної горизонталі, а й поширюються на вертикаль і показуються у взаємодії вищих і нижчих рівнів. Усе частіше, й особливо в українських реаліях, вони актуалізують додаткові питання децентралізації державної влади. У цьому контексті делегування повноважень місцевим громадам та наявність «зворотного зв'язку» можна розглядати як важливі елементи системи стримувань та противаг у структурі владної вертикалі.

4. Залежність від національних особливостей держави. Створення та функціонування системи стримувань і противаг залежить від культурних, історичних та економічних особливостей держави, а також від характеру державного апарату.

5. Чітко означений характер елементів системи стримувань та противаг. У конституціях переважної частини демократичних країн чітко закріпленими є порядок здійснення імпичменту, використання права вето чи підстави для розпуску законодавчого органу.

Отже, система стримувань і противаг саме як сукупність елементів реалізації влади в державі має свої переваги та недоліки, які продиктовані структурою державотворчого процесу в кожній республіці, наявністю та сукупністю унікальних детермінант політичних процесів і національними традиціями. Однак для держави, яка позиціонує себе як демократична, дієвість системи стримувань та противаг є запорукою підтримання конституційного ладу і сприяє її сталому демократичному розвитку. Тому, на нашу думку, доцільно розглядати систему стримувань і противаг саме як засіб реалізації специфічної соціальної технології у таких вимірах:

1. *Юридичний (правовий)*. Це стосується положень, які закріплено в законах та інших нормативно-правових актах про особливості розподілу владних повноважень конкретної країни. Правовий вимір функціонування системи контролю та балансу стосується існування чітко визначених компетенцій, їх послідовності, цілеспрямованості та можливості їх реалізації у політичних реаліях даної держави. Елементи системи стримувань та противаг повинні бути чітко визначені в державному законодавстві. Тільки за умови дотримання таких принципів можна стверджувати, що наявна демократичність системи стримувань та противаг з юридичного погляду [3; 11].

2. *Фактичний*. У цьому вимірі йдеться, перш за все, про дотримання законодавчих вимог до зазначеної системи та їх реальне впровадження на практиці. Формально встановлені повноваження повинні здійснюватися на практиці згідно з усіма вимогами, що закріплені у попередньому вимірі. Про рівень фактичного здійснення повноважень у системі контролю

та балансу свідчить наявність або відсутність корупційних злочинів, неможливість використання адміністративного ресурсу, належний рівень відповідальності осіб, які мають владу. У соціальному контексті аналіз фактичного виміру системи стримувань і противаг дає змогу визначити рівень демократичного розвитку держави та суспільства.

3. *Горизонтальний*. Тут йдеться про поділ влади та взаємні обмеження між гілками/органами влади. Аналізуючи горизонтальний вимір системи стримувань та противаг як специфічний прояв соціотехнологічного підходу до здійснення демократії, слід обов'язково враховувати наявність взаємних повноважень між органами влади.

4. *Вертикальний*. Він є актуальним для федеративних держав, у яких система стримувань та противаг якраз і зосереджена на вертикальній взаємодії. Місцевим громадам та регіонам делеговано значну частину повноважень, що здійснюються на місцях.

Для розуміння соціального контексту дослідження системи стримувань та противаг найважливішими, на нашу думку, є її дослідження у горизонтальному, юридичному та фактичному вимірах. У контексті розподілу повноважень та взаємодії трьох офіційних гілок влади можна виокремити соціотехнологічний складник її функціонування. Зосередимось на інтерпретативних аспектах у межах методологічного розуміння теми. Для досягнення цієї мети ми керуватимемося таким визначенням: *система стримувань та противаг між гілками влади* – це структурна сукупність елементів взаємодії між гілками влади, перенесена від законодавчого закріплення до практичної соціотехнологічної реалізації та спрямована на забезпечення балансу між полюсами влади, демократизації країни і недопущення узурпації влади.

Процес демократизації політичної системи ми розуміємо як поступове набуття суспільством визначених принципів у результаті демократичних змін. Оскільки демократія буквально розуміється як «народовладдя», у контексті нашого дослідження найкраще зміст демократії виявляє плюралістичний підхід до цього явища. Зокрема, у теорії поліархії американського політолога Р. Даля йдеться про те, що основою плюралістичної демократії є «існування великої кількості організованих інтересів, які конкурують між собою за політичну владу і вплив, взаємно контролюють один одного та обмежують владу» [13, с. 160]. Таким чином, ми маємо можливість у нашій теоретико-методологічній побудові зв'язати демократію з демократичним поділом влади, беручи до уваги такі фундаментальні аспекти демократичного правління, як управління більшістю та громадянська відповідальність; запобігання узурпації влади; здійснення влади на

основі толерантності, співпраці та компромісів. Розглядаючи такий підхід до демократії, можна стверджувати, що система стримувань та противаг як основний складник демократичного поділу влади на три гілки є показником рівня демократизації політичної системи.

Під *демократією* ми розуміємо такий тип політичної системи, у якій за класичного розподілу влади гілки влади мають набір повноважень, у яких їх взаємодія підтримує рівновагу, спрямовану на те, щоб одна з гілок не монополізувала владу. У таких умовах державна влада здійснюється ефективно, органи влади підтримують рівність, здійснюючи свої повноваження самостійно.

А отже, *демократизацію* слід розглядати як динамічний і прогресивний розвиток, спрямований на поліпшення балансу демократичного поділу влади та змін, спрямованих на покращення ефективного здійснення державної влади. Ефективність влади безпосередньо вимірюється якістю та обсягом функцій, які виконує система стримувань і противаг саме як умова її демократичності.

Аналізуючи наявні дослідження у межах теми [2; 5; 12], на нашу думку, функції системи стримувань та противаг системи повинні включати:

1. Запобігання узурпації влади, протидію індивідуальному прийняттю рішень та монополії влади.

2. Забезпечення стабільності політичної системи суспільства та забезпечення сталості конституційного ладу.

3. Регулювання повноважень влади законом, чітке розмежування між гілками влади та створення меж, які запобігають зловживанням владою.

4. Забезпечення належного рівня прав і свобод людини та громадянина через незалежність судів і суддів, можливість повного захисту інтересів суспільства та його окремих груп за допомогою неупередженої та незалежної судової влади.

5. Демократизація процесів прийняття державних рішень базується на здоровій конкуренції гілок влади, паритетних умовах прийняття владою рішень з урахуванням інтересів суспільства.

6. Забезпечення високого рівня законності та еквівалентності відповідальності гілок влади перед законом.

7. Обмеження можливостей корупції, олігархізації, непотизму, використання адміністративного ресурсу.

Існують загальні напрями впровадження системи стримувань та противаг у її горизонтальному вимірі як соціальної технології:

1) *вплив президента на парламент*: право вето; право розпуску парламенту; право законодавчої ініціативи;

2) *вплив парламенту на президента*: імпічмент; обрання президента;

3) *вплив президента на уряд*: відправлення уряду у відставку; формування уряду; очолення уряду.

Виходячи із цього, ми можемо виділити такі найважливіші соціотехнологічні складники системи стримувань та противаг:

1) *Вето* – «заборона або призупинення верховним органом держави введення в дію постанови законодавчого органу» [10, с. 26]. Голова держави має право вето на закони, прийняті парламентом. У конституційній практиці інших країн відомі такі види вето:

а) Абсолютне вето. Воно є прерогативою, насамперед, лідерів монархічних держав (хоча фактично діє лише в абсолютних та подвійних монархіях) і не може бути скасовано в парламенті. У сучасних демократичних республіках абсолютне вето існує формально, використовується і часто трактується як важливий інструмент глави держави у разі кризи або політичного протистояння [10, с. 26].

У конституційно-правовій практиці європейських держав цим правом володіють лише монархи, але, як показує ця практика, воно не використовувалося вже понад два століття [1].

б) Відкладене/відносне вето – це право голови держави повернути законопроект на повторний розгляд або обговорення в парламенті. Це вето може бути скасовано парламентом [9].

в) Вибіркове вето дає змогу головам держав вводити заборону не на весь закон, а на окремі статті, параграфи та розділи.

г) «Кишенькове» вето застосовується у США, коли десятиденний термін для розгляду законопроектів президентом закінчується із закінченням сесії парламенту або перенесенням сесій парламенту. Зазвичай це штучна ситуація, коли президент має можливість покласти законопроект до кишені, якщо йому він не подобається. Голова держави не хоче його підписувати і водночас не хоче застосовувати відкладне вето, оскільки призупинене вето може підірвати його авторитет. Під приводом перевищення десятиденного терміну закон не має юридичної сили, але також не визнає скасованої відстрочки вето президента [1].

Відповідно до можливості подолання вето президент розрізняють «сильне» (коли для його подолання потрібно 2/3 або 3/4 голосів парламентаріїв) і «слабке» (мається на увазі абсолютна парламентська більшість) вето [1]. У сучасних демократіях подолання вето президента означає його політичну слабкість і нездатність здійснити значний вплив на політичний процес у країні.

2) *Право законодавчої ініціативи* – стадія законодавчої процедури, що полягає у внесенні уповноваженим суб'єктом права зако-

нодавчої ініціативи до парламенту офіційної пропозиції про прийняття, зміну або скасування законодавчого акту. Внесення законопроекту як реалізація права законодавчої ініціативи є відповідною реакцією суспільства на необхідність подолання відсутності правового регулювання конкретної соціальної проблеми. Суб'єктом права законодавчої ініціативи у світовій політичній практиці можуть бути не лише гілки влади, а й окремі посадові особи. Також слід зазначити, що особливістю парламентаризму багатьох європейських країн є народна законодавча ініціатива як елемент прямої демократії. Її суть полягає у тому, що певна кількість громадян із виборчим правом може у певних формах вимагати прийняття нового закону або змін до чинного закону, і парламент повинен урахувати таку вимогу, але не зобов'язаний її виконувати [5; 6].

3) *Імпічмент* – процедура притягнення парламентом до відповідальності вищих посадових осіб держави в результаті державної зради або вчинення тяжкого злочину. Результатом імпічменту є дострокове припинення повноважень обвинуваченої посадової особи. Найчастіше парламент накладає імпічмент на президента.

Найважливішими для нашого дослідження підходами до розуміння імпічменту є такі:

- імпічмент як особливий порядок обвинувачення вищих посадових осіб за рішенням парламенту;
- імпічмент як специфічна форма парламентського контролю за діяльністю голови держави в демократичному суспільстві;
- імпічмент як процедура протидії авторитаризму та свавілля з боку голови держави з метою гарантування національної безпеки;
- імпічмент як форма притягнення голови держави до суду за вчинення злочину, несумісного з подальшим зайняттям відповідної посади [14]. Контроль парламентом голови держави у формі імпічменту є важливою гарантією підтримання конституційного ладу в державі та запобігання зловживанням владою.

4) *Вотум недовіри* є вираженням парламентського несхвалення політичної лінії чи певних дій уряду чи окремого міністра шляхом голосування. Ініціатива висловлення недовіри може виходити від парламентських фракцій або груп депутатів. У політичній практиці висловлення недовіри призводить або до відставки уряду та формування нового уряду, або до розпуску парламенту та дострокових парламентських виборів. У парламентських і змішаних республіках та конституційних монархіях уряд потребує довіри парламенту чи нижньої палати. Для контролю уряду в цих країнах конституції передбачають можливість висловлення недовіри уряду [8]. Слід зазначити, що існування такого меха-

нізму в системі стримувань та противаг є суттєвою гарантією належного виконання урядом власних функцій.

5) *Контрасигнація* – скріплення акту голови держави підписами прем'єр-міністра та міністра, відповідального за виконання цього акту, у результаті чого вони беруть на себе юридичну та політичну відповідальність за акт голови держави [7, с. 34]. Функціонування цього елемента системи стримувань і противаг у сучасних державах є не тільки виявом зняття відповідальності з глави держави й перенесення її на окремих представників уряду. Водночас контрасигнація виконує низку важливих для життєздатності демократичного правління функцій у державі, а саме: є свідченням колегіальності прийняття політичних рішень між урядом і головою держави; забезпечує гарантії проти зловживання владними повноваженнями та підтримує стабільність політичної системи [11].

6) *Призначення ключових державних службовців* – процедура формування кадрів на ключові посади в державному апараті, які мають вирішальний вплив на важливі сфери суспільного життя. Чинники, що впливають на призначення ключових посадових осіб у державі, мають особливе значення у формуванні кадрів державних органів. Під час формування персонального складу гілок влади особливо важливими є чинники впливу на призначення ключових посадовців у державі.

Отже, усі ці елементи містять загальні ознаки, що свідчать про можливість використання соціотехнологічного підходу до розуміння системи стримувань і противаг у поділі влади:

1. Усі елементи системи мають чітко визначені національним законодавством місця та повноваження.

2. Найважливіші елементи системи стримувань та противаг реалізуються у формі послідовних дій і процедур, спрямованих на досягнення конкретної мети.

3. Елементи системи стримувань та противаг вимагають усебічного аналізу і не можуть розглядатися в односторонньому порядку та окремо. Зрештою, один і той самий елемент є стримувальним чинником для однієї гілки влади та противагою – для іншої.

4. Набір елементів системи контролю і балансу є унікальним. У кожній країні на його наповнення впливає низка чинників, включаючи історичні, культурні та інші умови функціонування держави.

Основою кожної демократичної держави є не лише формальне впорядкування, а й практичне впровадження та ефективне застосування принципу поділу влади, ядром якого є система стримувань і противаг. Тому для підтримання демократичного порядку дуже

важливо дотримуватись усіх стримувань та противаг у кожній гілці влади.

Висновки. Наявна та дієва система стримувань і противаг, безперечно, є ознакою демократичного розвитку держави. Як багатомірне явище ця система є предметом міждисциплінарних досліджень на межі юриспруденції, політології та соціології. У межах соціології доцільним є використання соціо-технологічного підходу до її аналізу, що дасть змогу визначити вплив змін її функціонування на стан громадянського суспільства. Оскільки система стримувань та противаг є складним феноменом, доцільним є розгляд шляхом аналізу функціонування її різних вимірів: горизонтального (як взаємодія гілок державної влади), вертикального (як взаємодія місцевих і загальнодержавних органів влади), юридичного (як сукупність нормативно-правових повноважень гілок влади) й фактичного (як реалізація складників системи стримувань та противаг у соціальній практиці). Таким чином, під системою стримувань і противаг ми пропонуємо розуміти структурну сукупність елементів взаємодії між гілками влади, перенесену від законодавчого закріплення до практичної соціотехнологічної реалізації та спрямовану на забезпечення балансу між полюсами влади, демократизації країни і недопущення узурпації влади. Ключовими елементами цієї системи сьогодні, що забезпечують ефективність її функціонування, є право вето, право законодавчої ініціативи, імпічмент, вотум недовіри, контрасигнація, розпуск парламенту та призначення ключових чиновників.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Баталов О., Авксентьев О. Президентське вето в сучасних демократичних системах. Аналітична записка. *Національний інститут стратегічних досліджень*. 2010. URL: <http://www.en.niss.gov.ua/articles/282/>
2. Гайдаєнко Н. Проблеми наукового дослідження системи стримувань та противаг у сучасній політичній теорії. *Сучасна українська політика. Політики і політологи про неї*. 2005. Вип. 7. С. 152–158.
3. Гайдаєнко Н. Система стримувань та противаг у сучасних демократіях : автореф. дис. ... канд. політ. наук : 23.00.02. Одеса, 2010. 18 с.
4. Головаха, Є., Паніна Н. Основні етапи і тенденції трансформації українського суспільства: від перебудови до Помаранчевої революції. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2006. № 3. С. 32–51.
5. Забавська Х.Ю. Особливості становлення та функціонування системи стримувань і противаг між гілками влади в умовах демократизації політичної системи України : дис. ... докт. філософії : 052. Львів, 2020.
6. Кириченко В., Куракін О. Порівняльне конституційне право : навчальний посібник. Київ : Центр учбов. літ-ри, 2012. 256 с.
7. Колисенко А. Поняття «контрасигнація» та близькі до нього терміни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2016. Вип. 39. С. 34–38.
8. Лихачов Н. Процедура резолюції (вотуму) недовіри як форма парламентської відповідальності Кабінету Міністрів України. *Актуальні проблеми правознавства*. 2017. Вип. 4(12). С. 85–91.
9. Погорелова З.О. Право вето в практиці українського і міжнародного парламентаризму. *Порівняльно-аналітичне право*. 2015. № 4. С. 39–42.
10. Політологічний словник : навчальний посібник / за ред. М. Головатого, О. Антонюка. Київ : МАУП, 2005. 792 с.
11. Совгіря О. Інститут контрасигнування актів глави держави в Україні: правова природа та проблеми законодавчого регулювання. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Юридичні науки*. 2010. Вип. 85. С. 66–70.
12. Сурнін В.О. Принцип розподілу гілок влади як основа для створення дієвої системи стримувань і противаг. *Теорія і практика державного управління*. 2014. Вип. 2. С. 75–82.
13. Dahl R. *Poliarchy: Participation and Opposition*. New Haven: Yale Univ. Press, 1971. 257 p.
14. Jipping T., Spakovsky H. *The Impeachment Process: The Constitution and Historical Practice*. Institute for Government. 2019. URL: <https://www.heritage.org/sites/default/files/2019-07/LM248.pdf>
15. Popper K. *All Life Is Problem Solving*. London: Routledge. 2001. URL: <https://psipp.itb-ad.ac.id/wp-content/uploads/2020/10/Karl-Popper-All-Life-is-Problem-Solving-2001-Routledge.pdf>

СЕКЦІЯ 2 СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

THE ROLE OF POLITICAL RITUALS IN FORMING THE NATIONAL IDENTITY OF CHINESE YOUTH

РОЛЬ ПОЛІТИЧНИХ РИТУАЛІВ У ФОРМУВАННІ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ КИТАЙСЬКОЇ МОЛОДІ

The article examines the role and place of political rituals in the process of forming the national identity of modern Chinese youth. In the conditions of globalization and modernization, identification of youth with the country is related to both the future and further development of the country. National identity is not only an important ideology, but also a necessary spiritual link that ensures the sustainable development of the country. The issue of national identity is related to the future of the country and the population living on its territory. The use of political rituals to strengthen the national identity of Chinese youth is the main idea discussed in this article.

The article outlines theoretical approaches to the study of political rituals and the formation of national identity among Chinese scientists.

Today, the crisis of national identity is spreading all over the world. Globalization is rapidly changing traditional production, lifestyles, and ideological values. Ethnic disputes and ethnic differences are becoming more and more common. Countries around the world are facing various challenges and crises. National identity, as an important aspect of nation-state formation, is also undergoing significant changes. Today's challenges and changes in the system of political relations affect national development and social stability.

Political rituals and the formation of the national identity of the youth are inextricably linked. In the article, using the example of the study of China's experience, attention is focused on the issues of national identity of modern youth and ways of using political rituals to strengthen the national identity of youth.

Political rituals play an important role in spreading core values, strengthening emotional consensus, confirming identity, standardizing behavioral practices, and strengthening a sense of belonging to the country of residence.

Key words: youth, national identity, political rituals, symbols, values.

У статті розглянуто роль та місце політичних ритуалів у процесі формування національної ідентичності сучасної китаї-

ської молоді. В умовах глобалізації та модернізації ідентифікація молоді з країною пов'язана як із минулим, так і подальшим розвитком країни.

Національна ідентичність є не лише важливою ідеологією, а й необхідною духовною ланкою, яка забезпечує сталий розвиток країни. Питання національної ідентичності пов'язане з майбутнім країни та населення, яке проживає на її території. Використання політичних ритуалів для посилення національної ідентичності китаїської молоді є головною ідеєю, що розглядається у статті.

У статті викладаються теоретичні підходи до дослідження політичних ритуалів та формування національної ідентичності китаїських учених.

Сьогодні криза національної ідентичності поширюється по всьому світу. Глобалізація швидко змінює традиційне виробництво, спосіб життя та ідеологічні цінності. Етнічні суперечки та етнічні розбіжності стають усе більш поширеними. Країни в усьому світі стикаються з різними викликами та кризами. Національна ідентичність як важливий аспект формування національної держави також зазнає суттєвих змін. Виклики сьогодення та зміни в системі політичних відносин впливають на національний розвиток і соціальну стабільність.

Політичні ритуали та формування національної ідентичності молоді нерозривно пов'язані між собою. У статті на прикладі вивчення досвіду Китаю увага зосереджується на питаннях національної ідентичності сучасної молоді та способах використання політичних ритуалів для посилення національної ідентичності молоді. Політичні ритуали відіграють важливу роль у поширенні основних цінностей, зміцненні емоційного консенсусу, підтвердженні ідентичності, стандартизації практик поведінки та посиленні почуття належності до країни проживання.

Ключові слова: молодь, національна ідентичність, політичні ритуали, символи, цінності.

UDC 316.648

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.2>

2024.58.2

Pygolenko I.V.

Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor at the Sociology Department National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute»

Ding Rong

Master's student at the Faculty of Sociology and Law, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute»

Formulation of the problem. The ideals, beliefs, spirituality, and comprehensive quality of the young generation are important manifestations of a country's development vitality, as well as important constituents of a country's core competitiveness. Young people are responsible for the country's heavy responsibility and the future of the country. Constructing and upgrading the national identity of young people is an inevitable choice for modern nation-states. The coun-

try is a floodgate for young people to grow up and become successful, and identity is the basis for young people to seek common ground while reserving differences and to unite and cohesion. Young people's identity with the country is the recognition and support for the legitimacy of the regime, the national structural system, the history and culture of the country, and other elements. Therefore, further thinking and research on youth national identity is a key part of national construc-

tion, an important goal of national development, an important cornerstone for young people to grow up and become successful, and a prerequisite for young people to dedicate themselves to the motherland.

The goal of enhancing the national identity of young people is to realize that young people internalize the identity of the country in their hearts and minds, and consciously practice and undertake the burdens and responsibilities given by the country. Political rituals play a unique role in the dissemination of mainstream values, the enhancement of emotional consensus, the confirmation of identity, the standardization of behavioral practices, and the enhancement of a sense of belonging, making them an important carrier and an effective tool for enhancing the national identity of young people. The state has also increasingly emphasized the important value of rituals in political life, but when examining the role of political rituals in enhancing the national identity of young people, there are problems such as formality and neglect of connotation, and the carriers of the rituals need to be enriched, which affects the effective play of the function and value of political rituals. Accordingly, how to construct the internal logic of political rituals and national identity, how to overcome the inherent shortcomings of political rituals, and how to build a feasible bridge from political rituals to the enhancement of youth national identity: the example of China are the contents of this paper, and the focus and center of this paper's research.

There are many similarities between political rituals and national identity. Both political rituals and national identity are aimed at promoting the establishment of correct values among young people, taking young people as the important reference object and having the function of cohesion and integration. Political rituals have the functions of promoting value consensus, enhancing identity, and regulating behavioral practices in the enhancement of youth national identity. Through a series of symbols that carry the sense of meaning, they create a powerful field that is highly contagious and appealing, and create an "imagined community" [1] that embodies a sense of unity and communion, bringing together differentiated individuals in the direction of a national identity through their intangible power. The invisible power of these rituals brings together individuals who are different from each other to work toward a common goal. As for the energy efficiency of political rituals in enhancing the national identity of young people, there are problems of formality and neglect of connotation, insufficient carriers, and ineffective dissemination, which are attributed to the fact that the main body of political rituals does not pay enough attention to the functional value of the rituals, the cognitive ability of young people in general towards political rituals

needs to be improved, and the entertainment in the cyberspace has weakened the consensus on the identity of young people as well as weakened collective cohesion of young people due to consumerism.

In view of the above problems and attributions, we should make full use of the common intrinsic characteristics of political rituals and national identity, and on the basis of grasping the logic of the two, we should construct the collective memory of the youth, strengthen the internalization of the mainstream values of the youth, and stimulate the behavior of the national identity of the youth in the following four aspects: strengthening the awareness of the main body of the ritual, enriching the theme of the ritual, tapping into the Constructing and enhancing youth national identity is conducive to enhancing the sense of belonging and pride in the country, strengthening the centripetal force and cohesion of society, maintaining social harmony and promoting national development. Youth national identity faces challenges and crises, and it is important to construct and enhance the national identity of the youth through multiple ways and dimensions to boost confidence. This article explores the useful paths to enhance youth national identity by analyzing political rituals, and tries to use the functional value of political rituals to enhance youth national identity, with a view to enriching the carriers for constructing and enhancing youth national identity, and continuously building a solid foundation for young people to shoulder the heavy responsibility of the times and dedicate their youthful years to the country.

Ritual is a complex system involving knowledge from anthropology, psychology, sociology and other comprehensive disciplines; national identity also involves multidisciplinary contents, which requires a lot of time for learning and grasping. Therefore, grasping the respective contents of political rituals and national identity is one of the main focuses of this article.

The purpose of the article is research on using political rituals to enhance young people's national identity.

Presentation of the main material. Identity is not innate, but is the process by which individuals integrate their personal feelings, attitudes and values into the collective and the community in interaction with others and the society, so as to confirm their collective identity and sense of belonging. Therefore, national identity is gradually constructed on the basis of people's continuous knowledge and understanding of the country, and in the process of national identity construction and formation, various ways and carriers are needed to arouse people's cognitive recognition of the country, and political rituals and their symbolic symbols have become a major way to construct and enhance national identity because of their own unique functions. Therefore, this arti-

cle analyzes the meaning and characteristics of youth, the meaning and function of national identity, the meaning and classification of political rituals, the intrinsic correlation between political rituals and national identity, and the theoretical basis of political rituals to enhance youth national identity, in order to provide theoretical unification for the exploration of useful paths to enhance youth national identity.

Political rituals can help enhance the national identity of youth, and to explore the effective path of political rituals to enhance the national identity of youth, it is necessary to clearly define the scientific connotations of "youth", "national identity" and "political rituals".

Young people are the most energetic and dynamic group in every society, and are the most positive factor in promoting national development and social progress. Because of their unique characteristics, young people carry the historical mission and social responsibility given by the times.

The concept of "youth" is a product of modern civilization, and has gradually formed with the development of society and economy up to a certain stage and the deepening of people's understanding of themselves. The concept of "youth" is a product of modern civilization, and is gradually formed with the social and economic development to a certain stage and the deepening of people's understanding of themselves.

Some scholars believe that the scientific meaning of the concept of youth should be comprehensive, arguing that young people are those who are at the stage of development in life when they have reached full physical maturity, when their personalities have basically taken shape and when they have begun to become socially independent. It is also pointed out that in view of the current situation in China, the age of youth can be taken as the lower limit of 15 years old and the upper limit of 34 years old, that is to say, young people aged 15-34 years old can be regarded as youth [10].

Many scholars have defined the concept of national identity in line with their own research content. For example, China's Lin Shangli believes that national identity is people's recognition and obedience to the country in which they exist, and it reflects the basic relationship between people and the country. For the country, it determines the basis of the country's legitimacy, and in turn determines the country's stability and prosperity [8].

National identity is not a simple presentation of national identity, political identity or cultural identity, but an organic composition of multi-level, multi-faceted and multi-category identity elements.

The term "political rituals" was gradually formed by the influence of rituals in political life. To understand the connotation of political rituals,

it is necessary to understand the meaning of "rituals" with "political" as a qualifier. David Kertzer defines ritual as "a repetitive symbolic act that embodies a social norm" [7, p. 11].

Victor Turner defines ritual as "a prescribed formal behavior without the use of technical procedures, appropriate to special occasions of belief associated with mystical substances or forces" [9, p. 215].

According to China's Guo Yuhua, "Ritual, usually defined as a symbolic, performative, set of behaviors prescribed by cultural tradition" [3].

The essential difference between political rituals and other rituals lies in the qualifier "political". Haizhou Wang thinks that political ceremony is a kind of concept. Combined with the research theme of this paper and the analysis of "ceremony" and "politics", this paper defines political ceremony as follows: political ceremony is a ritual activity with symbolic, repetitive, and prescriptive political coloring, which is held by the subject of the ceremony on a regular basis, and it is an emotional and emotional activity for the object of the ceremony. Ceremonial activities, the ritual object's feelings, attitudes, values for inculcation and infection, in order to realize its political value of the promotion of political beliefs and the integration of the political order of a political practice activities. Political rituals not only have their essential connotation, but also show the richness of extension in the historical development, and different kinds of political rituals have been formed under different historical narratives and cultural backgrounds [5].

Political rituals and youth national identity are intrinsically related to each other in terms of the realization of goals, objects, and functional values, as shown in the following aspects.

1. Relevance in the realization of goals

Political rituals and youth national identity are related in the realization of goals. One of the goals of political rituals and youth national identity is to make young people establish correct values. Political rituals through emotional, psychological and cognitive symbolic activities, to achieve the function of promoting political values, political values is a component of values, political rituals through the performances of political rituals, can make the majority of young people in the contagious rituals in the ritual field to feel and understand the ritual leader is intended to convey the value of concepts, to realize the mainstream value of infection and inculcation. National identity belongs to the category of values, therefore, one of the goals of national identity is to promote the formation and establishment of correct values among young people, so that their thoughts and values will be in line with the mainstream value orientation of the country and meet the needs of national development. Accordingly, the establishment of correct values of young people

is the goal attributed to both political rituals and national identity, and they are relevant in the realization of the goal.

2. The overlap in the object of action

Political rituals and youth national identity are overlapping in terms of their objects of action. Youth is an important object to play the efficacy of political rituals and enhance national identity. To play the efficacy of political ceremonies, we must ensure that there is an audience to participate in the ceremony, in the information technology, network communication developed today, the audience of the political ceremony is not only limited to the "presence" of the participants and visitors, but also through the network live broadcasts, playback of the "absent" visitors. At this level, the audience of political ceremonies includes individuals or groups of different ages, occupations and genders, including a large number of young people. To enhance the soft power of national identity, it is necessary not only for the main body of the state to obtain the identity of the public to the state through the realization of economic development, political democracy, cultural prosperity, social harmony and other efforts, but also for the public of all nationalities and social strata to respect and support from the bottom of their hearts, so it is logical that all members of the country should be the participants in the national identity. Youth is the propeller of national development and the stabilizer of social harmony. As the backbone of national development, the youth group should be an important participant of national identity, and their sense of national identity greatly affects the development of the country and social stability. From the above point of view, young people are not only important participants and visitors of political ceremonies, but also an organic force of national identity, and young people play an important role in the performance of political rituals and the cultivation of national identity.

3. Consistency in functional value

Political rituals and youth national identity are consistent in terms of functional value. Both political rituals and national identity have the function of cohesion and integration. Political rituals are regularly repeated, and through their repetitive characteristics, they can organically connect the past with the present, strengthen the collective memory and historical memory of the participants, and make the participants feel the powerful emotional cohesion brought about by the ceremonial situation and symbols, so that they can empathize with each other and develop a sense of belonging and identity. In the powerful field of the ceremony, the participants will naturally attribute themselves to a member of the ritual collective, in the ritual atmosphere, the other or hostile orientation disappeared, the value tendency, personal interests and other differences continue to weaken, the community consciousness increased signifi-

cantly, the individual tendency to effectively inhibit the centrifugal tendency to focus on a central meaning, so as to achieve the orderly existence of the social group. On the one hand, symbolic rituals can bring all participants together, emphasize their similarities and common cultural traditions, narrow the gap between their ideologies and thoughts, and stimulate group consciousness and solidarity. On the other hand, through this ritual activity, the public can integrate themselves into it in the spirit of symbolism, find a way to the theme of the ritual, and realize the resonance between the two, so that the public can strongly feel their own mission and responsibility, and increase their recognition of the existing power system, and then support and embrace the consensus of values embedded in the power system.

Identity is not only a psychological mechanism, but more importantly, it is the externalization of psychological confirmation into practical action, which brings different societies together and seeks common national, social and personal development goals. Identity is the key to the formation of individual unity and sense of identity. Without identity, there will be confusion about "who I am", and there will be centrifugal force among individuals, weakening the sense of community. National identity is the questioning of "who we are". Once individuals have established "who I am" and "who we are", they will consciously take the national community as the standard, and combine personal development with national development, personal interests with national interests. Therefore, political rituals and youth national identity are highly coupled in terms of cohesion and integration.

Samuel Huntington pointed out that "Identity matters because it influences people's behavior". "Individual youth's identification with the state is not only reflected in the internal recognition of compliance, but also in the externalized behavioral practices. Rituals have multiple meanings, but the role of behavioral norms and order integration by their repetitive, symbolic, and normative features is unquestionable, and has the function of "discipline" as Foucault put it. Political rituals as a special form of ceremony, in the process of ritual performance to practice the function of regulating the behavior of youth practice. Political rituals on the participants of the behavioral norms are not reached through direct coercion, but the clever use of rituals to create a unique situation, conveying a set of invisible behavioral patterns to indirectly affect the behavioral practices of young people. The political ceremony itself has the function of normative admonition, coupled with the solemnity and sanctity of the ritual atmosphere, once the participants are aware of such ritual norms, it is bound to promote the conversion of its role, so that the participants' behavioral practices are subject to the statute, and constantly practice

the ritual norms advocated by the dominant party of the ceremony [6, p. 21].

The issue of national identity has a bearing on the future of the country and the future of the nation.

Political ceremony is the content of political culture, and it is also the behavior of political culture dissemination. Political ceremonies with the kernel of excellent traditional Chinese culture is effective ways, means and instruments to present and spread political culture. Manuel Castells pointed out that "about identity it is the process of constructing meaning on the basis of cultural traits or related sets of cultural traits is the source of meaning for actors and is constructed by actors through the process of individualization process of constructing it" [2]. Cultural factors build a world of values and meanings for people living in a cultural group, and in the world of meanings constructed by culture, the shared culture enables its members to better understand each other's ways of thinking and behaving, and to achieve the commonality of ideologies and values. As a form of political culture dissemination, political rituals can effectively create a contagious cultural field of rituals, enabling participants to step out of themselves and enter a broader "imagined community", in which the symbolic system of symbols can awaken the emotional energy and deep-rooted political beliefs of those who enter the world of significance and make them recognize the political power presented by the value system. In this world of meaning, the symbolic system can awaken the emotional energy and deep political beliefs of the entrants, make them recognize the political power and national authority presented by the value system, and shape the participants' recognition of political legitimacy and national community identity.

Conclusions.

National identity is a complex identity covering economic, political, cultural and social aspects and elements, and political rituals have become a useful channel and carrier for enhancing national identity because of their intrinsic consistency with national identity. However, political rituals have their own limitations, and in the process of enhancing the national identity of young people, it is necessary to not only make use of the value of rituals but also avoid their own shortcomings, and to take advantage of their strengths to eliminate their weaknesses, so as to make the political

ceremony a real tool for the promotion of young people's national identity.

This paper attempts to use political rituals to enhance the national identity of young people, with a view to providing a feasible path to enhance the national identity of young people, and making positive contributions to national development and social stability.

BIBLIOGRAPHY:

1. Anderson B. *Imagined Communities Reflection on the Origin and Spread of Nationalism*. London. New York, 2006. 240 p.
2. Castells M. *The Power of Identity: The Information Age: Economy, Society and Culture*. Cambridge, MA; Oxford, UK: Blackwell, 1997. 461 p.
3. Guo Y. *Ritual and Social Change IM*. Beijing, 2000. 383 p. URL: <https://z-lib.io/book/13730406%EF%BC%89> (дата звернення: 25.02.2024)
4. Haizhou W. Reproduction of power in political rituals: the double inscription of political memory. *Jianghai Academic Journal*. 2012. No. 4. P. 186–190. URL: https://www.cnki.net/KCMS/detail/detail.aspx?dbcode=CJFD&dbname=CJFD2012&filename=JHXK201204032&uniplatform=OVERSEA&v=mRJhULTWKJgGm2l5JprhuugBja4ERRSA3lsyaDBXneRZoYpDWo0fKt86YrYpQk_p (дата звернення: 25.02.2024)
5. Haizhou W. Ritual and Political Time Renewal. *Exploration and Free Views*. 2018. No. 2. P. 47–49. URL: https://www.cnki.net/KCMS/detail/detail.aspx?dbcode=CJFD&dbname=CJFDLAST2018&filename=TSZM201802008&uniplatform=OVERSEA&v=hNOWL-knlS-jjcYHKDpSfV8iV7dNV80_yw1xXRcxS0DB16_ZRvjyMnpig-z7sdox (дата звернення: 25.02.2024)
6. Huntington, S. P. *Who Are We? The Challenges to America's National Identity*. Simon & Schuster, 2004. 448 p.
7. Kertzer D.I. *Ritual, Politics, and Power*. Yale University Press, 1988. 258 p.
8. Lin S. The Political Logic of the Construction of Modern National Identity. *Social Sciences in China*. 2013. No. 8. P. 22–46. URL: https://www.cnki.net/KCMS/detail/detail.aspx?dbcode=CJFD&dbname=CJFDHIS2&filename=ZSHK201308002&uniplatform=OVERSEA&v=-xWsZOfzS7rEfZaByu7egdbNxe_1Pco7MsyfkMsraJvohsPRi_E_zNZ7nDjP3Lv (дата звернення: 25.02.2024)
9. Turner V., Abrahams R., Harris A. *The Ritual Process Structure and Anti-Structure*. Routledge, 1969. 232 p.
10. Wan M. *Introduction to Youth Studies*. Beijing: Renmin University of China Press, 2016. URL: <https://search.worldcat.org/zh-cn/title/1099450267> (дата звернення: 25.02.2024)

РЕКОМЕНДОВАНО ОСТЕРІГАТИСЯ: «СВОЯ ДОЛЯ І СВІЙ ШЛЯХ ШИРОКИЙ» У КОНТЕКСТІ ВІКОВИХ НЕРІВНОСТЕЙ ТА ЕЙДЖИЗМУ

CAUTION ADVISED: "ONE'S FORTUNE AND ONE'S WAY WIDE" IN THE CONTEXT OF AGE INEQUALITIES AND AGEISM

Стаття пропонує до уваги фахового середовища і широкого загалу аргументовану соціологічну реакцію на рекомендації, що надавалися стосовно представників окремих вікових категорій в Україні заради успішної євроінтеграції. Ці рекомендації були вироблені ще до початку повномасштабної війни, тож авторка звертається до широкого кола джерел переважно того ж самого періоду: здебільшого це академічні наукові видання і дані наукових досліджень, у тому числі власних, а також матеріали соціальних проєктів та аналітика з медіа. У результаті стаття уточнює гносеологічні та онтологічні підстави нерівного ставлення до людей різного віку, а також презентує раніше не опубліковані й на разі актуалізовані результати власних досліджень, розглянуті виходячи з виміру вікових відмінностей. Таким чином, авторка закладає підстави контраргументації щодо обов'язковості соціального перевищення представників певного віку заради успішної євроінтеграції. Стаття аналізує та характеризує уявлення про ейджизм, його об'єктивні та суб'єктивні підстави, альтернативні моделі «правильного» старіння, витoki та результати технологій подолання ейджизму, реалії нерівності представників різного віку згідно з основними стратифікаційними критеріями, різні простори дискримінації, прихованість ейджизму за позитивно-дискримінаційними медійними повідомленнями та складні конфігурації декларованих установок і поведінки в межах одних і тих самих вікових категорій. Авторка доходить висновків, що зв'язок між віком і соціальними ролями залишається значущим, і ейджизм існує як щодо літніх людей, так і щодо молодих людей та людей середнього віку, хоча саме старші люди потерпають найбільше. Ейджизм постає явищем, дуже залежним від смислонаділення, і для боротьби з дискримінацією за віком стане в нагоді бути чутливими до прихованих смислів у медійній та культурній інформації, а також ураховувати результати якомога більшої кількості досліджень, у яких стають помітними переваги й недоліки представників усіх вікових категорій.

Ключові слова: вікова нерівність, ейджизм, засоби масової інформації, цінності, мораль.

The article offers to the attention of the academic community and the general public a reasoned sociological response to the recommendations provided concerning representatives of specific age categories in Ukraine for the successful Eurointegration. These recommendations were developed before the onset of full-scale war, so the author refers to a wide range of sources predominantly from the same period – mostly academic scientific publications and data from research studies, including her own research, as well as materials from social projects and media analytics. As a result, the article refines the gnoseological and ontological foundations of unequal treatment of people of different ages and presents previously unpublished and currently updated results of author's own research, considered from the perspective of age differences. Thus, the author lays the groundwork for counterarguments regarding the necessity of social 're-education' of certain age groups for successful Eurointegration. The article analyzes and characterizes conceptions of ageism, its objective and subjective foundations, alternative models of 'alright' aging, origins and outcomes of ageism overcoming technologies, realities of inequality among people of different ages according to major stratification criteria, various spaces of discrimination, the concealment of ageism behind positive-discriminatory media messages, and complex configurations of declared attitudes and behavior within the same age categories. The author concludes that the connection between age and social roles remains significant, and ageism exists both towards older people and towards young and middle-aged people, although older people suffer the most. Ageism emerges as a phenomenon highly dependent on sense-making, and to combat age-related discrimination, it is useful to be sensitive to hidden meanings in media and cultural information, as well as consider the results of as many studies as possible, where the advantages and disadvantages of representatives of all age groups become noticeable.

Key words: age inequality, ageism, mass media, values, morality.

УДК 316.3+316.7
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.3>

Ташенко А.Ю.

к.соціол.н.,
доцентка кафедри соціальних структур та соціальних відносин
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Вступ. Опосередкованою ознакою нерівності між людьми різного віку є зосередження дослідницьких зусиль на проблемних ситуаціях, пов'язаних із молоддю та літніми людьми. Так, у Індексі соціальної справедливості, розрахованому на основі даних Фонду Бертельсмана для країн ЄС та ОЕСР у 2019 р. [1], введено шість вимірів різної ваги (важливості), й окремі індикатори свідчать про особливу увагу до становища людей певного віку. Серед індикаторів виміру потрійної ваги («Запобігання бідності») виділено ризик бідності людей до 18 і після 65 років. Серед індикаторів вимірів

подвійної ваги («Справедлива освіта», «Доступ до ринку праці») виділено рівень освіти нижче за середній серед людей у віці від 25 до 64 років (що в сутності привертає увагу до становища людей саме до 25 і після 65 років), зайнятість людей старшого віку і незайнятість молоді. Серед індикаторів вимірів нормальної ваги блок одного виміру повністю опосередковано залежить від віку («Міжпоколінська справедливість»), а у решті блоків («Соціальна інклюзія та недискримінація», «Здоров'я») виділено наявність людей у віці від 20 до 24 років, які не отримують освіти, є незайнятими і не проходять

професійну підготовку та смертність серед дітей. Проте як і чим можна пояснити заклики до соціального перевиховання окремих вікових категорій? У межах даної статті ми хочемо зосередитися на осмисленні рекомендацій, що надавалися Україні ще до початку повномасштабної війни і стосувалися євроінтеграції та поглядів на неї представників окремих вікових категорій.

Оприлюднені у 2017 р. Представництвом Фонду ім. Фрідріха Еберта в Україні результати дослідження «Українське суспільство та європейські цінності» містили у рекомендаціях такий висновок із приводу людей у віці 60 і більше років: «[У] цій групі порівняно з іншими більше всього респондентів, які вважають себе громадянами колишнього СРСР, і більшість представників цієї групи вважає, що якість їхнього життя не залежить від того, як вони голосують на виборах. Таким чином, цю групу найбільш важко переконати у перевагах асоціації з ЄС, і зусилля будуть непропорційно високими порівняно з очікуваними результатами» [2, с. 30]. Отже, ми маємо як мінімум два приховані посили (цілком можливо, що ненавмисні, але варті уваги) – що якісь вікові категорії потрібно переконувати заради зміни їх політичних поглядів і що якісь вікові категорії є фактично майже безнадійними у здатності бути переконаними.

А що ж із громадською думкою? Два роки потому дослідницька агенція Info Sapiens опитала українських містян у віці 18–70 років, і результати утверджували наявність негативних упереджень щодо окремих вікових категорій: майже дві третини опитаних поділяли переконання, що існує вік, у якому пізно змінювати фах, опановувати нову спеціальність чи починати новий проєкт або бізнес (і це десь 50–56 років); 54% назвали «застарий» вік найвагомішою причиною трудової дискримінації; 43% українських містян висловилися на користь залежності творчого підходу до вирішення завдань і легкого пристосування до змін від вікової рамки (до 40 років) [3]. Оскільки як питання євроінтеграції, так і дискримінація за віком залишаються частиною воєнної дійсності, ми вирішили уточнити гносеологічні та онтологічні підстави нерівного ставлення до людей різного віку, а також охарактеризувати результати власних досліджень із погляду вікових відмінностей, щоби контраргументувати обов'язковість соціального перевиховання представників певного віку заради євроінтеграції. Для цього ми користуватимемося широким колом джерел: академічними науковими виданнями [4–18], даними наукових досліджень [19–23], матеріалами соціальних проєктів [24–26], аналітикою з медіа [27–30] та власними публікаціями з попередніми характеристиками власних досліджень

[31; 32] і викладатимемо продукт свого аналізу без повторних посилань згідно з комплексністю і цілісністю міркувань у результаті опрацювання цих джерел.

Виклад основного матеріалу дослідження. Авторство терміна «ейджизм», що позначає дискримінацію за віком, належить психіатру Р. Батлеру. Від моменту застосування у 1969 р. цей термін – з огляду на місце зайнятості лікаря (Національний інститут із проблем старіння, США) – стосувався літніх людей, хоча визначення і схему явища можна поширити на розгляд дискримінації людей будь-якого віку: ейджизм є комбінацією пов'язаних між собою стереотипів, дискримінаційних практик і політичних та інституційних рішень. Ейджизм може сполучатися з іншими видами дискримінації і концентруватися на окремій віковій підкатегорії. Зокрема, письменниця і режисерка С. Зонтаг розмірковувала щодо подвійних стандартів сприйняття чоловічого і жіночого старіння: старіння чоловіків не ставало підставою для відсторонення від професійної реалізації, втрати фінансової незалежності та впливу на усвідомлення власної привабливості. Щодо того, як впливають стереотипи на сприйняття певного вікового проміжку власного життя самими чоловіками і жінками, дані неоднозначні: є дослідження, які свідчать, що жінки переживають своє старіння легше, хоча стереотипи – на користь літніх чоловіків, а є такі, які фіксують, що жінки частіше бояться бути у старості безпомічними, обтяжливими і немічними.

Відповідно, розрізняють об'єктивні та суб'єктивні підстави ейджизму: об'єктивні стосуються відмінностей якості життя людей різного віку, що є наслідком державної політики, економічних умов, стану інфраструктури тощо, а суб'єктивні є наслідком відмінностей сприйняття рис і поведінки людей різного віку. Тож наявність ейджизму – це й результат наділення певної дії смислом, що залежить від контексту виховання і породжує нові дії та нові смисли. Наприклад, заклик поступатися місцями для сидіння людям літнього віку може виглядати і як позитивна дискримінація (спрямована на вирівнювання можливостей), і як наслідок переконання, що літні люди є «інвалідами за віком», неспроможними стояти нарівні з молодшими людьми. А як можна інтерпретувати поступлення місцем людині літній, але у гарній фізичній формі? Соціологи засвідчують, що мешканці великих міст будуть думати про старість як про хвороби і слабкість, тож поступлення місцем здоровій літній людині вважатимуть безпідставним ейджизмом і не поступляться взагалі або зроблять вигляд, що просто звільняють місце, нібито безвідносно до конкретної людини. Водночас мігранти з менш урбанізованої місцевості будуть

думати про старість як про авторитет, а отже, відмову прийняти від них жест поваги вони самі розціняють як дискримінацію. Дослідження цінностей GenZ у 2017 р. довело, що старість може сприйматися і як безпека для оточуючих: одним із найбажаніших типів жителя свого району для молодих українців виявилися одружені пенсіонери (табл. 1).

За посередництва, наведеного вище, можна дійти до розуміння значення соціологічних термінів, запропонованих американським соціологом Дж. Вінсентом щодо альтернативних моделей «правильного» старіння: «лібералізація від старшого віку» (акцент на тривалому збереженні молодості, «відмова» від ідентичності за віком, а отже, у сутності, прагнення до ілюзії) та «лібералізація старшого віку» (підкреслення значущості літнього віку і звільнення від обмежень, а отже, реальний погляд на речі). Не слід думати, що за досягнутої суспільством згоди щодо наявності ейджизму його подолання просувається виключно заради високих ідеалів людяності. Звернемося до ілюстрації щодо літніх людей – саме їхнє майбутнє привертає основну увагу, бо до 2100 р. саме на їхню користь прогнозують значні зміни у віковій структурі населення, і питання ставлення до результатів цих змін є актуалізованим. Зазвичай щоб окреслити бажаний стан суспільства, який передбачає інтегрованість літніх людей, у ЗМІ та наукових джерелах посилаються на приклади активного дозвілля сучасних людей літнього віку на глобальному Заході. Із боку мистецтва глядача можуть захоплювати сучасні фільми з літніми героями у контексті їх повноцінного професійного функціонування. Однак пенсіонери, які не бідують і не «доживають», а підтримують гарну фізичну форму, подорожують, засмагають, цікавляться модою тощо, – це не в останню чергу результат маркетингового впровадження відповідного образу старіння, бо не хотілося втрачати споживачів із численого та

забезпеченого покоління baby boomers (народилися після Другої світової війни і застали під час свого професійного становлення у західних країнах економічне зростання). Аналогічно висвітлення активного професійного життя літніх людей у кінематографі є підстави розглядати як один з ідеологічних наслідків неолібералізму, прихильники якого вважають корисним привчати громадян якомога довше вважати себе здатними до економічної продуктивності, а не «псуватися» пенсійною системою за скорочення кількості людей працездатного віку. Згідно з висновком дослідниці з Каліфорнійського державного університету Р. Бергер, ми живемо у світі, де молодий вік цінують вище літнього, і значну частку відповідальності за це несуть ЗМІ. Тож і зовнішній вигляд, і пріоритети, бажання, домагання молодих людей набувають «вищості» щодо аналогічного у літніх людей. Чи є для цього об'єктивні підстави, і зокрема в Україні?

Ми дійсно бачимо, що згідно з основними стратифікаційними критеріями представники різного віку є нерівними. По-перше, у доходах та оцінках власної забезпеченості. Тенденція, виявлена співробітниками Інституту демографії та соціальних досліджень ім. М.В. Птухи НАН України, була такою, що найбільший дохід був притаманним українцям у віці 30–39 та 40–49 років, однак вік – не основне, що впливало на диференціацію населення за доходами, пояснюваність її фактором віку не досягала й 4–5%. Що ж до самооцінок, то, згідно з даними Соціологічної асоціації України за 2017 р., більшість українців у віці 18–29, 30–39 та 40–49 років оцінювала рівень свого матеріального становища як середній (46%, 38,7% та 39,4% відповідно) і нижчий за середній (27,9%, 36,6% та 31% відповідно); більшість українців у віці 50–59 років – як нижчий за середній (33%) та середній (28,8%); більшість українців у віці 60+ років – як низький (39,3%) та нижчий за середній (29%). По-друге, в освіті. Згідно

Таблиця 1

Результати Центру «Нова Європа», Фонду ім. Фрідріха Еберта і GfK Ukraine

«Оцініть, як би Ви почувалися, якби одна з наступних родин переїхала б до вашого району, за 5-бальною шкалою де 1 – дуже погано, а 5 – дуже добре?»			
	Дуже погано, погано (1-2), %	Серединна позиція (3), %	Добре, дуже добре (4-5), %
Місцева багатодітна сім'я	6,1	21,8	66,3
Подружня пара пенсіонерів	7,7	23	65,5
Сім'я із Західної Європи	9,4	30,6	54
Група студентів	10,8	29,8	55,3
Біженці	28,2	37,9	27,7
Гомосексуальна людина чи сім'я	35,4	18,2	16,1
Родина ромів	55,5	25,7	12,2
Колишні ув'язнені	76,9	11,8	6,7
Наркозалежні	82,6	7,6	6,1

з даними Соціологічної асоціації України за 2017 р., найбільше тих, хто мав науковий ступінь та/чи повну вищу освіту, було серед українців у віці 30–39 років (48,7%), а найбільше тих, хто мав базову вищу освіту, – серед українців у віці 50–59 років (41,4%). По-третє, у повазі, що виявляють до них інші. Існують різні версії пояснення різниці у повазі, зумовленої віком, зокрема є спроби пов'язати більшу повагу до літніх людей із доіндустріальним суспільним ладом та з патріархатом, але вони доволі суперечливі з низки причин, які можна узагальнити тим, що з переходом до індустріального і постіндустріального суспільств змінюються лише види занять та інтересів, за які поважають або зневажають людей будь-якого віку, а визначальною для альтернатив патріархату (матріархату та біархату) є ознака статі, а не віку. Прийнятнішою є точка зору, згідно з якою молоді люди здатні здобути більше поваги діяльністю, для якої потрібна гострота сприйняття, а літні люди – організацією діяльності інших і кращою здатністю економити зусилля для досягнення мети. Вартими уваги є прояви дотичних до поваги подвійних стандартів: одним із показових випадків, що можна спостерігати і в Україні, є становище пенсіонерів: вони вважають своїм обов'язком матеріально підтримувати родини своїх дорослих дітей, які заробляють більше і живуть краще, але приймають допомогу від старших і при цьому вважають, що літні люди – обділені, несамостійні та нерозумні.

І по-четверте, але не далеко не в останню чергу, була вікова нерівність у підготовленості до контролю влади. Згідно з даними Соціологічної асоціації України за 2017 р., у більшості (від 74,8% до 92,6%) українців *будь-якого віку* була відсутня і готовність контролювати діяльність органів державної влади на волонтерських засадах, і готовність до членства у консультативній/експертній раді, що допомогатиме в розробленні рішень місцевих органів влади, і готовність організувати ініціативну групу з вирішення гострих питань місцевого населення чи громади – проте рідше за всіх її в усіх трьох випадках виражали люди у віці 60+ років. Що ж до прицильніших досліджень, присвячених виключно людям літнього віку, то згідно з результатами, отриманими проектом «Громадська активність без вікових обмежень» (ГО «Центр Поділля-Соціум», 2018 р., Вінниця, Полтава, Житомир, Слов'янськ і Миколаїв), 59% українських містян у віці 55+ років відзначали, що не знають про можливих помічників-посередників у контролі держави (недержавні структури, ГО, благодійні фонди, які підтримують і захищають літніх людей), і 42% підтримували пасивно-песимістичну установку щодо донесення сутності своїх потреб та захисту прав – що люди літнього віку захистити свої інтереси на той час узагалі не змогли би.

Також з'ясувати, чи існують вікові нерівності, можна опосередковано – через задоволеність життям, яка відображає найрізноманітніші обставини, згідно з якими людина почувається повноцінною або ущемленою, шанованою або не(до)оціненою. Згідно з даними Інституту соціології НАН України (2017 р.), більшість українців 18–29 років була скоріше задоволеною своїм життям (41%) або скоріше не задоволеною (28%), більшість людей 30–55 років – скоріше не задоволеною (35%) або скоріше задоволеною (32%), а більшість людей 56+ років – скоріше не задоволеною (38%) або зовсім не задоволеною (22%). Згідно з даними Соціологічної асоціації України (2017 р.), найбільше задоволеними життям були українці 18–29 та 30–39 років. Згідно з даними Київського міжнародного інституту соціології (2019 р.), найчастіше «життя прекрасне» в українців 18–29 років (58% задоволених), потім – в українців 30–49 років (51% задоволених), і вже потім – в українців 50+ років (41% задоволених). На основі цього можна припускати, що з віком кількість відчутних переваг та урівноважень в українців зменшувалася. Також літні українці привертали увагу соціологів із метою визначення ще більш деталізованих нерівностей – між людьми 56–60, 61–65, 66–70, 71–75 та 76+ років – заради оцінки перспектив упровадження заходів, що надавали би їм можливості розкривати свій виробничий потенціал. Хоча проблеми були в усіх. Якщо взяти один із найбільш обговорюваних просторів дискримінації – ринок праці, то щодо літніх людей говорили про закритість для них у принципі багатьох сфер зайнятості (особливо у держсекторі), щодо людей середнього віку піднімали тему закритості престижних сфер зайнятості (наприклад, ІТ – через установку «до 30»), а щодо молоді звертали увагу на схильність роботодавців користуватися їхньою недосвідченістю (як професійною, так і у захисті своїх прав) та вимушеним суміщенням роботи з навчанням, щоби платити їм мінімальну зарплатню. І це лише один простір дискримінації за віком – її можна відстежувати і щодо дозвілля (засудження залученості до певних занять на підставі уявлення про їх невідповідність типовому представнику даного віку), і щодо участі у громадянському житті (пропозиції обмежувати у законному праві голосу на виборах представників певного віку), і щодо надання необхідних для життя послуг (медичної і психологічної допомоги, кредиту тощо, щодо чого надавачі вибудовують вікові пріоритети).

Є ще один важливий нюанс – прихованість ейджизму за повідомленнями, що нібито вихваляють людей якогось віку і нібито акцентують на рівності представників будь-якого віку у чомусь. Часто помітити це за «історіями

успіху», що оповідають у ЗМІ, людині без фахової соціологічної освіти неможливо. Наведемо два приклади з «Лайм Апостроф»: один стосується історії особистого успіху (здійснення власних мрій) 103-річної незайнятої жительки США [33], другий – історії публічного успіху (здобуття популярності) зайнятого подружжя у віці 83 та 84 років на Тайвані [34]. У першому випадку розповідь присвячена жінці, яка переїхала з будинку для літніх людей до онуки – з подачі самої онуки – і за її участі реалізувала низку дій, що їй подані як «здійснення мрії»: з'їла бургер, випила пива, зробила перше татування, уперше проїхалася на мотоциклі. У другому випадку нас знайомлять із власниками пральні самообслуговування, які створювали із забутих клієнтами у пральні речей різні образи та приміряли їх на себе і завдяки своєму онуку стали присутніми й дуже відомими у популярній соціальній мережі, хоча зізналися, що «не до кінця розуміють, що означає бути відомим у Instagram», при цьому успішність подружжя вбачається ще й у тому, що вони залучені до «веселощів і моди». Через конструювання історій із подібними акцентами відбувається приховане обезцінювання таких аспектів успіху, якими могло би хвалитися виключно третє покоління (турбота про онуків, авторитетність для них, збереження бізнесу протягом десятиліть – про що в повідомленні про тайванське подружжя згадано лише для тла). Натомість набуває поширення установка, що успішні літні люди – це люди, які мають мрії та практики, що асоційовані з інтересами у молодому (чи підлітковому, чи навіть дитячому) віці, що відповідають запитам аудиторії молодого та підліткового віку в нею ж і захоплених осередках (показовою була навіть назва Instagram-сторінки тайванського подружжя – wantshowasyoung).

Звісно, можна зустріти і протилежні вищевказані зразки конструювання та презентації історій про успіх у літньому віці, наприклад в американському фільмі «Стажер» (The Intern, 2015 р.). Ми згадуємо про нього, бо він став непересічною соціальною подією: після його прокату у США почав суттєво знижуватися рівень безробіття серед людей 55+ років за рахунок зростання для них кількості пропозицій роботи і навчання, спеціальних стипендій, програм із виведення та адаптації професіоналів, кар'єра яких була перервана, тощо. Головний герой – 70-річний пенсіонер, який починає працювати стажистом в Інтернет-магазині – презентований із повагою до тих переваг, що надає вік: значний досвід роботи і спілкування, уміння представити себе, виховувати інших, стримувати емоції, поглянути на життя поза контекстом суцільної зануреності в роботу та бажаного бачення стосунків. Але й у «Стажері» попри потужний і на перший погляд виключно

позитивний соціальний посил також закладено ейджистські приховані смисли. Головний герой виглядає винятком із правил – не типовим пенсіонером, а щасливим випадком навіть серед подібних собі, тобто інших літніх стажистів у тому ж самому магазині. Його образ як на рідкість мудрої, щасливої і в силу віку незалежної людини, з привабливою для другорядних молодих героїв старомодною життєвою позицією у фіналі слугує інструментом схвалення деструктивних пріоритетів молоді в образі засновниці Інтернет-магазину – фанатичного працеголізму, нещадності до себе, родини та бізнесу, прагнення понад усе (власну неготовність, вимоги інвесторів, складнощі у колег, відсутність професійної реалізації у чоловіка і можливості проводити час із родиною) бути нікому не підвітною керівницею справи, що їй подобається.

Повернемося до опитувань громадської думки. Ті дослідження, для яких ми генерували концепції та розробляли інструментарій, підтвердили, що вікові категорії однорідні лише на перший погляд. Зазвичай презентації національних соціологічних досліджень показують ті деталі, які здатні надати одновимірні та двовимірні розподіли, і це може створити враження, що молодий, середній та старший вік тільки й відрізняються, що один від одного. У нас була можливість побудувати тривимірні розподіли за результатами забезпечених нам Research & Branding Group досліджень культурного коду українців – ключових цінностей та морального оцінювання ціннісного вибору або ціннісних прихильностей – критеріїв відділення правди від брехні у соціальних мережах та морального ліцензування. Цікаво, що двовимірні розподіли відмінностей між людьми різного віку не засвідчили, зате тривимірні продемонстрували, що вік у поєднанні з іншими соціально значимими атрибутами може утворювати різні версії установок та поведінки. Так, наприклад, саме високоосвічені люди старшого віку більше тяжіють до декларованої суворої відповідальності перед родиною, як і декларованого суворого виконання обов'язків перед родиною, колегами та країною водночас, а для інших освітніх категорій подібні твердження були би безпідставними (див. табл. 2, тут і надалі у таблицях ми не перекладаємо назви побудованих нами кластерів з англійської, якою загальні описи кластерів були опубліковані вперше, заради зручності співставлення цих таблиць із першоджерелом).

Якщо йдеться суто про людей старшого віку, то щодо них варто враховувати конфігурації, на які впливає тип населеного пункту. При цьому у старших респондентів із міст усім можна повчитися свободі, а у старших респондентів із сіл – позитивному світогляду, толерантності та довірі (табл. 3, 4).

Таблиця 2

Відмінності у моральному ліцензуванні між людьми різного віку, які мають вищу освіту, статистична значущість відмінностей на рівні 0,05

	«Pro-family»	«Easy-going»	«Anti-country»	«Heavy-duty»	«Cautious»
Вища освіта, вік 18–30	19,1	11,2	16,4	32,9	20,4
Вища освіта, вік 31–55	13,1	12,3	9,9	46,4	18,3
Вища освіта, вік 56+	20,4	8,3	6,5	50,9	13,9

Таблиця 3

Відмінності у персональному виборі цінностей між людьми старшого віку, які живуть у різних типах населених пунктів, статистична значущість відмінностей на рівні 0,01

	«Freedom lovers»	«Synthesis avoiders»	«Moderate differentiators»	«Radical differentiators»
Вік 56+ в обласних центрах	33,7	48,7	13,1	4,5
Вік 56+ у містах	40,9	33,5	14,5	11,2
Вік 56+ у селах	34	36	15	15

Таблиця 4

Відмінності між оцінюванням людьми старшого віку, які живуть у різних типах населених пунктів, вибору цінностей, статистична значущість відмінностей на рівні 0,001

	«Optimists»	«Pro-conservatives»	«Anti-revolutionaries»
Вік 56+ в обласних центрах	51,7	34,5	13,8
Вік 56+ у містах	57,5	22,5	20
Вік 56+ у селах	78,5	8,9	12,7

Таблиця 5

Відмінності між оцінюванням людьми середнього віку, які живуть у різних типах населених пунктів, вибору цінностей, статистична значущість відмінностей на рівні 0,05

	«Optimists»	«Pro-conservatives»	«Anti-revolutionaries»
Вік 31–55 в обл. центрах	55,8	35,4	8,8
Вік 31–55 у містах	63,2	24,3	12,5
Вік 31–55 у селах	67	17	16

Що ж до молоді, то вона, будучи категорією з найкращими об'єктивними умовами в українському суспільстві, тим не менше не здобула достатньо досвіду, щоби хоч за якимись ознаками диференціюватися додатково. Максимально диференційованою була категорія середнього віку: згідно з проведеним нами вище аналізом, вона порівняно з молоддю має більше підґрунтя для ейджизму, але принаймні щодо неї не було закликів до соціального перевиховання заради євроінтеграції, хоча в наших дослідженнях саме вона проявила найбільше суперечливих варіацій, не завжди співставних зі стереотипними європейськими цінностями. Хоча відмінності поставали несистематично, думки людей середнього віку залежали від майже максимально доступної стандартної соціологічної палітри соціально значимих ознак. Так, проживання в обласних центрах спонукало частіше виробляти альтернативи толерантності та довірі; чоловіки були більше орієнтованими на візуалізації та авторитет, а жінки – на opinii близького кола та власну інтуїцію, що відповідає традиційним

гендерним стереотипам; середня спеціальна освіта, яка в Україні є нижнім освітнім щаблем омріяного середнього класу, була частіше супутньою згоді з твердженнями про першочерговість обов'язків перед родиною порівняно з колегами та країною, і навіть зростання матеріальної забезпеченості, на яке покладають дуже багато надій, тісніше прив'язувало виконанням обов'язків саме до власних родин (табл. 5–8).

Висновки та перспективи. Таким чином, торкаючись теми віку, соціологія завжди шукає істину між двома тезами: перша – вік залишається одним із базових критеріїв набуття соціальних ролей і переходу від однієї до іншої з них, і ця теза є більш життєздатною, а друга – не існує єдиних вікових стандартів для входження та виходу по відношенню до тієї чи іншої соціальної ролі, і ця теза є більш ідеалістичною. Очевидно, що зв'язок між віком і соціальними ролями залишається значущим, інакше би періоди їх активного примноження й активної втрати не мали би стільки дослідницької уваги у наукових дослідженнях, роз-

Таблиця 6

Відмінності між розрізненням людьми середнього віку, які мають різну стать, правди і неправди у соціальних мережах, статзначущість відмінностей на рівні 0,05

	«Ind. - 1»	«Coll. - 1»	«Mixed»	«Coll. - 2»	«Ind. - 2»	«Coll. - 3»
Чоловіки, вік 31–55	22,8	13,1	21,8	14,1	16,5	11,7
Жінки, вік 31–55	13,6	8,6	20,5	23,2	20,9	13,2

Таблиця 7

Відмінності у моральному ліцензуванні між людьми середнього віку, які мають різну освіту, статзначущість відмінностей на рівні 0,01

	«Pro-family»	«Easy-going»	«Anti-country»	«Heavy-duty»	«Cautious»
До повної середньої включно, вік 31–55	10,7	17	13,4	39,3	19,6
Середня спеціальна, вік 31–55	24,1	11,3	9,2	33,3	22
Вища, у т. ч. науковий ступінь, вік 31–55	13,1	12,3	9,9	46,4	18,3

Таблиця 8

Відмінності у моральному ліцензуванні між людьми середнього віку, які мають різний достаток, статзначущість відмінностей на рівні 0,01

	«Pro-family»	«Easy-going»	«Anti-country»	«Heavy-duty»	«Cautious»
Найбідніші (верх забезпеченості – продукти), вік 31–55	12,2	13,1	8,4	48,5	17,7
Умовна середина (верх забезпеченості – одяг), вік 31–55	19,4	13	12	34,3	21,3
Найбагатші (верх – речі дорогі і тривалого користування), вік 31–55	29	12,9	9,7	35,5	12,9

глянутих у межах статті. Ми переконалися, що ейджизм – дискримінація за віком, у якій стереотипи набувають чинності через дискримінаційні практики, а політичні та інституційні рішення закріплюють і те й інше, існує і щодо молодих людей, і щодо людей середнього віку, і щодо літніх людей, хоча останні потерпають найбільше в силу різних об’єктивних та суб’єктивних обставин. Привертаючи увагу до інших ситуацій, пов’язаних із установами правил щодо людей різного віку, можна побачити, що ейджизм постає явищем, дуже залежним від смислонаділення. Через це, незважаючи на загальнозрозуміле прагнення до поваги, люди можуть відмовлятися від демонстрованих їм знаків поваги за віком, не помічати їх, не розуміти їх. Це є складним переплетінням надособистісних правил – ідеологій, що підштовхують до оцінювання «потрібності» людей за працездатністю і до цінування пріоритетів інших вікових категорій, з особистим вибором смислів. Для подолання дискримінації за віком стане в нагоді бути чутливими до, здавалося би, дрібниць – прихованих смислів у пропонованій нам для вжитку інформації, і послуговуватися результатами якомога більшої кількості досліджень, у яких видно переваги й недоліки всіх вікових категорій. Окрім основних стратифікаційних вимірів – матеріального становища, освіти, поваги та престижу, влади та контр-

оллю, – можна навести багато і стабільних, і ситуативних характеристик життя людей різного віку, де було зафіксовано вікові розриви і де дослідження мають перспективу: користування Інтернетом і гаджетами, відповідність роботи кваліфікації, володіння мовами, можливості уникнення безробіття, туризму, міграції. Залишаться затребуваними і дослідження представників усіх вікових категорій на предмет того, що пов’язано з відтворенням або подоланням супутніх певному віку нерівностей: цінностей, ціннісних орієнтацій, установок, життєвих стратегій, соціальних контактів різної близькості, самопочуття у суспільстві, товариськості і взаєморозуміння, релігійності, громадської діяльності, протестної активності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Hellmann T., Schmidt P., Heller S. M. *Social Justice in the EU and OECD – Index Report 2019*. Gütersloh : Bertelsmann Stiftung, 2019. 274 p. URL: <https://www.politico.eu/wp-content/uploads/2019/12/Social-Justice-Index-2019.pdf> (date of access: 01.02.2024).
2. Інститут Горшеніна, Представництво Фонду ім. Фрідріха Еберта в Україні та Білорусі. *Українське суспільство та європейські цінності*. Київ, 2017. 58 с. URL: http://fes.kiev.ua/n/cms/fileadmin/upload2/JEvropeiski_cinnosti_tables_and_diagrams_MR.pdf (дата звернення: 01.02.2024).
3. Info Sapiens. *Результати соціологічного дослідження щодо вікової дискримінації україн-*

ців. URL: <https://www.sapiens.com.ua/ua/publication-single-page?id=78> (дата звернення: 01.02.2024).

4. Танчин І.З. Соціологія : навчальний посібник. 3-є вид., перероб. і доп. Київ, 2008. 351 с.

5. Непийвода Т.В. Соціальна дистанція між віковими групами в українському суспільстві. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціологія*. 2010. № 1–2. С. 53–57.

6. Юрчик Г.М. Дискримінація на ринку праці: прояви, вітчизняний і європейський досвід подолання. *Соціально-трудова відносина: теорія та практика*. 2016. № 2. С. 80–87.

7. Berger R. Aging in America: ageism and general attitudes toward growing old and the elderly. *Open journal of social sciences*. 2017. Vol. 05, no. 08. P. 183–198. URL: <https://doi.org/10.4236/jss.2017.58015> (date of access: 01.02.2024).

8. Познанська К.В. Соціальне становище літніх людей та ставлення до старості в українському суспільстві очима молоді. *Вісник ХНУ імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. 2017. № 39. С. 340–345.

9. Генералова О.М. Соціальна ексклюзія осіб похилого віку в сучасному міському середовищі. *Актуальні проблеми психології*. 2017. Т. 7. № 44. С. 61–71.

10. Нові нерівності – нові конфлікти: шляхи подолання. *Тези доповідей та виступів учасників III Конгресу Соціологічної асоціації України*, м. Харків, 12–13 жовтня 2017 р. Харків, 2017. 517 с.

11. Кухта М.П. Шляхи запобігання виключенню людей старшого віку із соціального життя. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2018. № 77. С. 176–186.

12. Кухта М.П., Мартинюк І.О. Стереотипи як соціокультурний чинник впливу на життя людей старшого віку. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2018. № 79. С. 194–202.

13. Yashkina D. Dynamics of social determination of basic values of Ukrainians: generation slice. *Sociological studios*. 2018. № 1(12). P. 56–65. URL: <https://doi.org/10.29038/2306-3971-2018-01-56-65> (date of access: 01.02.2024).

14. Pimenova O. Human aging in modern conditions: features and perspectives for active longevity. *Sociological studios*. 2019. № 2(15). P. 30–34. URL: <https://doi.org/10.29038/2306-3971-2019-02-30-34> (date of access: 01.02.2024).

15. Predybailo A.I. Definition of discrimination against the elderly persons in the field of labor relations: international aspect. *Juridical scientific and electronic journal*. 2019. Vol. 4. P. 266–269. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0374/2019-4/71> (date of access: 01.02.2024).

16. Кухта М.П., Мартинюк І.О. Проблема старіння: філософський і соціологічний підходи. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2019. № 83. С. 19–27.

17. Fertility, mortality, migration, and population scenarios for 195 countries and territories from 2017 to 2100: a forecasting analysis for the Global Burden of Disease Study / S. E. Vollset et al. *The Lancet*. 2020. Vol. 396, no. 10258. P. 1285–1306. URL: [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30677-2](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30677-2) (date of access: 01.02.2024).

18. Кухта М.П., Мартинюк І.О. Специфіка «третього віку» в сучасній Україні. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2020. № 85. С. 114–127. URL: <https://doi.org/10.32840/2707-9147.2020.85.11> (дата звернення: 01.02.2024).

19. Нерівність в Україні: масштаби та можливості впливу / ред. Е.М. Лібанова. Київ : Ін-т демографії та соц. дослідж. ім. М.В. Птухи НАН України, 2012. 404 с. URL: https://idss.org.ua/monografii/nerivnist_2012.pdf (дата звернення: 01.02.2024).

20. Українське «покоління Z»: цінності та орієнтири / Д. Гайдай та ін. *Центр «Нова Європа»*. URL: <http://neweurope.org.ua/analytics/ukrayinskepokolinnya-z-tsinnosti-ta-oriyentyry/> (дата звернення: 01.02.2024).

21. Соціальні нерівності: сприйняття українським суспільством (заключний звіт) / В.С. Бакіров та ін. Харків : Соціол. асоц. України за фінанс. підтримки Міжнар. фонду «Відродження», 2018. 277 с. URL: https://sau.in.ua/app/uploads/2019/07/ZVIT_SOCZIALNI-NERIVNOSTI_2018_.pdf (дата звернення: 01.02.2024).

22. Сахно Ю. Задоволеність українців різними аспектами життя та тим, як складається життя у цілому. *Київський міжнародний інститут соціології*. URL: <https://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=882&page=1&t=7> (дата звернення: 01.02.2024).

23. Кіпень В.П. Люди поважного віку в Україні: потреби, цінності та взаємодія з органами влади: аналітичний звіт. Вінниця : Дмитрієва С.О., 2019. 54 с. URL: https://r.donpu.edu.ua/bitstream/123456789/1473/1/Кіпень%20В.П._Люди%20поважного%20віку%20в%20Україні_11.04.19.pdf (дата звернення: 01.02.2024).

24. #забутипровік. *People50plus*. URL: <https://ideaspeople.1plus1.ua/> (дата звернення: 01.02.2024).

25. Bentz J. Hungary: nation with the most family-friendly policies in Europe. *iFamNews*. URL: <https://www.ifamnews.com/en/hungary-nation-with-the-most-family-friendly-policies-in-europe/> (date of access: 01.02.2024).

26. Carlson A. The humans disappear: shocking new evidence on global depopulation. *iFamNews*. URL: <https://www.ifamnews.com/en/the-humans-disappear-shocking-new-evidence-on-global-depopulation/> (date of access: 01.02.2024).

27. Кириченко І. Чи існує в Україні соціальна нерівність? *Дзеркало тижня*. URL: https://zn.ua/ukr/SOCIUM/chi_ishue_v_ukrayini_sotsialna_nerivnist.html (дата звернення: 01.02.2024).

28. Мащенко К. Вікова дискримінація на ринку праці. *NV Бізнес*. URL: <https://nv.ua/ukr/biz/experts/vikova-diskriminaciya-na-rinku-praci-697219.html> (дата звернення: 01.02.2024).

29. Гончарова Є. Запиши діда до університету. *Український тиждень*. URL: <https://tyzhden.ua/zapyshy-dida-do-universytetu/> (дата звернення: 01.02.2024).

30. Лазарева А. Майже щаслива старість. *Український тиждень*. URL: <https://tyzhden.ua/majzhe-shchaslyva-starist/> (дата звернення: 01.02.2024).

31. Tashchenko A., Zabrodina D. To see a free man and die? Specifics of shared adherence to values in Ukrainian society. *Scientific journal of Polonia University*. 2022. Vol. 51, no. 2. P. 315–323. URL: <https://doi.org/10.23856/5137> (date of access: 01.02.2024).

32. Zabrodina D.O., Taschenko A.Y. Comprehension of the value self-regulation of the Ukraine's citizens. *Habitus*. 2022. № 37. P. 21–25. URL: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.3> (date of access: 01.02.2024).

33. Лавриниць Н. 103-річна жінка зробила тату і проїхался на байку, після «втечі» з будинку преста-

рілих. *Лайм Апостроф*. URL: <https://apostrophe.ua/ua/article/lime/lifestyle/2020-08-17/103-letnyaya-jenschina-sdelala-tatu-i-prokatilas-na-bayke-sbejav-iz-doma-prestarelyih/34484> (дата звернення: 01.02.2024).

34. Лавриниць Н. Літні власники пральні стали зірками мережі, створюючи модні образи із забутих речей. *Лайм Апостроф*. URL: <https://apostrophe.ua/ua/article/lime/lifestyle/2020-08-04/pojilyie-vladeltsyiprachechnoy-stali-zvezdami-seti-sozdavaya-modnyie-obrazyi-iz-zabytyih-veschey/34258> (дата звернення: 01.02.2024).

СЕКЦІЯ 3 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГЕНДЕРНОЇ ТЕОРІЇ PROSPECTS FOR THE EVOLUTION OF GENDER THEORY

У статті проаналізовано розвиток і перспективи сучасних теорій гендеру, їх теоретичних і соціально-контекстуальних передумов, окреслено використання в їх рамках логіку аргументації. Установлено, що із 70-х років XX століття соціо-гуманітарне знання характеризується новими теоретичними поворотами. Класичний етап розвитку соціології минає, типове західне індустріальне суспільство набуває нових рис і поступово переформатовується в так зване постмодерне, і перед науковцями/вицями постають нові питання й потреби. Так з'являються абсолютно нетрадиційні теоретичні парадигми на кшталт постструктуралізму чи структурного конструктивізму, поширюється скепсис стосовно пізнавальних можливостей класичних дискурсів серед їх представників. Резюмовано, що маскулінність і фемінність стали категоріями, які опинилися в центрі уваги, унаслідок чого формуються окремі напрями гендерної теорії та практики, які різняться як за географічними, так і за концептуальними критеріями. Окреслена багатовекторність теоретичного розвитку соціології гендеру. Зокрема, узагальнено низку авторитетних і новітніх у цій галузі підходів, дискурс-практик; з'ясовано, що в їхніх міркуваннях перформативні акти соціальних акторів є засобами побудови гендерної ідентичності, наявна гостра критика її редукції до біологічної статті, а також показано, як ці теорії доопрацьовували представниці структурного конструктивізму, квір-теорій, постмодернізму; визначено, що вони виводять гендер як на інституційний, так і на інтеракційно-експресивний рівні й демонструють, що гендер є розсіяним і формоутворювальним для кожного аспекту соціального життя. Темпоральними новітніми тенденціями розвитку гендерних студій визначено квір-теорії, транснаціональні, інтерсекціональні та постколоніальні дослідження, які фіксують комплексність і багатогранність гендерної ідентичності та її експресії у соціальних взаємодіях на новому концептуальному рівні, трансформуватимуть науковий дискурс соціології гендеру в найближчому майбутньому.

Ключові слова: гендер, гендерна теорія, соціологія гендеру, постструктуралізм, постмодернізм, квір-теорії, постколоніа-

лізм, транснаціональний підхід, інтерсекціональний підхід.

This article analyses the development and prospects of modern gender theories, their theoretical and social contextual prerequisites, and outlines the logic of argumentation used within their framework. It is established that since the 70s of the XX century, socio-humanitarian knowledge has been characterised by new theoretical turns. The classical stage of sociology's development is over, the typical Western industrial society acquires new features and is gradually being reformatted into the so-called postmodern one, and new questions and needs arise for scientists. This is how completely unconventional theoretical paradigms such as poststructuralism or structural constructivism emerge and how scepticism about the cognitive capacities of classical discourses spreads among their representatives. It is summarised that masculinity and femininity have become categories that have come into the spotlight, resulting in the formation of separate areas of gender theory and practice that differ both in terms of geographical and conceptual criteria. The article outlines the multi-vector nature of theoretical development of the sociology of gender. In particular, it summarises a number of authoritative and newest approaches and discourse practices in this field, and shows that in their considerations, performative acts of social actors are the means of constructing gender identity, and there is a sharp criticism of its reduction to a biological sex, and also shows how these theories have been refined by representatives of structural constructivism, queer theories, postmodernism, and it is determined that they bring gender to both institutional and interaction-expressive levels and demonstrate that gender is diffuse and formative for every aspect of social life. The author identifies queer theories, transnational, intersectional and postcolonial studies as the latest temporal trends in the development of gender studies, which capture the complexity and multifacetedness of gender identity and its expression in social interactions at a new conceptual level and will transform the scientific discourse of the sociology of gender in the near future.

Key words: gender, gender theory, sociology of gender, poststructuralism, postmodernism, queer theories, postcolonialism, transnational analysis, intersectional analysis.

УДК 316.4.305-055.1.305-055.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.4>

Вілкова О.Ю.

к.соціол.н., доцентка,
доцентка кафедри галузевої соціології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Гендерна теорія – це теоретичний підхід, що вивчає гендерні відносини та їх вплив на суспільство, культуру, економіку й політику. У межах цього підходу досліджується те, як утворюються, функціонують і змінюються гендерні ролі, ідентичності та взаємини між чоловіками й жінками, а також особливості цих процесів у різних культурних, історичних і соціальних контекстах.

Гендерна теорія важлива для розуміння глибинних механізмів гендерних нерівностей у сучасному суспільстві й розроблення політик і програм, спрямованих на їх зменшення й усунення. Вона стала ключовим інструментом у боротьбі за соціальну справедливість і рівноправ'я для всіх членів суспільства.

Гендерна теорія розвивалася завдяки внеску багатьох дослідників та активістів у різних країнах і в різні періоди часу. Серед ключових авторів та авторок, чий внесок у сучасну гендерну теорію вважається найбільш значущим, можемо виокремити таких.

Сімон де Бовуар (Simone de Beauvoir) – французька письменниця, філософиня й феміністка, авторка книги «Друга стать», яка вважається однією з перших робіт, що висвітлює проблеми гендерної нерівності. Де Бовуар аналізує, як суспільство конструює гендерні ролі й очікування, які накладаються на чоловіків і жінок. Вона відзначає, що жінки історично були зведені до другорядної ролі в суспільстві, а їхня самоідентифікація часто формується стосовно чоловіків. Авторка аналізує становище жінок у суспільстві, наголошуючи на їхній підпорядкованості стосовно чоловіків. Вона розглядає, як жінки відчують себе обмеженими у своїх можливостях самореалізації через соціальні стереотипи й норми. Також Де Бовуар аналізує поняття сексуальної та соціальної відданості, указуючи на те, що жінки часто почуваються підпорядкованими чоловікам у відносинах і соціальних структурах [1]. Філософиня висловлює підтримку ідеї емансипації жінок від патріархальних уявлень і структур, які обмежують їхні можливості та свободу. Ще один аспект у розвідках Де Бовуар – психологічні фрейми в жіночому досвіді й самосвідомості, авторка вказує на важливість того, щоб жінки ставали свідомими своєї ситуації та власноруч відстоювали свої права і свободу.

Джудіт Батлер (Judith Butler) – американська філософиня й гендерна теоретикня, відома своєю роботою в галузі теорії перформативності гендеру й критики ідентичності. Дж. Батлер стверджує, що гендерна ідентичність є не чимось сталим чи природним, а продуктом соціального конструювання. Вона розглядає гендер як процес, що постійно відтворюється через акти мови, одягу, жестикуляції та інші дії. Дж. Батлер аналізує можливості для субверсії статевих норм і гендерних стереотипів через перформативне вираження. Вона вказує на те, що акти, які виходять за межі традиційних гендерних ролей, можуть допомогти демонструвати їх соціальну конструктивність і вразливість. Згідно з теорією Дж. Батлер, ідентичність, включаючи гендерну ідентичність, формується через соціальні дії та мовні акти. Вона підкреслює, що ідентичність не є чимось незмінним, а знаходиться завжди в процесі становлення й перетворення. Авторка висловлює критику бінарних уявлень про гендер, які обмежуються тільки двома категоріями: чоловік/жінка. Вона стверджує, що ця бінарність є штучною й обмежує можливості для прояву іншої гендерної ідентичності.

Рейвін Коннелл (Raewyn Connell) – австралійська соціологиня, яка зробила важливий внесок у розвиток концепцій маскулінності й досліджень соціально обумовленого статевого розподілу праці. Р. Коннелл зазначає, що існує не одна, а низка різних маскулінностей, які можуть конкурувати між собою або взаємодіяти. Вона розрізняє «гегемонну маскулінність» – домінуючий набір маскулінних ідеалів, і «підпорядковані маскулінності», які можуть бути менш привабливими або соціально виключеними. Соціологиня підкреслює, що гендерна ідентичність і маскулінність часто пов'язані зі структурними нерівностями й домінуванням чоловіків у суспільстві. Вона вивчає, як маскулінність може бути використана для забезпечення певних привілеїв і контролю над іншими. Р. Коннелл досліджує взаємозв'язок між маскулінністю й насильством, указуючи на те, що певні форми маскулінності можуть підтримувати або спонукати до насильства, а також як це впливає на жінок і чоловіків. Крім того, Р. Коннелл досліджує взаємозв'язок між маскулінністю та класовими інтересами, указуючи на те, що маскулінність може бути різною залежно від соціального статусу й матеріальних умов, конструюється й виражається в різних культурних контекстах і міжнародних спільнотах теж по-різному.

Белл Хуукс (bell hooks) – американська авторка, феміністка й активістка, яка працювала в галузі гендерних студій та інтерсекціональної теорії. Авторка наголошує на необхідності вивчати взаємодію різних аспектів ідентичності, таких як гендер, раса, клас, сексуальна орієнтація тощо, і визнає, що ці аспекти нерозривно пов'язані та впливають один на одного. Б. Хуукс розглядає системи привілеїв і виключеності в суспільстві, зазначаючи, що деякі групи отримують переваги, тоді як інші зазнають систематичної дискримінації, і що ці системи взаємодіють і посилюються. Авторка критикує бінарне мислення й розуміння ідентичності, підкреслюючи, що воно обмежує можливості для розуміння складнощів і різноманітності ідентичностей. Б. Хуукс заохочує до активізму й боротьби за соціальну справедливість, наполягаючи на тому, що розуміння перетину різних аспектів ідентичності є важливим для розв'язання соціальних проблем і нерівностей.

Нел Ноддінгс (Nel Noddings) – американська філософиня й педагогиня, яка досліджувала питання гендерної соціалізації та етики догляду. Нел Ноддінгс розглядає моральність у контексті стосунків догляду, таких як стосунки між батьками та дітьми, учительками й учнями. Її робота привернула увагу до питання важливості догляду як фундаментального аспекту етики. Н. Ноддінгс розглядала роль гендерних стереотипів і соціалізації в педагогіці. Вона

аналізувала, як стереотипні уявлення про гендер впливають на навчання та виховання й висловлювала підтримку ідеї про створення сприятливого середовища для всіх учнів і студентів незалежно від їхньої статі. Авторка критикувала традиційні академічні стандарти, які, на її думку, занадто часто базуються на чоловічому досвіді й ігнорують голоси жінок та інших меншин. Вона активно виступала за соціальну справедливість у сфері освіти, закликаючи до рівних можливостей для всіх студентів, до врахування їхніх різних потреб та ідентичностей. Н. Ноддінгс, використовуючи інтерсекціональний підхід, розглядала питання гендерної рівності в контексті інших аспектів соціальної та культурної ідентичності, таких як раса, клас, сексуальна орієнтація тощо.

Хейді Хартманн (Heidi Hartmann) – американська економістка та феміністка, яка присвячує дослідження вивченню гендерних аспектів економіки й ринку праці. Х. Хартман аналізує взаємозв'язок між гендером та економікою, розглядаючи вплив гендерних нерівностей на ринок праці й економічний розвиток загалом. Зокрема, вона досліджує, як гендерні стереотипи та соціальні структури впливають на заробітну плату, умови праці й кар'єрні можливості. Її концепція присвячена аналізу взаємодії між класовою та гендерною дискримінацією на ринку праці. Х. Хартман зазначає, що жінки часто працюють на низькооплачуваних, нестабільних робочих місцях, що вимагають великого фізичного й емоційного напруження, тоді як чоловіки частіше мають доступ до стабільних і високооплачуваних посад.

Хейді Хартман критикує сексистський поділ праці в сім'ї та суспільстві, зазначає, що стереотипні ролі жінок як домогосподарки й матері обмежують їхні можливості на зовнішньому ринку праці, ускладнюють їхню економічну незалежність, що, своєю чергою, призводить до «репродуктивної праці» жінок, яка включає неоплачувану працю, пов'язану з доглядом за домогосподарством і дітьми. Х. Хартман аналізує, як ця форма праці відтворює соціальні структури й гендерні нерівності в суспільстві.

Говорячи про основні напрями гендерної теорії та емпіричних гендерних досліджень на сучасному етапі розвитку, можемо виділити такі: постмодернізм, структурний конструктивізм, квір-теорії, постколоніальний підхід, трансгендерні й небінарні студії, транснаціональний та інтерсекційний методологічні підходи в гендерних дослідженнях. Коротко окреслимо особливості деяких із них.

Постмодернізм у гендерних дослідженнях являє собою підхід, який відхиляє загальноприйняті норми, уявлення й концепції про гендер, а також ставить під сумнів чинні системи влади та контролю. У межах цього підходу гендер тлумачиться як соціально сконстру-

йована категорія. Зокрема, постмодерністи досліджують, як гендерна ідентичність і її прояви формуються та змінюються в процесі взаємодії з культурними, історичними й соціальними факторами. Вони вважають гендерність результатом саме соціального конструювання, а не біологічних детермінант. Постмодерністи здійснюють відхід від бінарних уявлень про гендер, висувають гіпотезу про існування широкого спектру гендерних ідентичностей, що перетинаються й перехрещуються [2]. Вони критикують традиційні бінарні уявлення про гендер (чоловік/жінка) і розглядають гендер як спектр, де можливі різноманітні варіації. Постмодерністські авторки/ри аналізують, як влада та домінування функціонують у суспільстві, як вони впливають на створення й відтворення гендерних норм і стереотипів. Вони вивчають взаємодію гендеру з іншими формами соціальної нерівності, такими як раса, клас, сексуальна орієнтація тощо. Представники напряму критикують метанаративи й універсальні правила здійснення наукового аналізу. Вони відкидають ідею про існування об'єктивної істини або універсальних норм і правил і ставлять під сумнів універсальність концепцій гендеру, що можуть бути застосовані до всіх маргіналізованих груп у різних культурних і політичних середовищах. Постмодерністи визнають важливість уваги до дослідження голосів і досвіду тих, хто зазвичай перебуває на «узбіччі» суспільства, таких як представники маргіналізованих груп, трансгендерні особи, інтерсексуальні люди тощо.

Однією з найвпливовіших праць у постмодерній школі соціології гендеру є книга «Гендерний клопіт» американської вченої Дж. Батлер, у якій вона розвиває свою теорію перформативності гендеру. Дж. Батлер розгортає ідею висловлювань-перформативів у гендерному питанні. У працях вона стверджує, що гендери є гетеросексуалізованими, тобто сформованими на основі імперативу гетеросексуальності, яка визначена як єдино правильна й легітимна форма сексуальності. Гетеронормативність чітко встановлює матрицю правил та образів маскулінної й фемінної поведінки. Дж. Батлер зазначає, що на основі цієї категорії «нормативної гетеросексуальності» суб'єкти й конструюють свою гендерну ідентичність як чоловіка або жінки, реалізують її конкретними повторюваними в часі актами, тобто гендерна ідентичність існує у вимірі самовідігрування, перформативності [4]. Гетеронормативність засновується на ідеї, що біологічна стать первинна щодо гендерної ідентичності, остання ж набуває вираження в гендерно-забарвленій поведінці буцімто під впливом фактору статі. Однак якщо гендерна ідентичність існує в рамках дискурсу гетеронормативності й заводиться в дію практиками,

перфомативними діями, чітко окресленими цим дискурсом, то ми спостерігаємо замкнену систему, компоненти якої безкінечно самовідтворюються через певний комплекс дій. «Якщо б не існувало поняття гомосексуальності як копії, то не існувало б і конструкту гетеросексуальності як оригіналу» [4; 5].

Отже, теорія перфомативності Дж. Батлер пропонує погляд на гендер, сексуальність і будь-який інший ключовий компонент суб'єктності в процесуальному вимірі як практикування, розігрування ідентичності в рамках чинних дискурсів нормативності, а не як наслідки впливу якогось предискурсивного суб'єкта (наприклад, біологічної статі).

Структурний конструктивізм, згідно із цією концепцією, у конкретних історично-соціальних просторах, і соціальні інститути, і повсякденні дії окремих індивідів мають вагомий значення у формуванні гендерно-рольових патернів. Основна ідея полягає в тому, що гендерна ідентичність конструюється через взаємодію індивідів із соціальними структурами й культурними нормами, але водночас самі ці структури та норми також формуються й підтримуються завдяки індивідуальним діям і взаємодії. За цим підходом, гендер розглядається не як щось дане або природне, а як соціально конструйована категорія. Цей підхід висуває гіпотезу, що індивідуальні дії та взаємодії сприяють конструюванню й утриманню соціальних структур, своєю чергою, ці структури впливають на формування індивідуальної гендерної ідентичності. Структурний конструктивізм відхиляє бінарне уявлення про гендер (чоловік/жінка) і тлумачить гендер як варіативний, де існує багато різних ідентичностей і їх варіацій. Цей підхід спрямований на аналіз взаємодії гендеру із системами влади й контролю в суспільстві. Він розглядає, як соціальні структури й норми утримують гендерні нерівності та сприяють виникненню патерналістичних відносин. Структурний конструктивізм приділяє увагу процесам перетворень, зокрема визнається, що гендерні структури й ідентичності постійно змінюються через індивідуальні та колективні дії.

Сучасний етап розвитку структурно-конструктивістських теорій гендеру пов'язаний з іменем австралійської вченої Р. Коннелл, американськими дослідницями С. Ріджвей, Дж. Лорбер, Х. Хартман. Р. Коннелл пропонує концепцію гендерної композиції, яка протиставляється концепції гендерної системи й акцентує увагу на більш динамічному розумінні гендеру як порядку, відображеному й у системному вимірі соціуму, і в практиках, що мають потенціал видозмінювати системні утворення, соціальних акторів. Гендерна композиція Р. Коннелл є чотиривимірною, у ній виокремлено таке: гендерну диференціацію

праці; структуру влади як організацію відносин домінування й підкорення між статтями; структуру катексису як сукупність специфічних для кожного гендеру модусів: дружніх, сімейних, романтичних, сексуальних та інших емоційно наповнених відносин; структуру символічного порядку як знаково-інтерпретаційне наповнення маскулітних і фемінітних образів [10; 11]. Така концептуалізація гендерного порядку, по суті, будується на розділенні публічної або інституційної сфери (яка продукує відносини влади, розподіл ресурсів і нормативні категорії) та приватної сфери як предмета вивчення феноменології, що є полем здійснення повсякденних інтеракцій і рутинних практик, у ході яких реалізується та видозмінюється інституційний порядок [10].

Дж. Лорбер розглядає гендер як соціально сконструйовану категорію, яка формується через взаємодію індивідів із соціальними структурами й культурними нормами. Вона підкреслює, що гендерні ролі й очікування відрізняються залежно від культурного й історичного контексту. Усвідомлення гендерної належності настільки поширене в нашому суспільстві, що ми вважаємо його закладеним у генах. З огляду на власну натуралістичну орієнтацію, нам важко повірити, що гендерні відмінності постійно створюються та відтворюються саме в процесі людської взаємодії, водночас становлять підґрунтя соціального життя і є його організуючим інструментом. Гендерна свідомість і манера поведінки, зумовлена належністю до статі, настільки увійшли в ужиток, що зазвичай ми не надаємо їм значення. Дж. Лорбер же аналізує патріархальні структури та їх вплив на формування гендерних стереотипів, очікувань і ролей у суспільстві. Вона розглядає, як ці структури підтримуються й репродукуються через інституції та культурні практики, які процеси ставлять розподіл оплачуваної роботи й домашньої праці в залежність від гендерної належності тощо [6]. Авторка активно пропагує феміністську трансформацію суспільства, спрямовану на розширення можливостей для жінок, зниження гендерних нерівностей і перегляд гендерних ролей.

Починаючи з 90-х років ХХ століття, в авангард гендерних студій поступово починають виходити так звані квір-теорії. Сам термін «квір» уведений в обіг як опозиційний до категорій «гей» або «лезбійка». Причиною зародження критики підходу лібералізації гомосексуальності стала його неінклюзивність у питанні сексуальних ідентичностей, що розглядалися. На порядок денний цим підходом поставлені проблеми гетеросексистського устрою, тобто такого, у якому за норму прийнято вважати гетеросексуальну орієнтацію та домінуючу позицію чоловіків у суспільстві.

Квір-теорії – це напрям у гендерних дослідженнях, який активно вивчає та аналізує гендерні ідентичності та взаємодії, зосереджуючись на гендерних «меншостях», а також на гендерних дискурсах поза традиційними бінарними уявленнями про чоловіків і жінок. Квір-теорії відкидають бінарне уявлення про гендер, тобто уявлення про те, що гендер може бути тільки «чоловічим» або «жіночим». Замість цього, вони визнають широкий спектр гендерних ідентичностей, включаючи трансгендерні, гендерквір та інші неконформні форми. Квір-теорії наголошують на тому, що гендерна ідентичність є динамічною та нестабільною, змінюючись відповідно до контексту, часу й соціальних взаємодій. Ці теорії висловлюють критику стандартних гендерних норм і стереотипів, активно працюють на їх денормалізацію. Вони стверджують право кожної людини на унікальну гендерну ідентичність і вираження. Деякі квір-теорії включають постколоніальний підхід, що досліджує взаємозв'язок між гендером та іншими формами соціальної дискримінації, такими як расизм, класизм та інші системи утисків. Квір-теорії радикально заперечують природну обумовленість і чітку визначеність сексуальної та гендерної ідентичностей. Наводячи масу історичних аргументів, теоретики цього напрямку стверджують, що ці ідентичності є варіантними в різні історичні епохи навіть у західноєвропейському географічно-культурному вимірі. «...Постструктуралістська квір-теорія розуміє гетеросексуальність саму по собі як соціальний конструкт» [8, с. 220–231]. Соціально сконструйованою проголошується вся дихотомічна логіка мислення, яка породжує опозиційні категорії «природне»/«штучне», «чоловіче»/«жіноче», «гетеросексуальне»/«гомосексуальне», що формується й репродукується домінантними соціальними групами.

На сучасному етапі розвитку гендерної теорії інтерсекціоналізм стає центральною методологічною парадигмою у відповідь на критику обмеженості аналітичних можливостей одного лише поняття гендеру. Інтерсекціоналізм – «це співвідношення різних аспектів і форм соціальних відносин і суб'єктів» [7, с. 1771–1800.]. Л. МакКолл окреслює континуум інтерсекціональності, на якому розставляє три точки – три підходи в інтерсекціональній методології, до яких вдаються в разі спроби дослідити надзвичайно комплексне й багатовимірне явище соціальних взаємовідносин, будуючи свою класифікацію на основі інструментального значення категорії в межах кожного з підходів. На одному з полюсів континууму інтерсекціональної методології знаходиться так званий антикатегоріальний підхід, який заперечує необхідність аналітичних категорій у дослі-

дженнях. На іншому полюсі цього континууму знаходиться інтеркатегоріальний підхід, згідно з яким структура аналітичних категорій є необхідним та ефективним методологічним засобом для дослідження нашарувань різних типів нерівностей на основі різних відмінностей між соціальними групами. У середині континууму розміщений інтракатегоріальний підхід, який є більш компромісним щодо використання категорій в аналізі. Визнаючи їх епістемологічну обмеженість і дотримуючись критичності до типу знань, що вибудовуються за допомогою категорій аналізу, дослідники цього підходу визнають і їх переваги в можливостях формувати корпус знань у конкретний відрізок часу.

Підбиваючи підсумки, можемо дійти висновку, що у XXI столітті гендерна теорія розвивається в різних напрямках, ураховуючи сучасні виклики, тенденції та соціокультурні контексти. Зокрема, можемо виокремити таке: інтерсекціональний підхід: цей напрям визнає, що гендерна ідентичність і досвід взаємодіють з іншими аспектами соціальної ідентичності, такими як раса, етнічна належність, клас, сексуальна орієнтація тощо; транснаціональний підхід: гендерна теорія враховує глобальний характер гендерних нерівностей і вивчає взаємодію між гендерними системами різних культур і націй, а також вплив міжнародних структур і процесів на гендер; трансгендерні й небінарні студії: напрям, що зосереджується на вивченні досвіду й ідентичності трансгендерних і небінарних осіб, а також на розумінні гендерних досвідів за межами традиційних категорій чоловік/жінка; постколоніальний підхід: вивчається вплив колоніальних структур і процесів на гендерні стереотипи, ролі та нерівності, а також відповідь на цей вплив у межах різних культурних контекстів; гендерна економіка й гендерний ринок праці: представники цього напрямку вивчають гендерні аспекти економіки, зокрема оплати праці, рівноправ'я на ринку праці, економічні можливості жінок і чоловіків, а також вплив гендерних нерівностей на економічний розвиток; сексуальність і сексуальні права: напрям зосереджується на вивченні гендерних аспектів сексуальності, включаючи права та свободи сексуальних «меншин», проблеми сексуального насильства й сексуального здоров'я; гендерна політика та феміністичні дослідження: вивчення політичних аспектів гендерної нерівності, включаючи аналіз гендерних політик, феміністичний активізм і гендерні аспекти правового регулювання. Ці теоретичні напрями відображають різноманітність підходів та інтересів гендерної теорії у XXI столітті й демонструють її постійний розвиток та адаптацію до сучасних викликів і контекстів як теорії, так і практики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бовуар де С. Друга стаття. Київ : Основи, 1995. Т. 1. Розділ: До визволення. С. 337–373.
2. Колієва І.А. Постмодернізм і теорії сексуальності. *Грані*. 2011. № 3 (77). С. 65–68.
3. Основи теорії ґендеру : навчальний посібник. Київ : К.І.С., 2004. 536 с.
4. Butler J. Gender: The Circular Ruins of Contemporary Debate GENDER TROUBLE: Feminism and the Subversion of Identity. London, 1990. Режим доступу: https://selforganizedseminar.files.wordpress.com/2011/07/butler-gender_trouble.pdf.
5. Judith Butler: 'We need to rethink the category of woman'. *The Guardian*. Режим доступу: <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2021/sep/07/judith-butler-interview-gender>.
6. Lorber J. and Farrell S.A. The Social Construction of Gender [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/331764683_The_Social_Construction_of_Gender.
7. McCall L. The Complexity of Intersectionality. *Journal of Women in Culture and Society*. 2005. № 3. P. 1771–1800.
8. Namaste K. The Politics of Inside/Out: Queer Theory, Poststructuralism, and a Sociological Approach to Sexuality. *Sociological Theory*. 1994. № 2. P. 220–231.
9. Raewyn Connell. Personal web-page. Режим доступу: <http://www.raewynconnell.net/p/gender-sexuality.html>.
10. Raewyn Connell. Gender In World Perspective. Режим доступу: <https://xyonline.net/sites/xyonline.net/files/2019-08/Connell%2C%20Gender%20in%20World%20Perspective%2C%202nd%20Edition%20%282009%29.pdf>.
11. Raewyn Connell. The Sociology of Gender in Southern Perspective. Режим доступу: https://drive.google.com/drive/folders/0B7PfmZzFek7vcE9NWU9GTkVEUWc?resourcekey=0-xuoD48H5ie_2I_PQTmuDpQ.

ДИСКУРС «ІЛЮЗОРНОСТІ» ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ В СУЧАСНОМУ СОЦІОЛОГІЧНОМУ ТЕОРЕТИЗУВАННІ

DISCOURSE OF THE “ILLUSION” OF PUBLIC OPINION IN CONTEMPORARY SOCIOLOGICAL THEORIZATION

Стаття присвячена визначенню змістового наповнення поняття «громадська думка» з позиції сучасних соціологічних теорій. Науковий інтерес у роботі сформовано навколо проблематики ілюзорності громадської думки. Дослідження громадської думки як певного стану масової свідомості завжди було актуалізованою проблематикою суспільних наук. Безпосередньо соціологічні теорії концептуалізації громадської думки розпочалися на початку виникнення масової культури й розвитку ЗМІ. Громадська думка визначалася як вектор актуальності суспільного обговорення дискусійних питань суспільства. Діапазон різноманітності тематики наукового пошуку в західному дискурсі варіювався від аналізу принципів формування психології мас і масової свідомості, методів навіювання, наслідування й маніпулювання та пропаганди до методики проведення опитувань і взагалі онтологічного існування досліджуваного феномена. Стрімкий розвиток цифрових інформаційних технологій спровокував методологічні зрушення в осмисленні теоретичних основ процесу формування громадської думки. У світі гіперреальності інформаційні технології та медіа відіграють вирішальну роль у формуванні громадської думки. Медіатехнології створюють ілюзію реальності, і дослідження, як це впливає на сприйняття й формування суспільної свідомості, є надзвичайно актуальним. Соціологічна теорія реагує та фіксує онтологічні зміни соціокультурного простору формуванням дискурсу «ілюзорного стану» громадської думки. З другої половини ХХ ст. з'являються роботи, присвячені критиці проведення соціологічних опитувань, інтерпретації отриманих результатів і взагалі існування громадської думки не тільки як концепту соціологічної рефлексії, а й на онтологічному рівні як феномена масової свідомості. Астротурфінгові кампанії, фреймінг, праймінг і методи формування порядку денного в інформаційному полі соціальних мереж створюють у споживачів медіа хибне враження про існування суспільної думки та згоди з приводу того чи іншого питання. Громадська думка, як гіперреальна субстанція, виникає зі взаємодії між медіа й респондентами, оскільки вони відтворюють те, що створено медіатехнологіями у вигляді системи символів і знаків.

Ключові слова: симулякр, порядок симулякрів, дискурс медіа, ілюзія, медіатехнології.

The article is devoted to defining the content of the concept of public opinion from the standpoint of modern sociological theories. Scientific interest in the work is formed around the problem of the illusory nature of public opinion. The study of public opinion as a certain state of mass consciousness has always been an actual issue of the social sciences. Sociological theories of conceptualizing public opinion began directly at the beginning of the emergence of mass culture and the development of mass media. Public opinion was defined as a vector of the relevance of public discussion of debatable issues of society. The range of diversity of the topic of scientific research in the Western discourse varied from the analysis of the principles of the formation of mass psychology and mass consciousness, methods of suggestion, imitation and manipulation and propaganda to the methodology of conducting surveys and the ontological existence of the studied phenomenon in general. The rapid development of digital information technologies provoked methodological shifts in the understanding of the theoretical foundations of the process of public opinion formation. In the world of hyperreality, information technology and media play a decisive role in shaping public opinion. Media technologies create the illusion of reality, and the study of how this affects the perception and formation of public consciousness is extremely relevant. Sociological theory reacts and records the ontological changes of the sociocultural space by forming the discourse of the “illusory state” of public opinion. Starting from the second half of the 20th century there are works devoted to the criticism of conducting sociological surveys, the interpretation of the obtained results, and in general the existence of public opinion not only as a concept of sociological reflection, but also at the ontological level as a phenomenon of mass consciousness. Astroturfing campaigns, framing, priming, and agenda-setting methods in the information field of social networks create a false impression among media consumers about the existence of public opinion and agreement on this or that issue. Public opinion, as a hyperreal substance, emerges from the interaction between media and respondents, as they reproduce what has been created by media technologies in the form of a system of symbols and signs.

Key words: simulacrum, order of simulacra, media discourse, illusion, media technologies.

УДК 316.4+316.776
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.5>

Гудзенко О.З.

к.соціол.н.,
доцентка кафедри політології, соціології
та публічного управління
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара

Щепова Д.Р.

к.пед.н., доцентка,
завідувачка кафедри філософії,
соціології та історії
Дніпровський аграрно-економічний
університет

Постановка проблеми. Зі зміною суспільного стану на інформаційне суспільство інтенсифікується потреба в переосмисленні тезаурусу соціологічної науки з акцентуацією на актуальні умови сьогодення. Необхідною стає фіксація з урахуванням суспільних змін не тільки змістових сенсів нових термінів, а й (пере)формування тих, які є давно визначеними та вживаються в науці тривалий час. Одним із

таких термінів, який має досить «довгу» історію застосування в соціологічному дискурсі, є громадська думка. Історія виникнення терміна визначається другою половиною ХІІ століття, однак «ще до появи наприкінці ХVІІІ ст. емпатичного поняття громадської думки друкована преса вже використовувалася для того, щоб політично амбіційні комунікації могли отримувати публічний резонанс; і щоб завдяки цьому

інстанції, які ухвалюють рішення, відчували на собі подвійну дію – спрямованого до них письмового послання та спричиненого ним публічного резонансу» [13, с. 139].

Досить значна кількість наукових робіт фіксує розвиток дослідження громадської думки як концепту не тільки соціологічного дискурсу, а й із позиції міждисциплінарного підходу з першого проголошення терміна (поч. ХІІ ст.) і до його визначення в теоріях ХХ ст. [16, с. 131]. Однак фокус уваги дослідників громадської думки в період домінування постмодерністського напрямку теоретизування заслуговує на більшу увагу особливо з урахуванням кардинальних змін сучасного медійного простору.

Із середини ХХ ст. інтенсифікується використання маніпулятивних механізмів формування громадської думки в ЗМІ й інформаційного впливу на суспільну думку та настрої. Сформовані передумови провокують виникнення потреби у фіксації істинного (реального) стану масової свідомості населення. Наукова рефлексія стосовно «істинності», «реальності», «штучності» й «ілюзорності» громадської думки і стає мейнстримом концептуальних теорій сучасності та соціологічного обговорення. У 50–60-ті рр. все частіше виникають заклики відмовитися взагалі від терміна «громадська думка», оскільки це фікція і цікавить вона дослідників лише в історичному аспекті й не більше. У книзі «Громадська думка. Відкриття спіралі мовчання» дослідниця Е. Ноель-Нойман наводить цитату німецького історика Германа Онкена, який ще в 1904 р. в одній із публікацій дає такі характерні риси громадської думки: «... багатозначна сутність, видима, але водночас примарна, несвідома й разом із тим приголомшливо дієва, яка існує в різних формах, і знову, і знову вислизає від нас, коли ми хочемо її зафіксувати. ... зрештою, кого не запитай, кожний точно знає, що означає громадська думка...» [7, с. 97]. Саме тому актуальність роботи визначається необхідністю інтерпретації громадської думки з урахуванням соціокультурних змін і з позиції категоріального апарату постмодерністської рефлексії. Ілюзорність стає характерною рисою змістового наповнення поняття «громадська думка» в епоху медійної реальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Теоретичною основою статті є роботи відомих дослідників громадської думки, серед яких варто відзначити таких науковців, як Г. Тард, П. Шампань, У. Ліпман, Е. Ноель-Нойман, Н. Луман, Ф. Девісон, С. Гербст, П. Бурдьє, Дж. Бішоп, Ж. Бодрійєр. Серед українських дослідників/дослідниць варто звернути увагу на роботи У. Стефанчук, Л. Балуцької, А. Штельмашенко, Л. Руженко, В. Огорокової, Н. Карамишевої, М. Соболевської.

Мета статті спрямована на теоретичне осмислення змістового наповнення громадської думки з позиції ілюзорності й симулятивності в контексті гіперреальності сучасного світу.

Вклад основного матеріалу. За основу визначення групи дискурсів і змістового значення досліджуваного концепту (з позиції зазначення рис ілюзорності) у соціологічних концепціях ХХ–ХХІ ст. застосовано запропоновану дослідником масової комунікації Ш. Фергюсоном таку класифікацію підходів [3].

Популістський підхід. Теорії цієї групи запропоновані в першій половині ХХ ст. Громадська думка розглядається як інформаційний потік, що йде від населення до влади. Дослідники цього підходу акцентують увагу на процесах зміни громадської думки, коли люди взаємодіють один із одним або реагують на вплив ЗМІ.

Елітарний підхід. Ці теорії також відомі як соціально-конструктивістські й кардинально протистоять популістському підходу. Вони наголошують на маніпулятивних аспектах комунікації та визнають особливість громадської думки формуватися навколо будь-якої проблеми.

Критичний підхід. Теорії цієї категорії також відомі як радикально-функціоналістські. Дослідники цієї групи стверджують, що широка громадськість, включаючи групи меншин, має незначний вплив на громадську думку. Вони вважають, що контроль над нею значною мірою знаходиться в руках тих, хто має владу.

Аналіз робіт представників цих підходів дав змогу сформувати такі дискурсивні категорії, які умовно ми назвали так: 1) громадська думка як репрезентант масової свідомості; 2) громадська думка як медійний конструкт; 3) громадська думка як гіперреальна субстанція.

Еволюційно для першого підходу Ш. Фергюсона характерно визначення змісту поняття «громадська думка» з позиції її здатності презентувати реальний стан масової свідомості населення. Під час розроблення теоретичних концепцій цього підходу формується науковий дискурс «об'єктивної/істинної/реальної» громадської думки. Суспільна сутність громадської думки виявляється в оціночному судженні соціальних явищ, подій і процесів з погляду інтересів певної спільноти, громади, групи. Саме тому в ній домінують ті оцінки, які поділяються суб'єктом громадської думки незалежно від їх істинності чи хибності. Термін істини є досить дискусійним у соціально-філософському дискурсі й зазвичай вимагає окремого наукового розгляду. У рамках наукової статті скористаємося таким змістовним значенням терміна «істина», відомим ще з часів

античної філософії: «Істинним є висловлювання (судження), зміст якого відповідає дійсності» [12]. Це класичне визначення істини є головним концептом для об'єктивної характеристики теоретико-пізнавальних міркувань у будь-якій сфері пізнавальної діяльності людей. Розуміння громадської думки як відображення дійсних поглядів, суджень та інтересів людей, які формуються на основі їхнього спільного життєвого досвіду спів(пере)проживання подій і ситуацій, наявних знань, цінностей, емоцій тощо, передбачає відповідність критерію істинності, особливо якщо думка основана на доказових фактах, логіці, моралі й інших критеріях об'єктивності. Істинність як критерій громадської думки відображає суспільні уявлення, які презентують доказові й раціональні судження, тобто ґрунтуються на доказовій істині. Якщо судження основані на бездоказовій підставі, то доречно говорити про суперечливу думку чи взагалі помилкову або хибну [14].

Перше згадування про силу впливу створеної громадської думки та її «істинність» можна зафіксувати вже в роботі Г. Тарда «Громадська думка і натовп». Учений зазначав, що думка має мінливий і тимчасовий характер, оскільки вона короткочасна і є більш-менш логічною групою суджень, яка відтворюється в численних екземплярах у рамках однієї країни одного часу й одного й того самого суспільства [6]. Так, на думку Г. Тарда, сутність громадської думки полягає не в застосуванні щодо неї категорії «істинності», а в кількості споживачів інформації, які в певний момент розділяють її.

Саме П. Шампань у роботі «Faire l'opinion le nouveau jeu politique» поєднує уявлення, що формування громадської думки підпорядковується принципам економіки й має штучний характер. Дослідник визначає журналістів як агентів, що створюють потік інформації та підпорядковуються логіці економічного типу, оскільки аудиторія споживачів інформації – це комерційні клієнти [2]. Думка, яка сконструйована пресою, має схожість із продуктами споживання економічного типу, оскільки її успіх залежить від моди та соціальних характеристик. Тобто важливою характеристикою громадської думки є не стільки контекстуальний зміст оціночного судження стосовно об'єкта, скільки кількісний аспект підтримки аудиторії споживачів. У цьому аспекті громадська думка виступає як створений продукт інформаційних технологій, призначений для формування уявлення про масову підтримку серед «споживачів» певного судження.

Рефлексія стосовно сконструйованого стану суспільної думки формує новий підхід до теоретичного осмислення, який, звісно, є логічним продовженням попереднього дискурсу і стосується «уявної/сконструйованої/

штучної» громадської думки. Формування «уявної більшості» (за термінологією Б. Андресона про «уявні спільноти»), що розділяє певне оціночне судження, зазначається в теоретичних засадах концепції «спіралі мовчання» Е. Ноель-Нойман. Термін «спіраль мовчання» застосовується щодо ситуації, коли люди відчують потребу, що зростає, приховувати свої погляди, якщо останні не підтримує більшість [5]. Перед тим, як висловити свою точку зору щодо певного явища або ситуації, члени аудиторії схильні несвідомо перевіряти, чи поділяє їхні погляди уявна більшість. Презентація різними джерелами інформації й активне обговорення в публічному просторі провокує появу відчуття тиску панівної думки, підсилює уявлення про те, що певне судження має більшість населення. Однак саме сприйняття уявного створеного образу більшості, яка наче підтримує певне судження, може бути хибним. Е. Ноель-Нойман указує на те, що за численністю це може не бути більшість, однак у людей виникає саме таке хибне (упереджене) уявлення, що більшість має певне ставлення, судження чи думку [7]. Це уявлення створює модус «уявної громадської думки». Виникає оптичний або акустичний обман (ілюзія), думка, яка вимовлена публічно, – це думка більшості, а думка, яка не виражена/не вимовлена, є думкою меншості.

Технології формування порядку денного в ЗМІ інтенсифікують уявлення про те, що певна проблематика чи тема є актуальною і дискусійною для публічного обговорення. Концепція «порядку денного», яка з'явилася в 1970-х рр., стверджує, що преса може непрямо впливати на думки людей, але вона може визначати теми, про які читачам варто думати. Емпіричне підтвердження цієї концепції отримано під час дослідження президентських виборів 1968 р., проведеного М. Маккомбсом і Д. Шоу. Вони виявили майже досконалу кореляцію між політичними уподобаннями виборців і змістом повідомлень ЗМІ, що свідчить про те, що саме ЗМІ формують політичні уподобання виборців. Громадська думка стає сконструйованим ЗМІ медійним конструктом, вплив на який мають політичні й медійні актори. В умовах цифрового суспільства з'являються технології астротурфінгу, які спрямовані на створення «штучної» громадської думки. За допомогою програмного забезпечення, форм і методів впливу формується хибне уявлення про підтримку певного судження більшістю населення.

Технології астротурфінгу створюють ілюзію «низового» суспільного активізму та масової підтримки політичного й медійного порядку денного. Як правило, астротурфінгові кампанії застосовуються з метою витіснення думки реальних людей і створення враження підтримки більшістю необхідного судження. Саме

сконструйований характер громадської думки й застосування маніпулятивних технологій змушують актуалізувати питання про існування справжнього реального стану масової свідомості, а не штучно сформованого оціночного судження, яке може проявлятися у формі реакції громадської думки на саму себе.

Медійні системи можуть адаптуватися до соціокультурних змін і реагувати на громадські настрої, конструюючи необхідний вектор суспільної думки. Н. Луман відзначає характерну особливість сучасних медіа в тому, що вони «можуть збільшувати власну чутливість і пристосовуватися до змін громадської думки, яку вони ж самі й продукують» [13, с. 64]. Оскільки громадська думка має публічний характер формування, то для вченого публічність визначається як «рефлексія будь-якої внутрішньосупільної системної межі». Іншими словами, це внутрішньосупільний зовнішній світ підсистем суспільства, включаючи всі інтеракції, організації та функціональні системи суспільства й соціальні рухи. За аналогією, що ринок виступає як «економічно-внутрішньо-системний зовнішній світ господарських організацій та інтеракцій», Н. Луман уважає, що «громадською думкою» є політично-внутрішньо-системний зовнішній світ політичних організацій та інтеракцій» [13, с. 138]. Тобто громадська думка є внутрішньою системою зовнішнього світу системи політики. Мас-медіа конструюють уявлення про громадську думку як про останню інстанцію з оцінювання політичних подій. Оскільки публічність перебуває поза межами політичної системи й використовує громадську думку для політичних цілей у своїй системі, «репрезентація публічності засобами мас-медіа забезпечує в поточних подіях водночас прозорість і непрозорість, тобто певне тематичне знання у формі тих чи інших конкретизованих об'єктів і невизначеність у питанні, хто і як на це реагує» [13, с. 140].

На відміну від твердження Г. Тарда про кількість споживачів інформації, Н. Луман переконаний, що реальність та істинність громадської думки проявляються лише в приватній комунікації: «Попри всі раціоналістичні припущення щодо ролі громадськості як фактора з'ясування істини, цей випадок показує, що істину очікують не в публічній, а в приватній комунікації» [13, с. 73]. Однією зі специфічних рис соціальних мереж є формування дрібних (за кількістю споживачів інформації) соціальних спільнот – груп, об'єднаних спільними цінностями, інтересами або різними соціальними показниками. У цих спільнотах можуть обговорюватися актуальні проблеми, безпосередньо важливі для неї самої. Громадська думка в соціальних медіа формується на основі довіри в спільноті. Інформація поширюється

через коло осіб, які мають не лише віртуальні, а й реальні зв'язки між собою. Далі вона доходить до їхніх віртуальних друзів, а вже потім – до друзів друзів тощо.

Наукова рефлексія й дискурс «ілюзорної/оманливої/симулятивної» громадської думки починається з доповіді французького соціолога П'єра Бурдьє. Критикуючи опитування громадської думки, учений заявив, що «громадської думки не існує», деталізуючи «в тому сенсі, який імпліцитно приймається тими, хто проводить опитування, чи тими, хто використовує результати» [1]. Запропонувавши три основні постулати, науковець доводить ілюзорність громадської думки, зазначаючи, що опитування громадської думки є інструментом політичної дії. П'єр Бурдьє наголошує, що під час проведення опитувань часто помилково вважається, що всі респонденти «можуть мати думку» і є компетентними в різних сферах. Він також указує на загальну практику знецінення, узагальнення або ігнорування відповідей, які вважаються «важко відповісти» або «не мають власної думки». Це може створювати ілюзію широкого розповсюдження думок серед громадян і мати певні політичні наслідки. Найважливіша функція опитувань «полягає в навіюванні ілюзії, що існує громадська думка як підсумовування індивідуальних думок, і в нав'язуванні ідеї, що існує щось, що було б схоже на усереднену думку або середню думку» [1].

У кризових обставинах/ситуаціях, коли формується думка, люди зіштовхуються з уже сформованими поглядами, які підтримує група впливу чи ЗМІ. Вибір між цими поглядами стає очевидним вибором між групами. Цей принцип називається «ефектом політизації», і він посилюється саме в нестабільних і кризових ситуаціях. Люди змушені вибирати між групами, які визначають себе політично й висувають різні позиції відповідно до явно політичних принципів. Насправді важливо розуміти, що «опитування громадської думки розглядає громадську думку як просту суму індивідуальних думок, зібраних у ситуації, схожій на виборчу кабінку, де кожна людина виражає свою ізольовану думку. Але насправді думки – це сили, а взаємодія між ними – це конфлікт сил між різними групами» [1]. Тобто громадська думка виступає як агент впливу влади й водночас контролює громадськості за владою, а конфлікт між різними групами є формою взаємодії. Однак саме під час проведення опитування формується ілюзія, що будь-яка проблема є актуальною і вимагає наукового дослідження.

Дослідниця Сьюзан Герbst у роботі «The meaning of public opinion: citizens' constructions of political reality», визначаючи чотири групи теоретиків громадської думки, говорить про

те, що «остання категорія теоретиків вважає, що громадської думки взагалі не існує, що вона є реїфікацією або вигаданою сутністю» [4]. Теоретики цієї четвертої категорії критично ставляться до способів, за допомогою яких дослідники опитувань, соціологи та журналісти створюють громадську думку за допомогою своїх вимірювань і власних писань: громадська думка найчастіше є риторичним інструментом, який використовують можновладці для досягнення своїх цілей.

Професор політології Джордж Ф. Бішоп у контексті пояснення громадської думки використовує поняття «оманливість» та «ілюзія». Його робота «The Illusion of Public Opinion: fact and artifact in American public opinion polls» стала однією з дискусійних публікацій у галузі вивчення громадської думки. У ній автор критично ставить до способу проведення сучасних опитувань та інтерпретації їх результатів у ЗМІ. Загальна ідея роботи полягає в тому, що «громадська думка», яку ми сприймаємо через мас-медіа, насправді є ілюзією. Це артефакт виміру, спровокований особливостями дизайну запитань анкети та сприйняттям респондентами. Люди часто конструюють свої думки «наздогад», відповідаючи на нечіткі й двозначні запитання, які їм пропонуються [8, с. 7].

Опитування громадської думки створюють ілюзію, особливо через двозначності, що виникають під час формулювання запитань, а також через те, як самі результати подаються в ЗМІ й інтерпретуються ними. Це може призводити до ілюзорних уявлень про громадську думку [9]. Деякі ключові проблеми включають значну необізнаність суспільства стосовно суспільних проблем, розпливчатість і двозначність формулювань запитань, а також непередбачуваний вплив варіацій у постановці, формулюванні й контексті запитань анкет.

Про бінарність ознакової системи запитання/відповідь, симуляцію й особливості формування громадської думки в епоху гіперреальності ще в 80-х рр. ХХ ст. відзначав Жан Бодрійяр й роботі «L'change Symbolique та la Mort» (1976). Саме в цій праці зазначено три порядки симулякрів, які змінюють один одного, починаючи від Відродження до сьогодення: «підробка (імітація) – виробництво – симуляція». У цьому тривимірному розмежуванні симулякрів фактично репрезентується еволюція теоретичних підходів до змістового розуміння концепту «громадська думка», притаманні соціологічному дискурсу ХХ ст. Так, перші підходи до трактування громадської думки ставили під сумнів істинність відображення реального стану масової свідомості. Теорії середини ХХ ст. акцентують увагу на «штучності» громадської думки і трактують її як медійний конструкт. Символічна сутність

абстрактних субстанцій, симуляція стає науковим інтересом теорій громадської думки кінця ХХ ст. «Ми перебуваємо у світі, у якому дедалі більше інформації й дедалі менше сенсу», – визначає сучасний стан гіперреальності [11, с. 117].

Політика, долучившись до гри мас-медіа й опитувань громадської думки з позиції циркулювання бінарного коду «запитання/відповідь», фактично втрачає свою специфіку. Опитування розміщуються по той бік будь-якого суспільного вироблення думки й відсилають тепер лише до симулякру громадської думки. Подібно до відображення виробничих сил без огляду на їх суспільну доцільність чи антидоцільність у системі економіки формується громадська думка, «головне, щоб вона безнастанно дублювалася своїм же власним відображенням, у цьому й криється секрет масового представництва» [10]. Симуляція факту наявності суб'єкта громадської думки у світі гіперреальності – «уже не треба, щоб хтось продукував свою думку, потрібно, щоб усі репродукували (відтворювали) громадську думку, у тому сенсі, що всі приватні думки поглинаються цим своєрідним загальним еквівалентом – і знову з нього ж такі випливають (себто репродукують його, незалежно від власної позиції, на рівні окремого вибору)». Медіа, конструюючи реальність медіаподій, перестали фіксувати реальність події, у результаті відбувається «розмивання» кордонів реального й віртуальною життя.

Сучасна система комунікації перейшла від синтаксичної структури мови до бінарного коду. Тест і референдум «становлять бездоганні форми симуляції: відповідь нав'язується запитанням, вона визначається ним наперед», однак найкращим із цих зразків є громадська думка, яка, на думку Ж. Бодрійяра, трактується як «гіперреальна політична субстанція, себто фантастична гіперреальність, котра живе лише завдяки монтажу й тестовій маніпуляції» [10]. Сам процес формування громадської думки зазнає дезартикуляції, оскільки в гіперреальній логіці монтажу суперечлива взаємодія правди і брехні, реального й уявного скасовується. Громадська думка є симулякром третього порядку, оскільки це вже не просто підробка (копія) оригіналу (симулякр першого порядку), це й не тиражування (симулякр другого порядку). Симулякри третього порядку, або симулякри симуляції, основані на тотальній операційності, гіперреальності й прагненні до тотального контролю.

Підсумовуючи все вищесказане, зробимо основні концептуальні висновки. Ілюзорний стан громадської думки більшою мірою відповідає науковій логіці сучасного теоретизування, оскільки класичне уявлення про науку як чітко означену систему ставиться під сум-

нів в умовах гіперреального світу. Теоретична рефлексія стосовно визначення поняття «громадська думка» в соціологічних теоріях ХХ ст. сформувалася навколо трьох дискурсивних опцій: розуміння громадської думки як репрезентанту масової свідомості, як медійного конструкту і як гіперреальної субстанції. Специфіка сучасного розуміння феномена базується на можливостях мас-медіа конструювати реальність медіаподій, але не завжди фіксувати реальність подій. Це призводить до розмивання кордонів між реальним і віртуальним життям. Відповіді респондентів під час проведення опитування як реакція на поставлені запитання, безперечно, є реальними, оскільки спираються на відтворені у свідомості уявлення. Однак те, що називається громадською думкою, визначається як ілюзія або гіперреальна субстанція, оскільки відтворені у свідомості уявлення/образи/судження є штучно сконструйованими продуктами медійного впливу, контролю й політичних інтересів. Таким чином, громадська думка може розглядатися як аутопоезисна замкнена система сигніфікації соціальних структур і мереж зв'язків між споживачами інформації й агентами медійного впливу та контролю.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Bourdieu P. L'opinion publique n'existe pas. URL: <https://www.acrimed.org/L-opinion-publique-n-existe-pas>.
2. Champagne P. Faire l'opinion le nouveau jeu politique. Paris, Minuit, 1990. 320 p.
3. Davison W. Phillips. «public opinion». Encyclopedia Britannica, 7 Nov. 2023 Accessed 4 February 2024. URL: <https://www.britannica.com/topic/public-opinion>.
4. Herbst S. The meaning of public opinion: citizens' constructions of political reality. Media, Culture and Society (SAGE, London, Newbury Park and New Delhi). 1993. Vol. 15. P. 437–454. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/016344393015003007>.
5. Noelle-Neumann E. Spiral of silence: A theory of public opinion. *Journal of Communication*. 1974. № 24 (2). P. 43–51.
6. Tarde G. L'opinion et la foule. Alcan, Paris, 1901. 226 p.
7. The spiral of silence : new perspectives on communication and public opinion / edited by Wolfgang Donsbach, Charles T. Salmon, Yariv Tsfati. Routledge/Taylor & Francis Group. NY, 2014. 230 p.
8. Бішоп Дж.Ф. Ілюзія громадської думки: факт і артефакт в американських опитуваннях. *Політичний менеджмент*. 2007. № 1. С. 3–12. URL: https://ipiend.gov.ua/wp-content/uploads/2018/07/bishop_iliuziia.pdf.
9. Бішоп Дж.Ф. Оманливість громадської думки. *Політичний менеджмент*. 2007. № 5. С. 4–12. URL: <http://dspace.nbuv.gov.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/9693/01-Bishop.pdf?sequence=1>.
10. Бодрійяр Ж. Символічний обмін та смерть. URL: <https://www.ukrlib.com.ua/world/printit.php?tid=2266>.
11. Бодрійяр Ж. Симулякри і симуляція / пер. з фр. В. Ховхун. Київ : Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2004. 230 с.
12. Карамішева Н. «Істинність» та «доцільність» як смислоутворюючі характеристики теоретико-пізнавальних та практичних міркувань. *Соціогуманітарні проблеми людини*. 2010. № 4. С. 27–36.
13. Луман Н. Реальність мас-медіа. Київ : ЦВП, 2010. 158 с.
14. Руженко Л.М. Сутність та підстави класифікації громадської думки. *Актуальні проблеми політики*. 2013. Вип. 50. С. 292–299.
15. Соболевська М.О. Дискурсивні особливості сучасного соціологічного теоретизування. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2013. Вип. 19. С. 6–13.
16. Штельмашенко А.Д. Формування суспільної думки. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Державне управління»*. 2018. Том 29 (68). № 2. С. 129–134. URL: https://www.pubadm.vernadskyjournals.in.ua/journals/2018/2_2018/25.pdf.

ДИНАМІКА ІНДЕКСУ МЕДІАГРАМОТНОСТІ УКРАЇНЦІВ: 2020–2022 РР.

DYNAMICS OF THE MEDIA LITERACY INDEX OF UKRAINIANS: 2020–2022

У статті розглядаються зміни у медіаспоживанні української аудиторії, сприйнятті нею інформаційного простору країни, чутливості до різних форм спотвореного контенту (маніпуляцій, фейків, дезінформації). Емпіричною базою дослідження є три хвилі загальнонаціонального опитування, яке проводилося на замовлення ГО «Детектор медіа»¹ у 2020, 2021 та 2022 рр. На ґрунті цього дослідження було прораховано індекс медіаграмотності українців – загальний показник медіакомпетентності населення. Результати опитувань свідчать про те, що рівень загального індексу медіаграмотності значущо змінився за два роки (з 2020 по 2022 р.). Частка аудиторії з вищим за середній рівнем показника зросла з 55% до 81%. Частка аудиторії з високим рівнем компетентності зросла вдвічі в трьох субіндексах (складниках) загального рівня медіаграмотності українців: розуміння ролі ЗМІ у суспільстві, цифрової компетентності та чутливості до спотвореного контенту. Виняток становить лише субіндекс використання медіа, який значущо не змінився. За рік війни найвражаючі зміни відбулися у цифровій компетентності українців: зросли майже всі показники цього субіндексу. Так, частка користувачів Інтернету, для яких проблема захисту персональних даних у мережі є актуальною, становила 86% порівняно із 64% у 2020 р. Українці стали більш свідомими щодо маніпулятивних алгоритмів медіаплатформ.

Безперечно, можна констатувати зріст чутливості до ворожої пропаганди, фейкових матеріалів, маніпулятивного контенту серед української аудиторії. Містяться більш чутливі до спотвореного медіаконтенту, ніж населення селищ. Це стосується й аудиторії з вищою освітою (77%) та мешканців східних областей. Найнижчий показник чутливості до фейків, маніпуляцій та замовних матеріалів у ЗМІ – на заході країни. Якщо до початку повномасштабного вторгнення РФ інформацію на достовірність перевіряли 55% споживачів, то після року війни вже 67%.
Ключові слова: медіаспоживання, українська аудиторія, спотворений контент,

дезінформація, інформаційна війна, медіаграмотність.

The article examines changes in the media consumption of the Ukrainian audience, its perception of the country's information space, and its sensitivity to various forms of distorted content (manipulation, fakes, disinformation). The empirical basis of the study is three waves of a nationwide survey commissioned by the NGO "Detector Media" in 2020, 2021, and 2022. Based on this study, the index of media literacy of Ukrainians – the total demonstrable media competence of the population – was calculated. Survey results indicate that the general index of media literacy has changed significantly over two years: from 2020 to 2022. The share of the audience with a higher-than-average level of the indicator increased from 55% to 81%. The share of the audience with a high level of competence has doubled in three sub-indices (components) of the general level of media literacy of Ukrainians: understanding the role of mass media in society, digital competence, and sensitivity to distorted content. The only exception is the media use sub-index, which has not changed significantly. During the year of the war, the most impressive changes occurred in the digital competence of Ukrainians: almost all indicators of this subindex increased. Ukrainians have become more aware of the manipulative algorithms of media platforms. Undoubtedly, it is possible to state the increase in sensitivity to hostile propaganda, fake materials, and manipulative content among the Ukrainian audience. Townspeople are more sensitive to distorted media content than the population of villages. This also applies to the audience with higher education (77%) and residents of the eastern regions. The lowest indicator of sensitivity to fakes, manipulations, and commissioned materials in mass media is in the western part of the country. If, before the start of the full-scale invasion of the Russian Federation, 55% of consumers checked the information for reliability, then after a year of the war, 67% had already.

Key words: media consumption, Ukrainian audience, distorted content, disinformation, information war, media literacy.

УДК 316.775.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.6>

Наумова М.Ю.

к.соціол.н., доцентка,
старший науковий співробітник
відділу соціології культури та масової
комунікації
Інститут соціології Національної
академії наук України

Постановка проблеми. Із початком повномасштабного вторгнення РФ в Україну інформаційна війна проти нашої країни набула небаченого рівня комплексності, інтенсивності та цинічності. Чи можемо ми констатувати, що рівень інформаційної стійкості України не дає жодного шансу перемогти її на інформфронті? Чи є рівень критичного мислення українців та їхня чутливість до спотвореного контенту достатніми, щоб ворожа пропаганда не мала очікуваного її творцями ефекту? Відповіді на ці питання дає індекс медіаграмотності вимірювався тричі: у грудні 2020, 2021 та 2023 рр.

Концептуальна модель індексу медіаграмотності. В основу моделі індексу медіаграмотності було покладено концепцію Лена Мастермана та результати якісного етапу дослідження «Практики медіаспоживання українців: концептуальна розробка індексу медіаграмотності аудиторії», підготовленого на замовлення ГО «Детектор медіа» (січень 2020 р.). Його вимірювання передбачало розроблення індикаторів, релевантних для чотирьох субіндексів, які фіксували певні аспекти медіакомпетентності українців:

Субіндекс I: **Розуміння.** Фіксує усвідомлення аудиторією різноманітних аспектів функціонування медіа у суспільстві: їхньої ролі; глибини впливу на свідомість на рівні фреймів сприйняття, оцінки, поведінкових патернів;

¹ Авторка висловлює щире вдячність партнерам з ГО «Детектор медіа» Наталії Лигачовій, Вадиму Міському, Галині Петренко за можливість публікації результатів дослідження.

уявлення про роботу медіаіндустрії та сприйняття українського медіаландшафту; обізнаність у питаннях регулювання медіасередовища та ставлення до суспільного мовлення.

Субіндекс II: **Використання**. Вимірює кількість джерел інформації про суспільно-політичні новини, які використовує аудиторія; тривалість знайомства з новинами протягом дня; мотиви використання Інтернету; пристрої, якими користуються споживачі для доступу в Інтернет.

Субіндекс III: **Цифрова компетентність**. Цей субіндекс пов'язаний з інтенсивністю використання Інтернету, розумінням особливостей функціонування й термінології нових медіа, практиками цифрової безпеки, володінням сучасними гаджетами, компетентністю у створенні та розміщенні власного контенту.

Субіндекс IV: **Чутливість до спотвореного медіаконтенту**. Передбачає вимірювання чутливості аудиторії до дезінформації/фейкових новин; чутливість до маніпулятивного

медіаконтенту і маніпулятивних технік, а також способів, які використовують споживачі для перевірки інформації на достовірність.

Динаміка індексу медіаграмотності. Стандартизований **індекс медіаграмотності** має діапазон значень від 0 до 10 балів, де 0 – український низький рівень медіаграмотності, а 10 – максимально високий. Для зручності інтерпретації індекс було перекодовано в 4-бальну шкалу. Згідно з отриманими у 2023 р. результатами, медіаграмотність **6%** українців є низькою, у **13%** – нижча за середню, кожен другий представник аудиторії (**50%**) має вищий за середній рівень медіаграмотності і майже третина – **31%** – високий.

Рівень загального індексу медіаграмотності значущо змінився за два роки (з 2020 по 2022 р.). Частка аудиторії з вищим за середній рівнем показника зросла з **55%** до **81%**. Частка аудиторії з високим рівнем компетентності зросла вдвічі в трьох субіндексах загального рівня медіаграмотності українців:

Таблиця 1

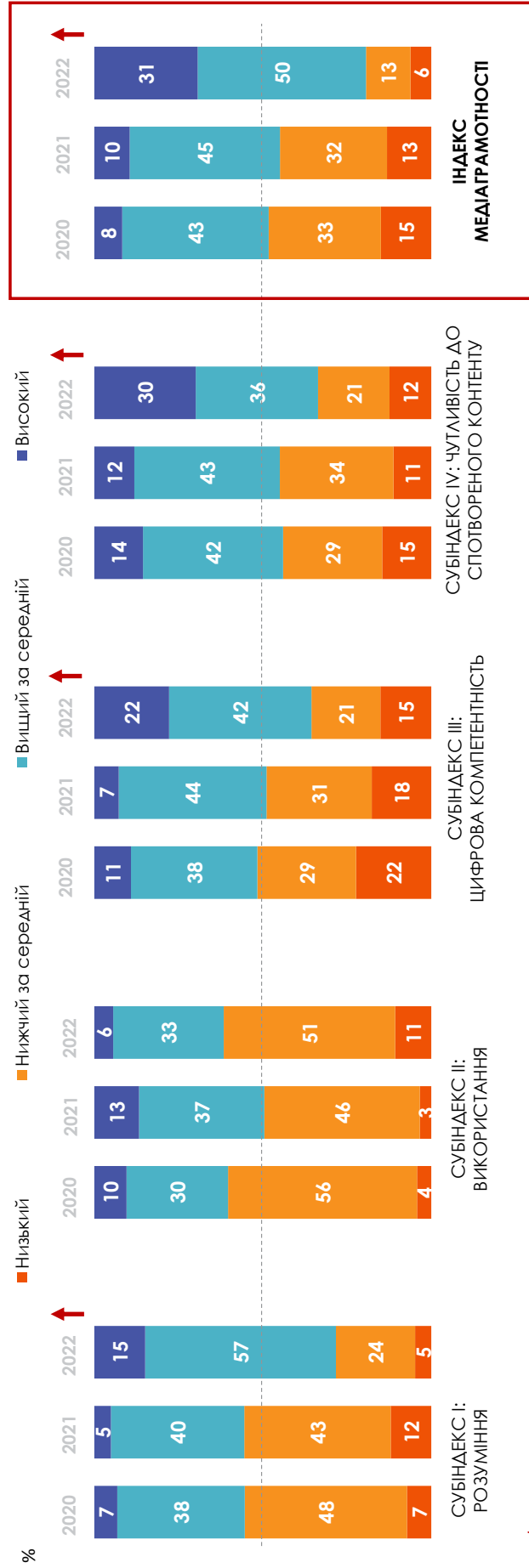
Уточнена модель медіакомпетентності включає чотири категорії та 42 індикатори*

КАТЕГОРІЇ	СУБКТЕГОРІЇ	ЕМПІРИЧНІ ІНДИКАТОРИ (ПИТАННЯ АНКЕТИ)
1	2	3
I. РОЗУМІННЯ (13 індикаторів)	• Розуміння ролі медіа в суспільстві	1. «Які, на вашу думку, головні завдання ЗМІ в суспільстві?»
	• Розуміння глибини впливу медіа на свідомість на рівні фреймів сприйняття оцінки, а також поведінкових патернів	2. «Як ЗМІ впливають на вас особисто? Виберіть лише ті судження, з якими ви погоджуєтесь»
	• Уявлення про роботу медіаіндустрії та сприйняття українського медіаландшафту	3. «Як, на вашу думку, ЗМІ відбирають події, про які інформують у новинах? Виберіть три головні критерії відбору новин редакціями медіа» 4. «У чиїх інтересах працює більшість українських ЗМІ?» 5. «Більшість ЗМІ/медіа в Україні належать...» 6. «Наскільки важливо для вас знати, хто є власником ЗМІ?»* 7. «Скажіть, а ви знаєте, хто є власником телевізійного каналу...?»*
	• Обізнаність у питаннях регулювання медіасередовища та ставлення до суспільного мовлення	8. «Як регулюється діяльність ЗМІ в Україні?»* 9. «Чи державні органи в Україні контролюють те, що пишуть і говорять журналісти? У нас є цензура чи ні?»* 10. «Скажіть, а ви знаєте, хто є власником телевізійного каналу...?»* 11. «В Україні є суспільні ЗМІ?» 12. «Які загальнонаціональні телевізійні канали в Україні є суспільними?»* 13. «Які загальнонаціональні радіостанції в Україні є суспільними?»*
II. ВИКОРИСТАННЯ (4 індикатори)	• Кількість джерел інформації про суспільно-політичні новини за тиждень	14. «А з яких джерел ви отримували новини за останній тиждень?»
	• Тривалість знайомства з новинами в день	15. «Скажіть, будь ласка, скільки часу на день у середньому ви витрачали на знайомство з новинами в різних ЗМІ?»
	• Мотиви використання Інтернету	16. «Для чого ви, як правило, використовуєте Інтернет? Виберіть тільки те, чим ви займалися за останній місяць»
	• Пристрої, якими користуються для доступу в Інтернет	17. «Яким пристроєм ви користуєтесь найчастіше для доступу в Інтернет?»

1	2	3
III. ЦИФРОВА КОМПЕТЕНТНІСТЬ (16 індикаторів)	• Інтернет як джерело новин на суспільно-політичну тематику	18. «Звідки ви отримуєте інформацію про суспільно-політичне життя країни?» 19. «Як часто ви взагалі користуєтесь Інтернетом?» 20. «У мене є акаунти в більше ніж трьох соціальних мережах»
	• Розуміння особливостей функціонування й термінології нових медіа	21. «Інтернет-троль – це програма, яка імітує діяльність людини в мережі» 22. «Бот – це людина, яка в мережевому спілкуванні поводить себе деструктивно: ображає, принижує, провокує сварки» 23. «Куки (cookie) – це віруси, які можуть пошкодити роботу комп'ютера» 24. «Я вважаю, що алгоритм новинної стрічки у соціальних медіа підлаштований під інтереси конкретного споживача, – це маніпуляція»
	• Практики цифрової безпеки	25. «Я вважаю проблему захисту персональних даних в Інтернеті дуже актуальною» 26. «Зазвичай я дивлюся розділ «Про сайт», коли вперше потрапляю на цей ресурс» 27. «Я майже ніколи не змінюю свої паролі доступу до сайтів, соцмереж» 28. «Як правило, я не перевіряю акаунт людини в соцмережі, якщо отримаю від неї запит у друзі» 29. «Я застосовую двофакторну (двоетапну) автентифікацію скрізь, де це можливо» 30. «Я ніколи не користувався/лась VPN (Vi-Pi-En) – програмою, яка приховує IP-адресу і шифрує всі дії в Інтернеті» 31. «Іноді я проходжу жартівливі тести в Інтернеті та соцмережах, наприклад «який я герой фільму?» і т. п.»
	• Практики створення власного медіаконтенту	32. «Я можу самостійно зняти відео, відредагувати та розмістити його в Інтернеті» 33. «Я ставлюся до ведення власного профілю у соцмережах як до інструменту формування професійної та ділової репутації»
IV. ЧУТЛИВІСТЬ ДО СПОТВОРЕНОГО МЕДІАКОНТЕНТУ (9 індикаторів)	• Чутливість до дезінформації/фейкових новин	34. «Сьогодні багато говорять про неправдиві новини, дезінформацію, яка поширюється ЗМІ. Наскільки ця проблема актуальна особисто для вас?» 35. «За якими ознаками ви визначаєте достовірну новину?» 36. «Скажіть, будь ласка, ви перевіряєте отриману в ЗМІ інформацію на достовірність додатково чи ні?» 37. «Як саме ви перевіряєте інформацію на достовірність?» 38. «Які з цих джерел інформації ви вважаєте надійними? Виберіть усі варіанти, які вважаєте правильними»
	• Чутливість до маніпулятивного медіаконтенту	39. «Кажуть, що ЗМІ можуть впливати на громадську думку не тільки через дезінформацію, а й за допомогою маніпуляцій, викривлення інформації. Наскільки ця проблема актуальна особисто для вас?» 40. «За якими ознаками ви визначаєте маніпулятивне повідомлення/новину?»
	• Чутливість до різноманітних маніпулятивних технік	41. «Кажуть, що ЗМІ можуть іноді розміщувати замовні/проплачені матеріали – приховану рекламу під виглядом звичайних матеріалів. Наскільки ця проблема актуальна особисто для вас?» 42. «За якими ознаками ви визначаєте замовні матеріали?»

розуміння ролі ЗМІ у суспільстві, цифрової компетентності та чутливості до спотвореного контенту. Виняток становить лише субіндекс використання медіа, який значущо не змінився. Найбільша частка аудиторії з низьким рівнем компетентності спостерігається за субіндексом **цифрової грамотності (15%)**. Але ця частка суттєво зменшилась за два роки (на **7%**) (рис. 1).

Хоча медіаграмотність українців за рік війни суттєво зросла, залишаються категорії населення, уразливі для ворожих інформаційних впливів і маніпуляцій усередині вітчизняного медіапростору. Так, 6% українців мають **низький рівень медіаграмотності**. Серед цієї аудиторії переважають старші вікові групи: 42% становлять особи у віці 56–65 років. Для неї також є характерними низький освітній



Базис: всі опитані, N= 2000 (2020 р.), N= 2000 (2021 р.) та N= 1200 (2022 р.).

Рис. 1. Загальний індекс медіаграмотності та його субіндекси, %

статус: 37% – загальна середня освіта; 51% – середня спеціальна; 33% – мешканці сіл; найнижчий рівень добробуту – 35% вистачає лише на їжу. 46% українців із низьким рівнем медіаграмотності вважають, що медіа ніяк на них не впливають, використовують лише одне джерело новин про суспільно-політичне життя (81%) – телебачення; 66% узагалі не користуються Інтернетом; 35% не розуміють важливості створення суспільних ЗМІ, а 23% не мають думки із цього приводу. Для кожного другого представника сегменту (53%) проблема дезінформації в ЗМІ не є актуальною (27% ніколи про неї не чули); 42% ніколи не чули про маніпуляцію у медіа. 83% ніколи не перевіряють інформацію на достовірність.

Рівень медіаграмотності нижчий за середній (13% українців). Більша частка сегменту – аудиторія у віці 46+ років (58%). Кожен другий має середню спеціальну освіту (49%), а 27% – загальну середню. Дві третини (66%) мають нижчий за середній рівень добробуту. 29% вважають, що медіа ніяк на них не впливають. Дві третини (67%) використовують одне джерело для знайомства з новинами; 21% – два джерела. 63% користуються Інтернетом щодня або майже щодня. 41% користуються **соціальними мережами** для отримання суспільно-політичних новин, 11% – інформаційними Інтернет-ресурсами; 22% – месенджерами і лише 46% – телебачення. 27% не користуються Інтернетом узагалі; 63% користуються щодня або майже щодня. 63% вважають, що редакційно незалежні суспільні ЗМІ є важливими елементами медійного простору. Для кожного другого представника сегмента (47%) проблема дезінформації в ЗМІ не є актуальною (18% ніколи про неї не чули); 33% ніколи не чули про маніпуляцію у медіа. 70% ніколи не перевіряють інформацію з медіа на достовірність.

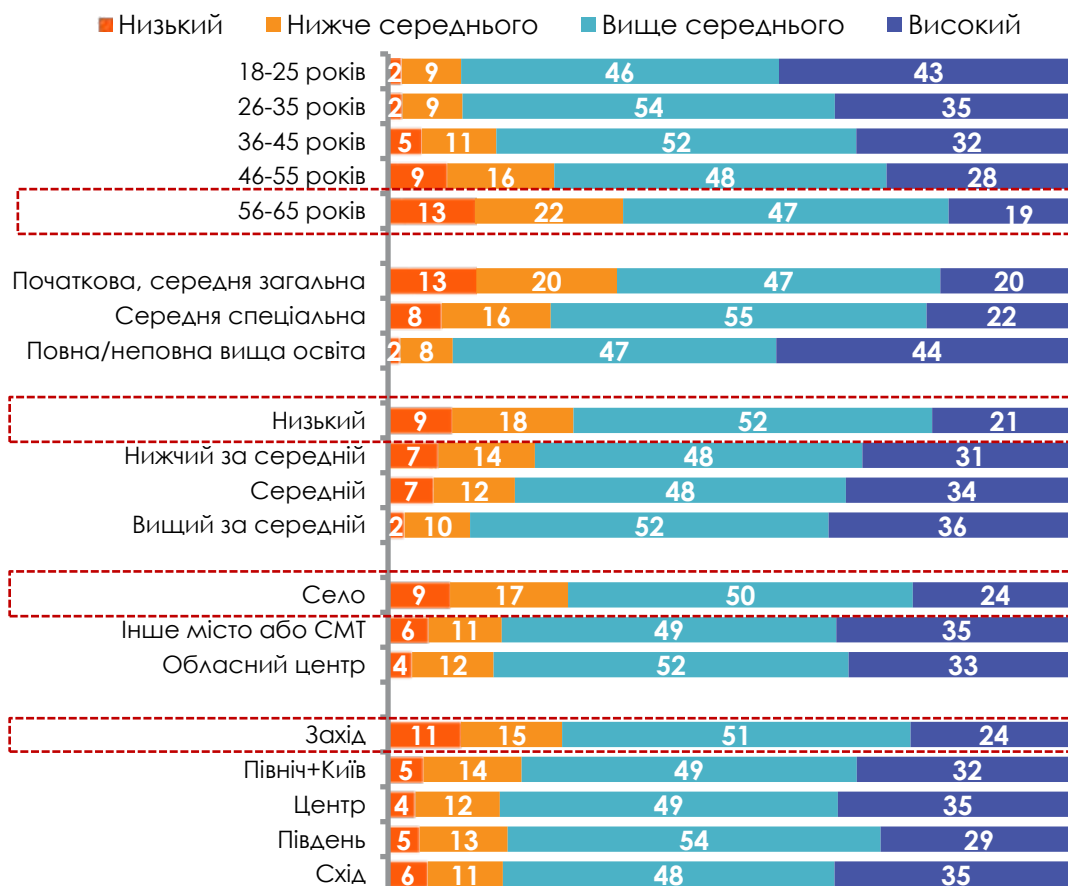
Серед українців, які мають **вищий за середній індекс медіаграмотності** (це 50% аудиторії), переважають **споживачі молодшого та середнього віку**: більше половини (11%) – особи від 18 до 45 років. Освітній статус вищий, аніж у аудиторії з низьким і нижче середнього рівнями медіаграмотності: 39% мають вищу освіту. Цю категорію визначає середній рівень добробуту. Кожен третій вважає, що медіа формують порядок денний, привертаючи увагу до подій, які вони будуть обговорювати на протязі дня (32%), а майже чверть (23%) вважає, що контент ЗМІ впливає на їхні інтереси та цінності. Кожен четвертий (24%) використовує **більше трьох джерел інформації**; 32% орієнтовані на два джерела новин. 96% користуються Інтернетом майже щодня. 60% користуються **соціальними мережами** для отримання суспільно-політичних новин, 24% – інформаційними Інтернет-ресурсами;

44% – месенджерами. 77% вважають, що редакційно незалежні суспільні ЗМІ є важливим елементом медійного простору. 45% перевіряє інформацію на достовірність.

Серед аудиторії з **високим рівнем медіаграмотності** (31% українців) переважають споживачі віком до 45 років (69%). Молодь (18–24 роки) становить 18%. Найбільш освічена аудиторія: 60% мають вищу або незакінчену вищу освіту. Переважають мешканці обласних центрів (87%); частіше мешкають у центральних та північних областях (відповідно 29% та 22%). Найвищий рівень добробуту порівняно з іншими сегментами: 36% – вистачає на все, але не роблять заощадження; 14% живуть у повному достатку. Розуміють вплив медіа на свідомість аудиторії. 30% вважають, що медіа впливають на їхні цінності і життєві інтереси, формують порядок денний (47%). Найбільш диверсифіковане споживання медіа серед усіх сегментів. 42% отримують інформацію про суспільно-політичне життя з трьох та більше джерел. 100% користуються Інтернетом щодня. 74% користуються соціальними мережами для отримання суспільно-політичних новин, 37% – інформаційними Інтернет-ресурсами, 63% – месенджерами. Важливість суспільного мовлення підкреслюють 93% сегмента; 73% знають, що в Україні існує суспільний мовник. Двоє з трьох (67%) перевіряють інформацію на достовірність.

Рівень медіаграмотності залежить від віку, рівня освіти, добробуту, місця проживання. Цілковитим передбачуваним є **високий рівень медіаграмотності у молоді 18–25 років** (за рахунок субіндексів використання та цифрової компетентності) і низький серед старшої вікової групи (56–65 років) (рис. 2). Чим нижче освітній статус, тим нижчим є й рівень медіаграмотності. Так, серед опитаних із загальною середньою освітою частка осіб із показником низьким та нижчим за середній становить 33%, а серед тих, хто має повну/неповну вищу освіту, – лише 10%. Суттєві відмінності у рівні медіаграмотності спостерігаються між особами з різним матеріальним статусом. Чим вищим є рівень добробуту, тим більш високий показник має індекс. Серед категорії, яким грошей вистачає лише на їжу (низький рівень добробуту), 27% мають низьке та нижче за середнє значення показника. Тоді як серед опитаних, яким вистачає на все і які заощаджують кошти (добробут вищий за середній), ця частка становить лише 12%. У мешканців великих міст показник індексу вищий, аніж у селян.

Глибина розуміння ролі ЗМІ в суспільстві та впливу медіа на аудиторію зумовлена рівнем освіти, добробуту опитаних, а також регіоном проживання. Цілковитим передбачуваним є **високий та вище за середній рівень розуміння ролі ЗМІ в суспільстві** в осіб із високим



База: N= 1200, 2023 р.

**Рис. 2. Рівень медіаграмотності.
Розподіл за соціально-демографічними характеристиками, %**

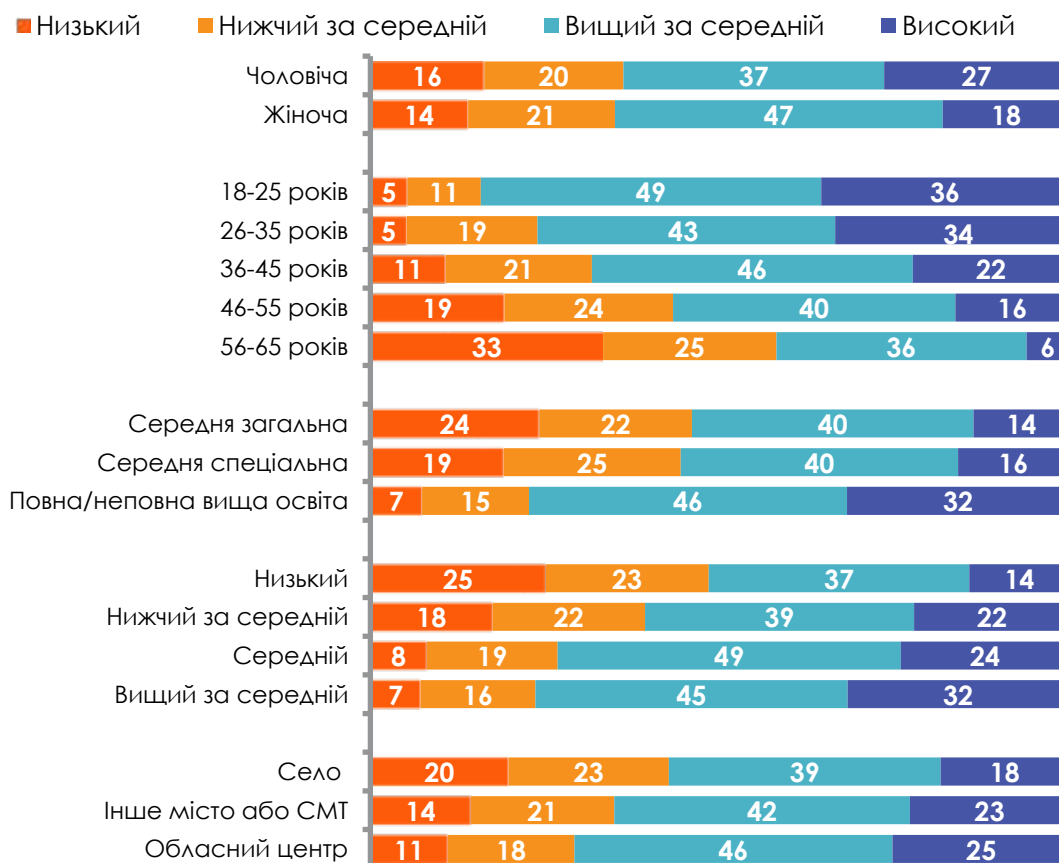
освітнім статусом (**78%**) та рівнем добробуту (**77%**). Дещо більш компетентними виявилися мешканці Північного регіону країни, до якого належить столиця, а також жителі центральних та південних областей країни.

Практики використання медіа: регулярність, інтенсивність та диверсифікація джерел інформації про суспільне-політичне життя залежать від статі, рівня освіти та матеріального статусу. Це єдиний субіндекс, якій значущо не змінився за останні два роки. Цікаво, що жінок у цілому на відміну від чоловіків характеризує більш диверсифіковане і тривале споживання медіаконтенту. **Найбільш диверсифіковане** використання медіа характерне для аудиторії з вищою освітою та високим/вище середнього рівнями добробуту.

Найвищий рівень **цифрової компетентності**, пов'язаний з інтенсивністю використання Інтернету, розумінням особливостей функціонування й термінології нових медіа, практиками цифрової безпеки, володінням сучасними гаджетами, компетентністю у створенні та розміщенні власного контенту, мають укра-

їнці віком 18–25 років (**85%** – вищий за середній та високий показник субіндексу). Очевидно, що чим вища освіта й рівень добробуту родини опитаних, тим вища їхня цифрова компетентність. Частка аудиторії з високим та вищим за середній індексом цифрової компетентності становить відповідно **78%** та **77%** (рис. 3).

Які найцікавіші зрушення відбулися за рік військової агресії з боку РФ з українською аудиторією? Найвражаючі зміни відбулися у цифровій компетентності українців (рис. 4). За два роки зросли майже всі показники цього субіндексу. Так, частка користувачів Інтернету, для яких проблема захисту персональних даних у мережі є актуальною, становить 86% порівняно із 64% у 2020 р. Українці стали більш свідомими щодо маніпулятивних алгоритмів медіаплатформ. На питання, чи вважають вони алгоритм новинної стрічки у соціальних мережах, який підлаштований під кожного окремого споживача, маніпуляцією, позитивно відповіли більше половини (53%), тоді як у 2020 р. лише 33%. Суттєво зросла частка тих, хто має акаунти у більше ніж трьох соціальних мережах: 27% vs 48% (відпо-



База: N= 1200, 2023 р.

**Рис. 3. Цифрова компетентність.
Розподіл за соціально-демографічними характеристиками, %**

відно у 2020 і 2022 рр.). Якщо у 2020 р. лише третина українців (33%) могла самостійно зняти відео, відредагувати його та розмістити в Інтернеті, то в 2022 р. ця частка становить уже 49%. Змінилося ставлення українців і до онлайн-тестів, які є розважальними і допомагають «з'ясувати» особливості характеру, психотип чи пропонують певні поради. Часто такі тести збирають дані користувачів, які потім можуть використатися для розсилки спаму або шахрайства. У 2020 р. такі тести час від часу проходили 43% Інтернет-аудиторії, а в 2022 р. лише 29%.

Безперечно, можна констатувати зріст чутливості до ворожої пропаганди, фейкових матеріалів, маніпулятивного контенту серед української аудиторії. Містяни більш чутливі до спотвореного медіаконтенту, ніж населення селищ. Це стосується й аудиторії з вищою освітою (77%) та мешканців східних областей (73%). Найнижчий показник чутливості до фейків, маніпуляцій та замовних матеріалів у ЗМІ – на заході країни.

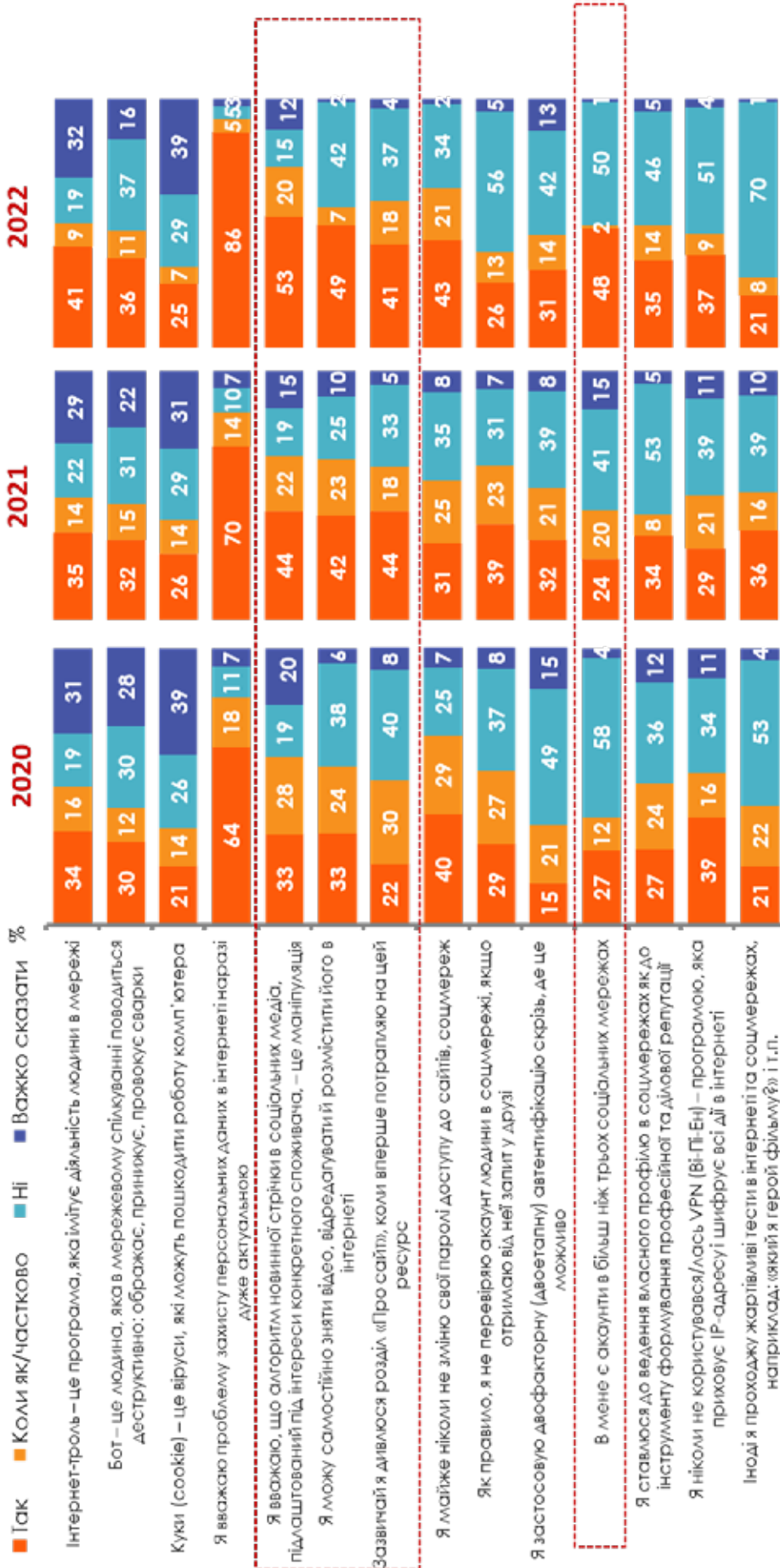
Якщо до початку повномасштабного вторгнення РФ інформацію на достовірність пере-

віряли 55% споживачів, то після року війни вже 67%. А відсоток тих, хто ніколи не намагається верифікувати медійний контент, знизився на 8% (із 39% у 2021 р. до 31% у 2022 р.). (рис. 5).

Серед основних практик перевірки інформації на достовірність зазначалися такі (рис. 6):

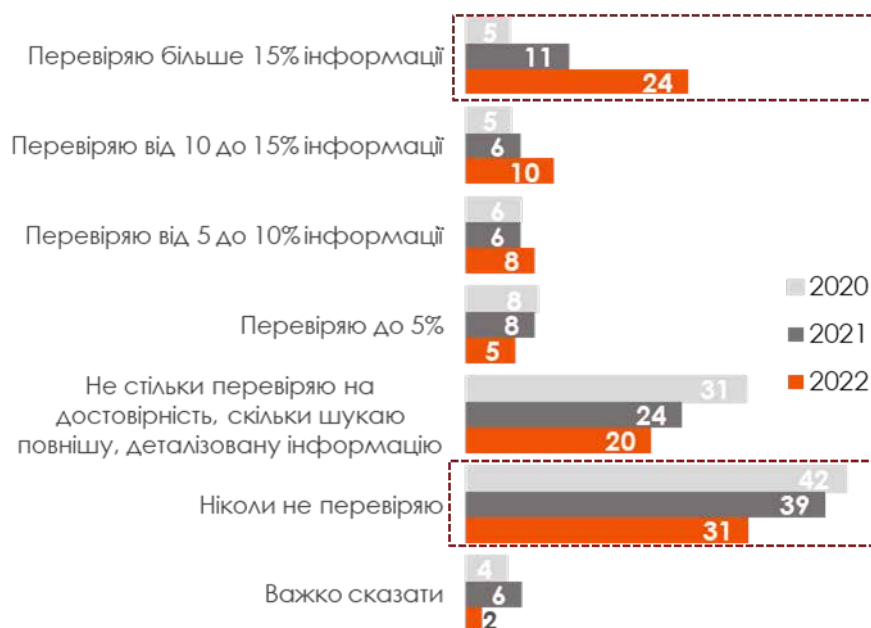
- пошук інформації про подію в інших джерелах, у т. ч. офіційних (68%);
- оцінка надійності джерела, на яке є посилання у матеріалі (33%);
- пошук першоджерела, на яке є посилання (30%);
- знайомство з коментарями до публікації, якщо матеріал розміщено в Інтернет-ЗМІ (27%);
- оцінка репутації ЗМІ (17%);
- узяття до уваги того, хто є власником ЗМІ (17%);
- пошук інформації про експертів, які коментували подію (14%);
- пошук інформації про автора (10%).

Результати дослідження свідчать про те, що, незважаючи на зростаючу медіакомпетентність української аудиторії, потреба



База: ті, хто користується інтернетом, N= 1700 (2020 р.), N= 1774 (2021 р.) та N= 1106 (2022 р.). Питання: Зараз я зачитаю декілька суджень, а ви скажете чи погоджуєтеся ви з ними, чи ні.

Рис. 4. Цифрова компетентність, %



База: ті, хто перевіряє інформацію на достовірність, N= 1001 (2020 р.), N= 1121 (2021 р.) та N= 727 (2022 р.). Питання: Як саме ви перевіряєте інформацію на достовірність?

Рис. 5. Перевірка інформації на достовірність



База: ті, хто перевіряє інформацію на достовірність, N= 1001 (2020 р.), N= 1121 (2021 р.) та N= 727 (2022 р.). Питання: Як саме ви перевіряєте інформацію на достовірність?

Рис. 6. Практики перевірки інформації на достовірність

у комплексній державній програмі, спрямованій на розвиток критичного мислення та підвищення медіаграмотності як дітей/молоді, так і дорослих громадян, має стати одним із головних складників культурних політик. Адже інформаційний складник у сучасній гібридній війні є одним із вирішальних чинників перемоги. Особливо це важливо для України, яка бореться з ядерною державою з переважаючим військовим потенціалом.

Із початком повномасштабного вторгнення РФ в Україну суттєво зросли й інформаційні впливи з боку агресора. Інформаційна війна проти України набула небаченого рівня комплексності, інтенсивності та цинічності. Незважаючи на зростаючу медіакомпетентність української аудиторії, потреба у **комплексній державній програмі, спрямованій на розвиток критичного мислення та підвищення медіаграмотності** як дітей/молоді, так і дорослих громадян, має стати одним із головних складників культурних політик. Адже інформаційний складник у сучасній гібридній війні є одним із вирішальних чинників перемоги.

Одним із центральних завдань таких програм має стати підвищення цифрової компетентності, яка має забезпечити безпечне споживання **цифрового медійного контенту**. Ідеться про формування навичок з:

(1) *інформаційної безпеки*, яка передбачає наявність критичного мислення і можливість оцінити інформацію у мережі за критеріями її достовірності, обґрунтованості, наявності маніпулятивного контенту;

(2) *комунікаційної безпеки*: розуміння безпечних правил поведінки у мережі; правил спілкування, уникнення небезпечних знайомств, уважне і відповідальне ставлення до контенту, який розміщується;

(3) *технічної безпеки*: навичок роботи з персональними пристроями входу до Інтернету, які забезпечують надійне збереження персональних даних.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Наумова М.Ю. Якість та достовірність медіаконтенту як чинники перетікання аудиторії телебачення до Інтернет-ресурсів. *Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Sciences*. IX (46), 1.: 254, 2021 Jun. С. 65–70. URL: https://web.archive.org/web/20211010062905id_/https://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/httpsdoi.org10.31174sendhs2021254ix4616.pdf

2. Наумова М.Ю. Феноменологія цифрової повсякденності: динаміка преференцій та практик використання соціальних мереж. *Українське суспільство: моніторинг соціальних змін*. 2019. Вип. 6(20). С. 380–389.

НОРМАЛІЗАЦІЯ ЖИТТЯ ЯК ФУНКЦІЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ (НА ПРИКЛАДІ УКРАЇНСЬКИХ ШКІЛ)

NORMALIZATION OF LIFE AS A FUNCTION OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN THE CONDITIONS OF WAR (ON THE EXAMPLE OF UKRAINIAN SCHOOLS)

Статтю присвячено проблемі функціонування освіти в умовах війни. Зауважено, що заклади освіти, як і інститут освіти у цілому, під час війни почали виконувати низку функцій, які не були для них специфічними за мирних часів. Одна з таких функцій – нормалізація життя учасників освітнього процесу. Отже, метою статті є концептуалізація такої неспецифічної функції закладів освіти (а разом із тим й інституту освіти у цілому), як нормалізація життя, що проявила і проявляє себе в умовах війни. Підкреслено, що війна є тією катастрофічною подією, яка має глобальні масштаби і наслідки та переводить усіх без винятку громадян суспільства, яке від неї потерпає, у стан уразливості. Їхнє життя потребує нормалізації для того, щоб витримувати навантаження тяжких воєнних умов, умовностей, обмежень тощо. Така функція освіти, як нормалізація життя в умовах війни, передбачає певне підтягування наявних умов життя учасників освітнього процесу до довоєнного рівня, зокрема в аспектах налагодження ритму життя, розпорядку дня, забезпечення соціальної виключності, комунікації, потреби у спілкуванні з іншими людьми, що відрізняються за віком, статтю та іншими особистісними і соціальними характеристиками. Наведено результати дослідження (проведеного з використанням методів фокусованих групових інтерв'ю (з батьками українських школярів) та глибинних інтерв'ю (з учителями шкіл м. Харкова та Харківської області)), проведеного автором за сприяння Люксембурзького інституту соціально-економічних досліджень. На основі цих результатів доведено, що освіта під час війни набуває функції нормалізації життя. Зроблено висновок про те, що внесок інституту освіти у підтримку соціального порядку і попередження стану соціальної аномії українського суспільства в умовах війни є вирішальним, у тому числі і за рахунок функціонування у напрямі нормалізації життя учасників освітнього процесу.

Ключові слова: інститут освіти, заклад освіти, функції освіти, вчителі, учні, нормалізація життя, війна, повномасштабне вторгнення рф.

The article is devoted to the problem of the functioning of education in the conditions of war. It is noted that educational institutions, like the institute of education in general, during the war began to perform a number of functions that were not specific to them in peacetime. One of these functions is the life normalization of participants in the educational process. Therefore, the purpose of this article is the conceptualization of such a non-specific function of educational institutions (and, at the same time, the educational institution as a whole) as life normalization, which manifested itself in the war conditions. It is emphasized that the war is a catastrophic event that has a global scale and consequences, and puts citizens of the society that suffers from it, into a state of vulnerability. Their lives need to be normalized in order to endure and withstand the burden of harsh wartime conditions, conventions, restrictions, etc. Such a function of education as life normalization in the conditions of war involves a certain pulling up of the existing living conditions of the participants of the educational process to the pre-war level, in particular in the aspects of establishing the rhythm of life, daily routine, ensuring social exclusivity, communication, the need to communicate with other people, which differ in age, gender and other personal and social characteristics. The results of the research (conducted using the methods of focused group interviews (with parents of Ukrainian schoolchildren) and in-depth interviews (with teachers of schools in the Kharkiv and Kharkiv region)) conducted by the author with the assistance of the Luxembourg Institute of Socio-Economic Research are presented. On the basis of these results, it is proved that education during the war acquires the function of normalizing life. It is concluded that the contribution of the institute of education to the maintenance of social order and the prevention of the state of social anomie in Ukrainian society in the conditions of war is decisive, including due to its functioning in the direction of normalizing the lives of participants in the educational process.

Key words: institute of education, educational institution, functions of education, teachers, students, life normalization, war, full-scale invasion of the Russian Federation.

УДК 316.74:37

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.7>

Нечитайло І.С.

д.соціол.н., професор,
професор кафедри соціології
та психології

Харківський національний університет
внутрішніх справ

Війна є тим соціальним потрясінням, яке кардинально впливає на всі сфери життя, у тому числі й на освіту. Історичний досвід доводить, що в умовах повномасштабних війн інститут освіти призупиняє своє функціонування. Досвід війни в Україні показує, що інститут освіти не тільки не призупинив свого функціонування, а й продемонстрував досить високу резильєнтність, що було доведено результатами нашого дослідження¹

і продемонстровано у попередніх публікаціях [4–6; 11].

Протягом перших двох місяців після початку повномасштабного вторгнення росії в Україну навчальний процес у переважній більшості українських закладів освіти було відновлено на рівні не гіршому, ніж за часів карантину у зв'язку з пандемією COVID-19. Окрім того, було успішно проведено підсумкову атестацію учнів, у тому числі випускних класів, реалізовано повноцінну вступну кампанію до закладів вищої освіти. Усі українські школи, принаймні ті, що перебували на підконтрольній Україні

¹ У статті презентовані результати дослідження, проведеного автором за підтримки Люксембурзького інституту соціально-економічних досліджень (LISER), як внесок у проект PIONEERED H2020 (<https://www.pioneerproject.eu/>).

території, вчасно розпочали новий навчальний рік 1 вересня 2022 р. Усі ці школи продовжують працювати і функціонувати й сьогодні. Освітня система у цілому цілком успішно адаптувалася до умов війни і продовжує протистояти новим викликам. Так, наприклад, у м. Харкові, де неможливо вести освітній процес у офлайн чи змішаному форматі через постійні неконтрольовані бомбардування з боку РФ, були відкриті метро-школи у спеціально обладнаних приміщеннях метрополітену [3]. Окрім того, в одному з районів міста побудовано підземну школу, яка розпочне навчання у березні-квітні 2024 р. [9].

За результатами нашого дослідження було доведено, що українські школи по-різному справлялися зі складнощами, викликаними війною: деякі доволі швидко оговталися від потрясіння, викликаного повномасштабним вторгненням, швидко налагодили навчальний та інші процеси; деякі адаптувалися до ситуації більш тривалий час, що було пов'язано як з об'єктивними (місце розташування, обсяг, критичність пошкоджень шкільної будівлі, інфраструктури, матеріально-технічної бази тощо), так і суб'єктивними (якість роботи керівника та його команди, готовність до навчального процесу вчителів та учнів тощо) чинниками [6, с. 157; 11, с. 7]. Попри різну адаптивну спроможність українських шкіл, що проявила себе у перші пів року повномасштабного вторгнення, сьогодні після двох років великої війни можна стверджувати, що всі вітчизняні школи, які знаходяться на підконтрольній Україні території, налагодили навчальний процес та здійснюють його на достатньому або високому рівні.

Окрім того, за результатами нашого дослідження було виявлено, що заклади освіти, як і інститут освіти в цілому, під час війни почали виконувати низку функцій, які не були для них специфічними у мирний час. Одна з таких функцій – нормалізація повсякденного життя (як освітян, так і учнів та їхніх батьків). Ця функція особливо помітно проявила себе саме у перші декілька місяців повномасштабного вторгнення. Її реалізація, на нашу думку, має принципово велике інтерперсональне і загальносоціальне значення.

З огляду на вище викладене, метою цієї статті є концептуалізація такої неспецифічної функції закладів освіти (а разом із тим й інституту освіти у цілому), як нормалізація життя, що проявила себе в умовах війни. При цьому підкреслимо, що під нормалізацією ми маємо на увазі не узвичаєння війни як такої, не звикання до її жахів, не ігнорування тих подій, що відбуваються в умовах війни, тощо, а зовсім інший процес і стан, який на відміну від попередньо наведених має позитивні наслідки як для окремої людини, так і для всього суспільства. Саме тому в межах цієї статті ми беремо у лапки

формулювання нормалізація життя, адже під нормалізацією розуміємо зовсім інше, ніж прийнято вважати.

Поняття «норма» (від лат. *norma* – взірєць) у низці наук про живі організми розглядається як певна точка відліку, еталон, стандарт. Передбачається, що будь-яка норма може мати декілька варіацій, які тим чи іншим чином устанавлюються, зокрема, шляхом порівняння з іншими станами об'єкта (суб'єкта) [7].

Соціально-педагогічні аспекти процесу нормалізації вивчаються переважно з позиції принципів, виведених Б. Нірєе і В. Вольфенсбергером та з погляду медико-соціальної моделі соціальної інклюзії (людей з інвалідністю, представників уразливих груп населення тощо) [10; 12, с. 20].

У науковій літературі принцип нормалізації вперше був описаний у 1969 р. Бенгтом Нірєе, представником Шведського союзу батьків. Аналізуючи науковий доробок Б. Нірєе, вітчизняна дослідниця І. Іванова в одній зі своїх статей зазначає: «Принцип нормалізації включає вісім пунктів, які відображають різні аспекти проблеми: нормальний денний ритм життя; тижневий ритм життя; річний ритм життя; природний життєвий шлях (стадії життя); повага до потреб; відповідний контакт між людьми різної статі; нормальний економічний стандарт у соціальному обслуговуванні; стандарти обстановки, облаштування помешкання» [2, с. 11].

Принцип нормалізації на основі підходу В. Вольфенсбергера розповсюджується не тільки на людей з інвалідністю, а й на всі соціально уразливі групи населення. Нормалізація розглядається вченим як процес постійної взаємодії між індивідом і суспільством, засіб, мета покращення становища людини, забезпечення позитивного образу і соціальної компетенції уразливих категорій населення [10].

З огляду на вище викладене, нормалізація передбачає налагодження умов, ритму, розпорядку життя людини, забезпечення достатніх умов для задоволення базових потреб, а також потреби у спілкуванні з іншими людьми, які відрізняються за віком, статтю та іншими особистісними і соціальними характеристиками. Наведені принципи нормалізації були розроблені та застосовувалися по відношенню до представників уразливих категорій населення, а отже, нормалізація їхнього життя передбачала відповідне підтягування умов життя до рівня середньостатистичного громадянина, який не відноситься до уразливих категорій.

Уважаємо за необхідне уточнити, що саме розуміється під уразливими категоріями населення. На основі аналізу спеціальної наукової і довідникової літератури візьмемо за основу визначення, запропоноване у матеріалах онлайн-курсу «Конфліктна і гендерна

чутливість у роботі з представниками/цями уразливих категорій», яке, на нашу думку, є найбільш повним: «До уразливих категорій населення відносяться особи, сім'ї, малі соціальні групи тощо, які мають найвищий ризик потрапляння у складні життєві обставини через вплив несприятливих зовнішніх та/або внутрішніх чинників; або соціальні групи, що мають більшу, ніж інші, ймовірність зазнати негативних впливів соціальних, політичних, екологічних чинників або ризиків дістати хвороби чи ушкодження» [1, с. 2]. При цьому як основні чинники уразливості визначаються такі: перебування у складних природних умовах; захворювання (стан здоров'я); функціональні обмеження та особливі потреби; вік (похилий, дитячий); освіта та професія, які не відповідають соціальним умовам; соціальна виключність; відсутність соціальної підтримки; порушення прав та соціально-правова незахищеність; підвищена споживацька завантаженість; вплив катастрофічних подій [1, с. 2].

Війна є тією катастрофічною подією, яка має глобальні масштаби і наслідки, та переводить усіх без винятку громадян суспільства, яке від неї потерпає, у стан уразливості. А отже, їхнє життя потребує нормалізації для того, щоб витримувати і витримати навантаження тяжких воєнних умов, умовностей, обмежень тощо. Для більшого уточнення значення нормалізації життя людей в умовах війни проведемо метафоричне порівняння з термічним процесом нормалізації сталі, що являє собою такий вид обробки, який застосовується для підвищення її (сталі) міцності, ударної в'язкості, однорідності структури, поліпшення оброблюваності тощо [8].

Зауважимо, що нормалізація є процесом доведення до норми, а отже, має мати місце певна норма як мета і результат процесу нормалізації. У випадку війни такою нормою слугує довоєнне життя людей і його умови. Така функція освіти, як нормалізація життя в умовах війни, передбачає певне підтягування наявних умов життя учасників освітнього процесу до довоєнного рівня, зокрема в аспектах налагодження ритму життя, розпорядку дня, забезпечення соціальної виключності, комунікації, потреби у спілкуванні з іншими людьми, що відрізняються за віком, статтю та іншими особистісними і соціальними характеристиками.

Про те, що освіта під час війни набуває функції нормалізації життя, свідчать результати нашого дослідження, проведеного за сприяння Люксембурзького інституту соціально-економічних досліджень. У грудні 2022 – січні 2023 р. нами було проведено п'ять фокусованих групових інтерв'ю (кожна фокус-група – від п'яти до восьми учасників) із батьками українських школярів із тих регіонів України, які є найбільш постраждалими від війни

(Харківська, Донецька та Луганська області). За результатами проведення фокусованих групових інтерв'ю, посилавшись на думку та висловлювання їх учасників, нами було відібрано шість шкіл м. Харкова та Харківської області, які проявляють високу резильєнтність під час війни. Нами було проведено 12 глибинних інтерв'ю з представниками педагогічного складу цих шкіл, по два представника від кожної школи. Із дозволу респондентів ми робили відео- та аудіозаписи всіх інтерв'ю, після чого робили стенограми, які оброблялися за допомогою Taguette (інструменту якісного дослідження та обробки якісних даних із відкритим доступом). Після чого нами був застосований метод типових висловлювань для аналізу даних. Для нашого дослідження типові висловлювання – це такі, що відображають домінуючі точки зору респондентів. Представляючи у тексті статті типові висловлювання респондентів-учителів, які вони озвучили під час проведення глибинних інтерв'ю, ми ідентифікували кожного учасника зі збереженням анонімності, приписуючи певні шифри: Д1 та Д2 – для директорів; В1 – В8 – для вчителів; ВА9 та ВА10 – для вчителів, які водночас є представниками шкільної адміністрації. Представляючи типові висловлювання респондентів-батьків, які були озвучені ними під час фокусованих групових інтерв'ю, ми не ідентифікували кожного учасника і не приписували шифрів, оскільки відібрані нами типові висловлювання є сукупним результатом групової дискусії. Тому під час цитування батьків у звіті ми приписували до відповідних цитат універсальний шифр Б, передусім для того, щоб відділити їх від учителів.

Отже, наведемо деякі типові висловлювання респондентів, які підтверджують виконання освітою функції нормалізації життя:

Д1: Я майже місяць займалася, не ставлячи оцінок, не проводячи якісь контрольні заходи. Це було, як гурток за інтересами. Я розповідала якісь цікаві теми, які були поза межами підручника і програми... Ми зустрічалися, спілкувалися, діти бачили мене, я бачила їх – це було головне...

В2: Під час війни, щоб утриматися і вистояти, кожен має сконцентруватися на своїй справі. Ми, вчителі, маємо вчити, а діти мають учитися. І ми це робимо. І це те основне, що нас рятує сьогодні...

В3: Безумовно, питання безпеки для багатьох зараз на першому плані. Але в жодному разі не можна переривати навчання. Навчання зараз – це виживання. Дитина має бути чимось зайнята, щоб не зациклюватися на трагедіях війни. А її основне заняття – це навчання. І школа, й вчителі мають це забезпечити. Тобто перше і головне наше завдання – це чимось задіяти дітей...

В4: Навіть попри те, що спочатку (у березні 2022) перевага віддавалася асинхронному навчанню, вчителі все ж таки намагалися просто зібрати дітей, із ними поспілкуватися. Можливо, на той момент це було навіть важливіше за те, щоб провести повноцінний урок. Важливим було підтримати дітей, зібрати їх разом, побачити один одного (хай навіть на екрані), сказати якісь слова підтримки, підбадьорити один одного...

В6: От, наприклад, іде онлайн-урок і лунає повітряна тривога. І ти бачиш, що один з учнів кудись біжить із ноутбуком. Обережно питаєш, що трапилось, а він каже: «Я зараз просто перейду до коридору, бо тут спокійніше». Ти кажеш: «То краще відключись від уроку і пересядь у безпечному місці». А він відповідає: «Ні-ні, я не хочу, бо мені з Вами спокійніше. Я буду вас слухати, і буде все нормально...»

В7: Ми з колегами дійшли єдиного висновку, що дітей потрібно затягувати в освітній процес. Головним чином, для того, щоб якось відволікти і самим відволіктися, показати дітям і їхнім батькам на власному прикладі, що потрібно бути сильними. Зрозуміло, що війна – це стрес, переживання і жах... Це те жакіття, яке стало реальністю. Але було важливим показати власним прикладом, що ми це переживемо... І не варто впадати в депресію, потрібно виживати і жити, бо життя продовжується. Тому важливо вчитися і щось робити...

В2: Багато хто с батьків почали задавати питання про навчання вже через тиждень після початку повномасштабного вторгнення. Переважно це були батьки, які нікуди не поїхали з Харкова або перемістилися у більш небезпечні місця Харківської області. Ті батьки, які поїхали за кордон, зі зрозумілих причин, прийшли до тям значно пізніше. Я сама вимушена була їм телефонувати, коли навчальний процес було відновлено, і питати про їхні плани... Деякі і досі не прийшли до тям...

В7: Навіть ті мої учні, з якими я займаюся додатково, як репетитор, прийняли рішення продовжувати наші заняття. Батьки сказали, що хочуть створити атмосферу, щоб діти робили звичні справи, щоб залишився зв'язок із тим спокійним, рутинним, нормальним життям, яке було до війни...

В3: Задіяність 24/7 у роботу вчителя, класного керівника є моїм розслабленням і дає змогу продовжувати жити, бачити сенс життя, а не зациклюватися на страшних подіях, які відбуваються навколо...

В4: Мене відволікає і заспокоює те, що я завжди щось роблю. У мене побутове життя зараз майже не відділяється від професійного, адже всі заняття ми проводимо з дому, а також ми цілодобово відкриті до комунікації з нашими учнями та їх батьками...

ВА9: Я все життя працював на двох-трьох роботах сім днів на тиждень. Тому коли почалася війна, і нас відправили на канікули, я цілий тиждень нічого не робив і сидів вдома. Я думаю, що я помер і це вже пекло... Тому повернення до вчительської роботи було як повернення до життя...

Б: Намагаємося відволікати дитину від потоку негативної інформації. Ті самі шкільні заняття у цьому дуже допомагають... Дитина повернулася до нормального розпорядку дня: прокидання, уроки, перерви, обід, спілкування з однолітками...

Б: Діти зараз багато вчаться. Батьківська і вчительська постійна підтримка у навчанні, мабуть, діє як підтримка у цілому в тих страшних умовах, у яких ми всі опинилися...

Б: Після початку повномасштабного вторгнення освіта – це наше спасіння! Завдяки відновленню навчального процесу діти наче повернулися до звичайного життя, отримали можливість винирнути з пучини війни, можливість не захлинутися і вільно дихати...

Підводячи підсумок, зазначимо, що синергетичний ефект від реалізації освітою специфічних функцій навчання та виховання і низки неспецифічних функцій, які актуалізувалися саме в умовах війни, зокрема такої з них, як нормалізація (повсякденного) життя, полягає у відносній стабілізації стану всього суспільства і попередженні стану соціальної аномії, який був характерний для всіх суспільств, що перебували у стані війни. Соціальна аномія – це вкрай тяжкий для суспільства стан відсутності соціального порядку, втрати спільності культури, відсутності загальної системи норм. У суспільному вимірі аномія завжди пов'язувалася з дисфункцією соціальних інститутів і руйнуванням моральних стандартів. На нашу думку, внесок інституту освіти у підтримку соціального порядку і попередження стану соціальної аномії є вирішальним, у тому числі і за рахунок функціонування у напрямі нормалізації життя учасників освітнього процесу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Уразливі категорії населення – соціально-психологічні характеристики. Навчальні матеріали онлайн-курсу «Конфліктна і гендерна чутливість у роботі з представниками/цями уразливих категорій». URL: <http://surl.li/qycsmo> (дата звернення: 26.02.2024).
2. Іванова І.Б. Концепції нормалізації в інтегрованому соціальному середовищі. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. 2014. № 11(13). С. 10–26.
3. Кричун Д. Метрошколу у Харкові у другій чверті почали відвідувати ще понад 470 дітей. Суспільне: новини. URL: <http://surl.li/qxyz> (дата звернення: 26.02.2024).
4. Нечитайло І.С. Нормалізація життя як функція інституту освіти в умовах війни. Творення нових соціальних порядків в умовах російсько-української війни : збірник матеріалів XIII Львівського соціологіч-

ного форуму, м. Львів, 5 квітня 2023 р. / за ред. В.П. Мельника. Львів : ЛНУ, 2023. С. 37–41.

5. Нечитайло І.С. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу як важлива функція інституту освіти в умовах війни. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України* : збірник тез доп. II Всеукр. міжвід. психол. форуму, м. Київ, 30 травня 2023 р. Київ : ДНДІ МВС України, 2023. С. 149–153.

6. Нечитайло І.С. Резильєнтність інституту освіти як чинник стійкості українського суспільства в умовах війни. *Проблеми формування громадянського суспільства в Україні: доба нестійкої інституційності* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., м. Дніпро, 5 трав. 2023 р. Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2023. С. 156–159.

7. Норма. *Енциклопедія сучасної України*. URL: <http://surl.li/qyfmn> (дата звернення: 26.02.2024).

8. Нормалізація (термічна обробка). *Вікіпедія: вільна енциклопедія*. URL: <http://surl.li/qydbp> (дата звернення: 26.02.2024).

9. Підземна школа в Харкові: Ігор Терехов розповів, на якому етапі наразі будівельні роботи. *Нова українська школа*. URL: <http://surl.li/qaar> (дата звернення: 26.02.2024).

10. Принцип нормалізації у трактуванні В. Вольфенсбергера. URL: <http://surl.li/fpaam> (дата звернення: 26.02.2024).

11. Alieva A., & Nechitailo I. 'Resilience of education system: what lessons can be learnt from Ukraine?', NESET ad hoc report, Luxembourg: Publications Office of the European Union. 2023. 34 p. Retrieved from: <http://surl.li/kvpxh>

12. Nirje B. The normalization principle and its human management implications. *The International Social Role Valorization Journal*. 1994 Vol. 1. № 2. P. 19–23.

СЕКЦІЯ 4 ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ У ВІТЧИЗНЯНІЙ І СВІТОВІЙ НАУЦІ

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ANALYSIS OF THE PROBLEM OF ADAPTATION IN RUSSIAN AND WORLD SCIENCE

Стаття присвячена теоретико-методологічному аналізу проблеми адаптації особистості у вітчизняній і світовій науці. Цей аспект представлено в міждисциплінарному науковому просторі таких напрямів, як психологія, фізіологія, біологія, філософія, кібернетика, соціологія тощо.

Підкреслено, що дослідники розкривають адаптацію та адаптаційні механізми через призму її різних аспектів: пристосування чутливих органів (слуху, зору) до впливу відповідних подразників (Х. Ауберт); як фундаментальну основу існування в системі взаємовідносин із середовищем (Ху Жунсі) тощо. Проблема адаптації розкрита також у межах зарубіжних психологічних напрямів, таких як: гуманістичний, когнітивний, біхевіоральний, психоаналітичний, інтеракціоністський. Схематично подана комплексна характеристика запропонованих концептуальних підходів вищезазначених напрямів.

За результатами теоретико-методологічного аналізу узагальнено подано визначення феномена «адаптація» як багатогранну, складну категорію, системний, цілісний психолого-соціальний процес, спрямований на врегулювання взаємодії з іншими людьми, пристосування особистості до нових вимог соціального середовища, яке залежить від досконалості механізмів регуляції поведінки та діяльності людини, її особистісних властивостей, розвитку в реалізації її задоволенні прагнень, потреб і мети.

Запропоновано й схарактеризовано функції адаптації як форми, акти, системні процеси цього феномена, які багатоаспектно й цілісно розкривають сутність, напрями адаптаційних проявів у життєдіяльності людини. Розроблена структурно-функціональна модель феномена «адаптація», яка включає й розкриває такі функції, як пристосувальна, комунікативна, регулятивна, поведінкова, особистісна, розвивальна, спонукальна, оцінювальна, підкріплювальна.

Ключові слова: адаптація, міждисциплінарний простір, зарубіжні психологічні напрями, функції адаптації.

The article is devoted to the theoretical and methodological analysis of the problem of personality adaptation in Russian and world science. This aspect is represented in the interdisciplinary scientific area of such subjects as psychology, physiology, biology, philosophy, cybernetics, sociology, etc.

It is emphasized that researchers reveal adaptation and adaptive mechanisms through the prism of its various aspects: the adaptation of sensitive organs (hearing, vision) to the influence of appropriate stimuli (X. Aubert); as the fundamental basis of existence in the system of relationships with the environment (Hu Rongxi), etc.

The problem of adaptation is also revealed within the framework of foreign psychological directions, such as: humanistic, cognitive, behavioral, psychoanalytic, and interactionistic. Schematically, a comprehensive description of the above-proposed conceptual approaches of the proposed directions is presented.

According to the results of the theoretical and methodological analysis, the definition of the phenomenon of "adaptation" is summarized as a multifaceted, complex category, a systemic, holistic psychological and social process aimed at regulating interaction with other people, adapting a personality to new requirements of the social environment, which depends on the perfection of the mechanisms of regulation of human behavior and activity, its personal properties, development in the realization and satisfaction of aspirations, needs and goals.

Adaptation functions are proposed and characterized as forms, acts, and systemic processes of this phenomenon, which comprehensively and holistically reveal the essence and directions of adaptive manifestations in human life. A structural and functional model of the phenomenon of "adaptation" has been developed, which includes and reveals such functions as: adaptive, communicative, regulatory, behavioral, personal, developmental, motivational, evaluating, reinforcing.

Key words: adaptation, interdisciplinary area, foreign psychological directions, adaptation functions.

УДК 159.9(091)

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

2024.58.8

Белоусова К.В.

аспірантка кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Волженцева І.В.

д.психол.н., професорка,
професорка кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Проблема адаптації актуальна в країнах, які пережили військові конфлікти і стикнулися з необхідністю вирішити їх негативні наслідки. Цей напрям досліджується в міждисциплінарному науковому просторі. Різні науки, такі як: філософія, психологія, соціологія, біологія, медицина, демографія, культурологія, політологія, кібернетика, управління, математика, техніка, педагогіка тощо – проявляють інтерес до розгляду конкретних питань адаптації,

подають своє тлумачення, визначення, трактування цього феномена й особливостей його прояву.

Так, поняття «адаптація» спочатку застосовувалося на рівні біологічних структур, як «еволюційний процес, завдяки якому організм стає здатним краще жити у власному середовищі існування або місцях проживання» [1]. У науковий обіг термін «адаптація» (від лат. "adaptio" – пристосовую) увів німецький фізі-

олог Х. Ауберт у XIX столітті (у 1865 році) для характеристики явища пристосування чутливих органів (*слуху, зору*) до впливу відповідних подразників, для виявлення підвищення/зниження світлової чутливості (*світлова адаптація*). Згодом, у зв'язку з ученням Ч. Дарвіна, поняття «адаптація», тобто пристосування, стає найважливішим у науках про життя. «В історії біологічної науки проблема адаптації отримала суто наукове пояснення лише в другій половині XX століття» [12].

Український та американський біолог Феодосій Добржанський феномен «адаптація» характеризує як еволюційний процес, як стан (*адаптованість*) і як чинник розвитку (*адаптивна риса*). Автор підкреслює таке:

1. «Адаптація – це еволюційний процес, завдяки якому організм стає здатним краще жити у власному середовищі існування або місцях проживання.

2. Адаптованість – це стан адаптації: ступінь, у якому організм здатний жити й розмножуватися в певному наборі середовищ існування.

3. Адаптивна риса – це чинник закономірності розвитку організму, який забезпечує або підвищує ймовірність виживання та розмноження цього організму» [1].

У філософському аспекті О. Єрмоєнко адаптацію характеризує «як особливу форму відображення впливів зовнішнього і внутрішнього середовища, що полягає в тенденції до встановлення з ними динамічної рівноваги. Адаптація є процесом активного відображення, що забезпечує самозбереження системи в її розвитку, фіксується у своїх результатах, виробляється щодо як до зовнішніх, так і внутрішніх дій, проявляється як тенденція до встановлення певної міри гармонії системи із зовнішнім і внутрішнім середовищем» [3].

На думку дослідника Ху Жунсі, у контексті філософії адаптація – «це атрибут будь-якої живої істоти, що виявляється тоді, коли в системі її взаємовідносин із середовищем виникають значущі зміни. Оскільки й людина, і середовище постійно змінюються, то адаптація стає фундаментальною основою існування» [4].

У кібернетиці поняття «адаптація» пов'язано з категоріями «саморегуляція» й «управління» як механізм зворотного зв'язку «реагування» на мінливі умови середовища; «сама внутрішня організована система може бути адаптивною» [3].

У соціології під адаптацією розуміють пристосування особистості до соціального середовища та конкретних її особливостей. Мова йде про взаємодію індивідуума із соціальними групами, конкретної людиною, здатність її пристосуватися «до змін соціального оточення або свого статусу в ньому» [13]. До кола питань соціології належать такі: «людина і навколиш-

ній світ, соціальне середовище її проживання, особистість і суспільство, добровільна й вимушена ситуація» [13].

На думку Л. Орбан-Лембрик, соціальна адаптація – це «вид взаємодії особи із соціальним середовищем, у процесі якого відбувається узгодження вимог і сподівань обох сторін» [8].

В. Москаленко соціальну адаптацію розкриває як одну з функцій процесу соціалізації особистості. Авторка підкреслює, що «соціальна адаптація – це засвоєння індивідом соціальних норм, суспільних цінностей, значень, символів, сприйняття соціальних стереотипів, стандартизація мови, жестів, характерних для індивідів конкретного суспільства, формування соціального характеру особистості» [7].

Необхідно підкреслити, що соціальна адаптація розглядається як безперервний комунікативний процес пристосування людини одне до одного, коли з'являється необхідність створювати нові способи взаємодії із соціальним середовищем; як безперервний процес реагування на зміни, які можуть відбуватися в житті людини.

Сьогодні зміни соціального середовища в політичному, економічному, інформаційному напрямках зумовлюють наявність соціально-психологічної адаптації, яку «можна розглядати як процес і результат установаження відносної взаємної відповідності між потребами особистості й вимогами соціального середовища...» [3].

Т. Титаренко підкреслює, що «особистість і світ перестають бути опозиційною діадою, радше нагадуючи сполучені посудини, у яких відбувається перманентне взаємоконфігурування. І саме таке конфігурування себе, яке водночас є конфігуруванням навколишніх реальностей, стає основним модусом існування особистості в сучасному світі. Подібно до змін властивостей реальності, яка стає більш рухливою, плинною, динамічною, трансформуються й атрибутивні характеристики особистості, втрачаючи колишню однозначність, сталість, нерухомість» [10, с. 38].

Механізми соціально-психологічної адаптації діють протягом усього життя суб'єкта, так як соціально-психологічна адаптація – це безперервний і динамічний процес, який включає зовнішній і внутрішній критерії адаптованості. До зовнішнього критерію можна зарахувати такі показники, як пристосованість, відповідність вимогам середовища; внутрішній критерій представлено такими показниками, як загальне психологічне благополуччя, комфорт, суб'єктивна задоволеність своєю позицією, соціальне самопочуття.

Ми бачимо, що феномен «адаптація» складний і багатогранний, багатоплановий і різноманітний, різні наукові напрями розкривають

його з різних боків, що підкреслює необхідність більш детально зупинитися на теоретичному аналізі поняття «адаптація» вітчизняних і зарубіжних психологів, розкрити основні її функції.

Так, С. Максимоко адаптацію розглядає як «динамічний процес і як результат пристосування людини до умов свого існування; як необхідну умову становлення особистості індивіда, мікроцикл у розвитку особистості, у ході якого відбувається засвоєння всієї сукупності норм, що діють у суспільстві, оволодіння прийомами та засобами діяльності й міжособистісного спілкування» [5; 6].

У межах зарубіжних психологічних шкіл можна виокремити такі основні напрями дослідження змісту адаптації, як гуманістичний, когнітивний, біхевіоральний, психоаналітичний, інтеракціоністський.

Так, А. Маслоу, К. Роджерс (*гуманістичний напрям*) адаптацію розглядали як «динамічний стан оптимальності, що підкреслює процесуальні та результуючі аспекти цієї категорії» [11].

Ж. Піаже (*когнітивний напрям*) опис процесу адаптації особистості пов'язував із такими спеціальними термінами, як «асиміляція (дії з новими предметами на основі вже сформованих умінь і навичок) та акомодация (прагнення змінити свої вміння й навички в результаті змінених умов і відповідно до них)». На думку автора, «акомодация відновлює порушену рівновагу в психіці й поведінці, усуває невідповідність між наявними навичками, вміннями й умовами виконання дій. Ці два процеси відбуваються водночас і становлять зміст процесу адаптації» [11].

Більш широку точку зору феномена «адаптація» надають Дж. Уотсон та інші представники *біхевіорального напрямку*, які адаптацію розкривають як процес і як стан, тобто відбувається «процес задоволення потреб індивіда відповідно до вимог середовища, що призводить до змін у поведінці індивіда» (див. рис. 1).

Таку точку зору підтримують А. Фрейд, З. Фрейд, Е. Еріксон (*психоаналітичний напрям*), які ототожнюють сутність категорії «адаптація» (adaptation) і «пристосування» (adjustment), адаптацію розглядають як «стан гомеостазу між особистістю й середовищем» [14].

Соціальну спрямованість процесу адаптації, альтернативну точку зору мають Л. Філіпс, М. Йоргенсен та ін. (*інтеракціоністський напрям*), які розмежовують поняття «адаптація» і «пристосування». На думку авторів цього напрямку, «адаптація – це організований спосіб подолання типових проблемних ситуацій, що формується шляхом послідовного ряду пристосувань, а пристосування – це лише компонент адаптації, який виявляє себе при зіткненні з конкретною проблемною ситуацією»,

тобто Л. Філіпс і М. Йоргенсен розглядають адаптацію як стан, у якому особистість може мінімально задовольнити вимоги суспільства та його очікування (див. рис. 1).

Психологічний словник розкриває адаптацію як «процес і результат ефективної взаємодії особистості із середовищем, у результаті якого встановлюється відповідність між загальним рівнем найбільш актуальних на цей момент потреб особистості й наявним (перспективним) рівнем задоволення цих потреб, що визначає безупинний розвиток особистості» [9].

Таким чином, вищезазначене тлумачення адаптації, її міждисциплінарний аналіз дає нам можливість узагальнити, систематизувати, схарактеризувати цей феномен і подати наше бачення цього поняття. Отже, на нашу думку, **адаптація** – це багатогранна, складна категорія, системний, цілісний психолого-соціальний процес, спрямований на врегулювання взаємодії з іншими людьми, *пристосування* особистості до нових вимог соціального середовища, яке залежить від досконалості механізмів регуляції поведінки та діяльності людини, її особистісних властивостей, розвитку в реалізації й задоволенні прагнень, потреб і мети.

Ключові погляди на проблему адаптації особистості підкреслюють необхідність розкриття функцій адаптації.

Ми вважаємо, що **функції адаптації** – це форми, акти, системні процеси цього феномена, які багатоаспектно й цілісно розкривають сутність, напрями адаптаційних проявів у життєдіяльності особистості.

Нижче подано структурно-функціональну модель феномена «адаптація». На думку І. Волженцевої, така модель «включає спільний розгляд структурної (відбиває ієрархічну структуру об'єкта) і функціональної моделі (описує сукупність виконуваних системою функціональних підсистем, їх взаємозв'язки), слугує для вивчення внутрішнього стану об'єкта. Її основне призначення полягає в розкритті зв'язку будови об'єкта, який вивчається з його виконуваними функціями» [2] (див. рис. 2).

Отже, можна виокремити такі функції, як пристосувальна, комунікативна, регулятивна, поведінкова, особистісна, розвивальна, спонукальна, оцінювальна, підкріплювальна, які представлені й стисло схарактеризовані на рисунку 2.

Більш детально розкриємо сутність і значення кожної **функції в процесі адаптації** людини до нових умов життєдіяльності:

1. *Пристосувальна* – виконує мобілізаційну роль, дає особистості можливість пристосуватися до нових навколишніх умов для задоволення актуальних потреб.



Рис. 1. Характеристика адаптації в системі різних наук



Рис. 2. Структурно-функціональна модель феномена «адаптація»

2. *Комунікативна* – мовленнєва, спілкування, дає можливість повідомити про потреби, мету, бажання людини, її ставлення до навколишньої дійсності; підтримка стосунків з навколишніми, близькими людьми; покращує розуміння інших; активізує міжособистісну взаємодію.

3. *Регулятивна* – емоційна регуляція й саморегуляція особистості; можливість керувати власними емоціями для задоволення рівня емоційного благополуччя; сприяє врегулюванню конфліктів.

4. *Поведінкова* – дає змогу людині проявити реагування на стресові ситуації, впоратися зі стресовими обставинами в процесі адаптації до нових умов життя.

5. *Особистісна* – у процесі адаптації проявляються базові особистісні орієнтації, спрямованість, панівні цінності, мотиви, установка в будь-якій ситуації; стимулювання досягнення своїх цілей, прийняття рішень, реалізація завдань.

6. *Розвивальна* – саморозвиток, вирішення проблемних ситуацій, інформаційне забезпечення процесу адаптації.

7. *Спонукальна* функція – стимулює діяльність людини в процесі адаптації, визначає напрям пошуку для задоволення потреб або вирішення завдань; підвищує швидкість пристосування організму до нових умов середовища.

8. *Оцінювальна* – оцінювання ходу й результатів діяльності людини, сприяє реалізації поставленої мети; спонукає до психічного здоров'я та благополуччя, сприяє уникненню психічних розладів, формує психологічну стійкість.

9. *Підкріплювальна* – підвищує згуртованість, нормальне функціонування в колективі, оптимізує психологічну стійкість і стабільність, сприяє поліпшенню морально-психологічного клімату, впливає на характер мотивації виконуваної діяльності; оптимізує психофізіологічні прояви людини в процесі адаптації; підвищує технологію процесу управління адаптацією.

Таким чином, проаналізовано різні наукові підходи до вивчення адаптації, особливостей її прояву, підкреслено, що адаптація – це пристосування людини до нових умов середовища; взаємодія в системі «людина-середовище». Підкреслено, що дослідники розкривають адаптацію та адаптаційні механізми через призму її різних аспектів: пристосування чутливих органів (слуху, зору) до впливу відповідних подразників (Х. Ауберт); еволюційний процес; стан (*адаптованість*); чинник розвитку (*адаптивна риса*) (Ф. Добржанський); відображення впливів зовнішнього і внутрішнього середовища для встановлення з ними рівноваги (О. Єрьоменко); як фундаментальна основа існування в системі взаємовідносин із

середовищем (Ху Жунсі); категорії «саморегуляція» й «управління» як механізм зворотного зв'язку «реагування» на мінливі умови середовища (О. Єрьоменко); «вид взаємодії особи із соціальним середовищем, у процесі якого відбувається узгодження вимог і сподівань обох сторін» (Л. Орбан-Лембрик); засвоєння соціальних норм, суспільних цінностей, сприйняття соціальних стереотипів, мови, жестів, формування соціального характеру особистості (В. Москаленко); особистість і світ перестають бути опозиційною діадою (Т. Титаренко); динамічний процес; результат пристосування людини до умов свого існування; становлення й розвиток особистості; оволодіння прийомами, засобами діяльності й міжособистісного спілкування (С. Максименко). Проблема адаптації розкрита в межах таких зарубіжних психологічних напрямів, як гуманістичний, когнітивний, біхевіоральний, психоаналітичний, інтеракціоністський, узагальнена характеристика яких представлена в схемі «Характеристика адаптації в системі різних наук».

Вищезазначені характеристики адаптації, її міждисциплінарний аналіз дав нам можливість подати узагальнену точку зору щодо цього феномена: **адаптація** – це багатогранна, складна категорія, системний, цілісний психолого-соціальний процес, спрямований на врегулювання взаємодії з іншими людьми, *пристосування* особистості до нових вимог соціального середовища, *яке залежить* від досконалості механізмів регуляції поведінки та діяльності людини, її особистісних властивостей, розвитку в реалізації й задоволенні прагнень, потреб і мети.

Ми подали визначення *функцій адаптації* як форма, акти, системні процеси цього феномена, які багатоаспектно й цілісно розкривають сутність, напрями адаптаційних проявів у життєдіяльності особистості, такі як: *пристосувальна*, *комунікативна*, *регулятивна*, *поведінкова*, *особистісна*, *розвивальна*, *спонукальна*, *оцінювальна*, *підкріплювальна*.

Перспективами подальших наукових пошуків у цьому напрямі є розроблення концептуальної моделі й програмного комплексу оптимізації успішної адаптації тимчасово переміщених осіб до нових умов життєдіяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адаптація. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F>.
2. Волженцева І.В. Теоретичний аналіз використання методу моделювання в психології. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка. Психологія»* : збірник наук. праць. Київ : Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 1 (20). 145 с. С. 64–77. URL: <http://journals.indexcopernicus.com> ICV 2017: 60.

3. Єрмоєнко О. Сутність поняття «адаптація» в міждисциплінарному аспекті. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2020. Вип. 27. Том 2. С. 211–218.
4. Жунсі Ху. Сутність та особливості поняття адаптація у науковій літературі. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Педагогічні науки»*. 2013. № 3 С. 265–274. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlur_2013_3_38.
5. Генетико-психологічні проблеми становлення особистості. Психологічні чинники самодетермінації особистості у освітньому просторі : колективна монографія / С.Д. Максименко, Г.В. Куценко-Лада, Н.В. Пророк та ін. ; за ред. С.Д. Максименка. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. С. 10–69.
6. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: Методологія, методи, програми, процедури : навчальний посібник для вищої школи. Київ : Наукова думка, 1998. 226 с.
7. Москаленко В.В. Соціальна психологія : підручник. Київ : Центр навчальної літератури, 2005. 624 с.
8. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2005. 446 с.
9. Психологічний словник. URL: <https://nuph.edu.ua/slovnik-psihologichnih-terminiv/>.
10. Титаренко Т.М., Кочубейник О.М., Черемних К.О. Психологічні практики конструювання життя в умовах постмодерної соціальності : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2014. 206 с.
11. Хлівна О.М. Здорова особистість в світлі гуманістичної моделі А. Маслоу та акмеологічного підходу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2005. № 9. С. 1–4.
12. Шепель М.Є. Педагогічні умови адаптації майбутніх учителів філологічних спеціальностей до професійної діяльності : дис. ... канд. пед. наук. Одеса : ДЗ «П-УНПУ імені К.Д. Ушинського», 2016. 345 с.
13. Що таке адаптація? URL: <https://flowua.ru/vidpovidi-na-zapitannja/19203-shho-take-adaptacija.html>.
14. Erikson E.H. Life cycle. *International Encyclopedia of the Social Sciences*. Vol. 9. New York : Crowell Collier & Macmillan, 2007. P. 286–292.

ОСНОВНІ КОНЦЕПЦІЇ ЕМОЦІЙ ТА ЇХНЯ РОЛЬ У СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІД ЧАС ТРУДОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

BASIC CONCEPTS OF EMOTIONS AND THEIR ROLE IN SOCIALIZATION DURING THE LABOR ACTIVITY OF THE PERSON

Емоції – це невід’ємний складник людського життя, що суттєво впливає на наше сприйняття світу, поведінку та взаємодію з іншими людьми.

Стаття ґрунтується на аналізі наукових публікацій із психології, соціології та педагогіки.

Досліджуються основні концепції емоцій, такі як теорія еволюції емоцій, теорія когнітивної оцінки та теорія нейропсихології емоцій.

Визначено, емоції відіграють важливу роль у соціалізації особистості під час трудової діяльності, адже вони впливають на мотивацію та продуктивність – позитивні емоції, такі як радість, задоволення та ентузіазм, стимулюють робочий процес, збільшуючи працездатність та креативність, натомість негативні емоції, такі як страх, тривога та гнів можуть мати демотивуючий вплив; на характер взаємодії з іншими людьми – емоції впливають на нашу комунікацію, співпрацю та формування стосунків із колегами. Позитивні емоції сприяють створенню атмосфери, відкритому спілкуванню та згуртованості в колективі; на створення атмосфери на робочому місці – емоційне тло робочого середовища може бути позитивним або негативним, що залежить від емоцій, переважаючих у ньому. Позитивна атмосфера сприяє кращій комунікації, співпраці та задоволеності працею.

Зазначено, що розуміння концепцій емоцій та їхньої ролі у соціалізації особистості під час трудової діяльності дає можливість усвідомлювати свої емоції. Розуміння власних емоцій допомагає краще контролювати їх та використовувати для досягнення поставлених цілей. Управління своїми емоціями впливає на розвиток емоційного інтелекту, що дає можливість учитися керувати своїми емоціями, не даючи їм змоги негативно впливати на робочий процес, створювати позитивну атмосферу в робочому колективі, тобто співпраця, взаємоповага та підтримка сприяють формуванню сприятливого емоційного тла в робочому середовищі.

На нашу думку, незначна увага приділяється розвитку емоційного інтелекту. На етапі фахової підготовки потрібно навчити майбутніх фахівців розуміти та управляти своїми емоціями, що може допомогти краще взаємодіяти з іншими людьми та досягати успіху в роботі. Управління емоціями також заслуговує більшої уваги науковців. Існують різні методи та техніки управління емоціями, які можуть допомогти зберегти спокій.

Резюмовано, що емоції – це потужний інструмент, який може як сприяти, так і заважати успішній соціалізації особистості під час трудової діяльності. Розуміння та управління своїми емоціями, а також створення позитивної атмосфери в робочому колективі є ключовими чинниками успішної професійної діяльності та особистої реалізації.

Ключові слова: емоції, стан, особистість, соціалізація, суспільство.

Emotions are an integral part of human life, which significantly affects our perception of the world, behavior and interaction with other people.

The article is based on the analysis of scientific publications in psychology, sociology and pedagogy.

The article explores the basic concepts of emotions, such as the Evolutionary Theory of Emotions, the Cognitive Appraisal Theory, and the Neuropsychological Theory of Emotions.

It has been determined that emotions play an important role in the socialization of an individual during work, because they affect: motivation and productivity – positive emotions, such as joy, satisfaction and enthusiasm, stimulate the work process, increasing efficiency and creativity, on the other hand, negative emotions, such as fear, anxiety and anger can have a demotivating effect; on the nature of interaction with other people – emotions affect our communication, cooperation and the formation of relationships with colleagues. Positive emotions contribute to the creation of an atmosphere, open communication and team cohesion; on creating an atmosphere at the workplace – the emotional background of the working environment can be positive or negative, depending on the emotions prevailing in it. A positive atmosphere promotes better communication, cooperation and job satisfaction.

It is noted that understanding the concepts of emotions and their role in the socialization of an individual during work provides an opportunity to be aware of one's emotions.

Understanding your own emotions helps you to better control them and use them to achieve your goals. Managing your emotions affects the development of emotional intelligence, which makes it possible to learn to manage your emotions without allowing them to negatively affect the work process. To create a positive atmosphere in a positive work team, that is, cooperation, mutual respect and support contribute to the formation of a favorable emotional background in the work environment.

In our opinion, little attention is paid to the development of emotional intelligence. At the stage of professional training, it is necessary to teach future professionals to understand and manage their emotions, which can help them interact better with other people and achieve success at work. The management of emotions also deserves more attention from scientists. There are various methods and techniques of emotion management that can help to keep calm.

It is summarized that emotions are a powerful tool that can both promote and hinder the successful socialization of an individual during work. Understanding and managing one's emotions, as well as creating a positive atmosphere in the work team, are key factors in successful professional activity and personal fulfillment.

Key words: emotions, state, personality, socialization, society.

УДК 159

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.9>

Макарова О.П.

к.психол.н., доцент,
старший викладач кафедри педагогіки та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Червоний П.Д.

к.пед.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Емоції є складними феноменами, які мають багатогранний характер. Вони є невід'ємною частиною людської психіки та впливають на всі аспекти нашого життя. Емоції формують нашу поведінку, мотивацію, міжособистісні стосунки та навіть фізичне здоров'я [1].

Емоції можна визначити як психічні стани, які виникають у відповідь на значимі для індивіда події та характеризуються суб'єктивними переживаннями, фізіологічними змінами та поведінковими реакціями (Роберт Плутчик, 1980). Це визначення вказує на те, що емоції виникають як реакція на події або стимули в навколишньому середовищі і супроводжуються інтенсивними суб'єктивними переживаннями, які можуть бути як позитивними, так і негативними. Фізіологічні зміни, такі як підвищення серцевого ритму, зміни дихання та інші автоматичні реакції, також супроводжують емоції. Окрім того, емоції виражаються в поведінці людини.

Деякі психологи вказують на інші важливі характеристики емоцій. Наприклад, суб'єктивність є ключовою особливістю емоцій, оскільки кожна людина переживає їх по-своєму. Одна і та ж сама подія може викликати різні емоції у різних людей. Фізіологічні зміни, такі як зміни в автономній нервовій системі та ендокринні відгуки, допомагають у реалізації і вираженні емоцій. Ці зміни можуть бути вимірні та об'єктивно оцінені, що дає можливість науково досліджувати емоції. Поведінкова реакція також є важливою частиною емоцій, оскільки емоції впливають на нашу поведінку і можуть викликати різні дії та реакції.

Емоції можуть бути класифіковані за різними критеріями. Один із найбільш поширених способів класифікації полягає у поділі емоцій на позитивні та негативні. Позитивні емоції включають радість, щастя, задоволення та любов, тоді як негативні емоції включають гнів, страх, смуток та розчарування. Цей підхід до класифікації базується на тому, як емоції сприймаються суб'єктивно і як вони впливають на наше психічне становище.

Інший критерій класифікації емоцій – це їх тривалість. Деякі емоції є короткочасними і тривають лише кілька хвилин або годин, такі як гнів або радість. Інші емоції можуть бути тривалими і тривати декілька днів, тижнів або навіть місяців, наприклад горе або любов. Тривалість емоцій впливає на те, як вони впливають на життя людини і як вони контролюються.

Емоції також можуть бути класифіковані за їх причиною. Первинні емоції виникають у відповідь на природні подразники, такі як голод, спрага або біль. Вони мають еволюційну основу і є універсальними для всіх людей. Вторинні емоції виникають у відповідь на соціальні подразники, такі як похвала, критика або втрата. Вони формуються у ході взаємодії

з іншими людьми та визначаються соціокультурним контекстом [2, с. 171].

Окрім того, емоції можуть бути класифіковані за їхньою структурою. Прості емоції є однорідними та мають чітко виражений характер, наприклад радість або гнів. Складні емоції є багатогранними та можуть включати в себе кілька простих емоцій, наприклад сором або захоплення. Ця класифікація допомагає розрізнити між різними варіаціями емоцій і вивчати їхню природу більш докладно.

Інші типи класифікації емоцій також можуть бути корисними під час наукових досліджень. Наприклад, емоції можуть бути класифіковані за їхньою інтенсивністю, спрямованістю, суб'єктивністю та моторною вираженістю. Ці характеристики допомагають докладніше розуміти різні аспекти емоцій та їхній вплив на поведінку і психічне становище людини.

Емоції є складними психофізіологічними реакціями, що виникають у відповідь на внутрішні та зовнішні подразники. Вони є необхідним елементом людського життя і грають важливу роль у регуляції поведінки та міжособистісної взаємодії. У контексті трудової діяльності емоції мають значний вплив на продуктивність, якість роботи та міжособистісні стосунки між працівниками.

Позитивні емоції, такі як радість, задоволення, захоплення, можуть зробити суттєвий внесок у підвищення продуктивності праці. Це можна пояснити кількома механізмами. По-перше, позитивні емоції стимулюють мотивацію та енергію працівників, що сприяє більш високій активності й бажанню досягти поставлених цілей. По-друге, вони покращують когнітивні функції, такі як увага, пам'ять і концентрація, що важливо для збільшення ефективності вирішення завдань та прийняття рішень. По-третє, позитивні емоції допомагають розслабитися та знизити рівень стресу, який може заважати продуктивній роботі [3, с. 7].

Окрім того, позитивні емоції мають велике значення для міжособистісних взаємодій у колективі. Вони сприяють збільшенню довіри та співпраці між працівниками, створюють атмосферу дружелюбності та взаємодопомоги. Комунікація стає більш ефективною, а взаєморозуміння полегшується. Позитивні емоції сприяють запобіганню конфліктів та їх швидкому вирішенню, що сприяє спокійній і продуктивній атмосфері в організації.

Водночас негативні емоції, такі як гнів, тривога, депресія, можуть відігравати роль чинників, що знижують продуктивність праці та призводять до конфліктів. Вони можуть впливати на робочий процес через різні механізми. По-перше, негативні емоції можуть знизити мотивацію та енергію працівників, змушуючи їх бути менш активними та менш схильними до досягнення цілей. По-друге, вони можуть

негативно впливати на когнітивні функції, такі як увага, пам'ять і концентрація, що може впливати на якість роботи та прийняття рішень. По-третє, негативні емоції можуть підвищити рівень стресу та напруження, що може призвести до погіршення фізичного і психічного здоров'я працівників.

Негативні емоції також можуть впливати на міжособистісні взаємодії у колективі. Вони сприяють зменшенню довіри та співпраці між працівниками, створюючи атмосферу недовіри та конкуренції. Комунікація стає менш ефективною, а взаєморозуміння ускладнюється. Негативні емоції також можуть збільшити ймовірність конфліктів між працівниками, що може вести до розділення в колективі та зниження загальної продуктивності.

Для організацій важливо розуміти, що емоції є невід'ємною частиною людського життя і можуть впливати на результативність праці. Тому важливо розвивати позитивну робочу атмосферу, сприяти психологічному комфорту працівників та надавати їм підтримку в управлінні емоціями. Для цього можуть бути використані такі практики, як тренінги з розвитку емоційного інтелекту, психологічна підтримка та програми зменшення стресу.

Емоції є невід'ємною частиною людського досвіду. Вони впливають на наше мислення, поведінку та взаємодію з іншими людьми. Емоції також відіграють важливу роль у процесах прийняття рішень та мотивації працівників.

Емоції це складні психофізіологічні реакції, які виникають унаслідок внутрішніх і зовнішніх подразників та відображаються у психологічних і фізіологічних проявах. Вони мають різні прояви, включаючи позитивні емоції, такі як радість, задоволення і гордість, а також негативні емоції, такі як гнів, страх і розчарування. Емоції відіграють ключову роль у формуванні нашого мислення, управлінні поведінкою та взаємодії з іншими людьми [4, с. 20].

Емоції мають значний вплив на процеси прийняття рішень. З одного боку, емоції можуть допомогти нам ухвалити більш швидкі та інтуїтивні рішення.

З іншого боку, емоції можуть призвести до упереджених рішень. Це може впливати на об'єктивність процесу прийняття рішень і призвести до негативних результатів.

Окрім того, емоції можуть впливати на наше сприйняття та оцінку інформації. Негативний настрій, навпаки, може сприяти більш обережному підходу та перебільшенню негативних аспектів.

Емоції впливають на мотивацію працівників і можуть визначати їх продуктивність та залученість до роботи. Позитивні емоції, такі як радість, задоволення та гордість, можуть підвищити мотивацію працівників і сприяти висо-

кій продуктивності. Це пояснюється декількома механізмами.

По-перше, позитивні емоції можуть підвищити внутрішню мотивацію працівників. Вони можуть створити внутрішню потребу до досягнення, стимулюючи бажання досягти поставлених цілей. Наприклад, задоволення від виконаної роботи може бути сильним мотиватором для подальшої продуктивної діяльності.

По-друге, позитивні емоції можуть поліпшити когнітивні функції працівників. Вони можуть підвищити рівень уваги, пам'яті та концентрації, що важливо для ефективного вирішення завдань і прийняття рішень. Іншими словами, коли ми щасливі і задоволені, наші когнітивні резерви підвищуються, що може позитивно впливати на нашу продуктивність на робочому місці.

По-третє, позитивні емоції можуть сприяти зниженню рівня стресу. Радість і задоволення можуть допомогти розслабитися і знизити рівень фізичного та психологічного стресу, який може заважати продуктивній роботі. Зменшення стресу також може поліпшити загальний фізичний та психічний стан працівників [5, с. 63].

Негативні емоції, такі як гнів, розчарування і тривога, також впливають на мотивацію працівників, але в інший спосіб. Негативні емоції можуть призвести до зниження мотивації та залученості до роботи. Це може бути результатом кількох чинників.

По-перше, негативні емоції можуть знизити рівень енергії та мотивації працівника. Гнів і розчарування можуть викликати втому та безцільність, що призводить до зниження продуктивності.

По-друге, негативні емоції можуть впливати на когнітивні функції, такі як увага і концентрація. Тривога і стрес можуть розсіювати увагу та ускладнювати концентрацію, що може впливати на якість роботи і прийняття рішень.

По-третє, негативні емоції можуть призвести до зменшення загальної задоволеності роботою та створити негативний робочий середовище. Це може призвести до плинності кадрів і зменшення продуктивності організації.

Один з основних механізмів, через який емоції впливають на процес прийняття рішень, це когнітивне упередження. Когнітивне упередження відображає схильність індивіда до прийняття рішень, які не завжди є об'єктивними або ґрунтуються на всіх наявних даних. Емоції можуть підштовхувати працівників до такого упередження через кілька ключових аспектів.

Перше, що варто враховувати, це пристрасне мислення. Під впливом сильних емоцій, особливо позитивних, люди часто схильні більше уваги приділяти інформації, яка підтверджує їхню власну точку зору або підсилює

їхні позитивні переконання. Вони можуть нехтувати об'єктивними даними, які суперечать їхньому відчуттю задоволення чи емоційному заряду, що може призвести до рішень, що не є найкращими для ситуації [7, с. 420].

Другим аспектом є ефект ореолу. Цей ефект полягає у тенденції судити людину або ситуацію на основі однієї видимої характеристики, при цьому ігноруючи інші, більш об'єктивні чинники. Під впливом сильних емоцій, наприклад якщо працівник відчуває симпатію або негативні почуття до колеги, він схильний оцінювати всі дії цієї особи залежно від своєї емоційної реакції, ігноруючи об'єктивні параметри та дійсний внесок.

Третім аспектом є ефект якоря. Це відноситься до тенденції приділяти надмірну вагу першій інформації, яку ми отримуємо в процесі рішень. Під впливом емоцій, особливо негативних, працівники можуть бути схильні визнавати першу інформацію, навіть якщо вона є неточною чи неповною, і використовувати її як основу для своїх рішень. Це може призвести до неточних і необґрунтованих вирішень, особливо в ситуаціях великого стресу чи невизначеності.

Окрім когнітивного упередження, емоції також впливають на мотивацію працівників через афективне регулювання. Афективне регулювання це процес управління власними емоціями та їх виразом. Емоції можуть впливати на афективне регулювання як позитивно, так і негативно.

Отже, емоції відіграють важливу роль у соціалізації під час трудової діяльності. Вони впливають на мотивацію, продуктивність, взаємодію з іншими людьми та загальне задоволення від роботи. Визначено, що позитивні емоції підвищують мотивацію та продуктивність, покращують взаємодію з іншими людьми, сприяють створенню позитивної атмосфери в робочому

колективі; негативні емоції знижують мотивацію та продуктивність, погіршують взаємодію з іншими людьми, створюють конфлікти в робочому колективі. Розуміння основних концепцій емоцій та їхньої ролі у соціалізації під час трудової діяльності може допомогти людям.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика. Дніпропетровськ : ДНУ, 2006. 336 с.
2. Белікова Ю.В. Емоції і почуття: соціологічний аналіз. Типізація групових емоцій. *Вісник Одеського національного університету. Соціологія, політичні науки*. 2011. С. 168–173.
3. Белікова Ю.В. Можливості соціометрії у вивченні групових емоцій. *Наукові праці. Соціологія*. 2011. Вип. 144. Т. 156. С. 6–9.
4. Бреус Ю. Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій у вищих навчальних закладах : автореф. дис. Київ, 2015. 20 с.
5. Гацько А.Ф., Смігунова О.В. Емоційний інтелект як стратегічний важіль лідерства. *Вісник Харківського національного технічного університету сільського господарства імені Петра Василенка*. 2016. Вип. 177. С. 61–67.
6. Дубовик С.Г., Драбчук Т.І. Розвиток емоційного інтелекту сучасних менеджерів як основа їх успішної діяльності. *Вісник Сумського національного аграрного університету. Серія «Економіка і менеджмент»*. 2014. Вип. 5. С. 8–14.
7. Міляєва В., Бреус Ю. Емоційне здоров'я як складова професійної успішності майбутніх фахівців соціономічних професій. *Актуальні проблеми психології*. 2012. Т. X. Вип. 23. С. 414–422.
8. Передало Х.С. Емоційний інтелект та його роль у підприємницькій сфері. *Управління соціально-економічними трансформаціями господарських процесів: реалії та виклики*. Мукачеве, 2020. С. 189–191.
9. Цимбалюк І.М. Психологія спілкування : навчальний посібник. Київ : Професіонал, 2004. 304 с.

СЕКЦІЯ 5 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ТРЕНІНГ АКТИВІЗАЦІЇ ВНУТРІШНІХ РЕСУРСІВ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

TRAINING FOR ACTIVATION OF INTERNAL RESOURCES OF STUDENTS IN WAR CONDITIONS

У статті представлено визначення можливостей сенсомоторної психотерапії в роботі з відновленням внутрішньої ресурсності особистості студентів в умовах війни. Метою дослідження є визначення напрямів корекційної роботи, підбір та апробація методів корекції внутрішніх ресурсів студентської молоді в кризових ситуаціях. В емпіричному дослідженні взяло участь 100 студентів чоловічої та жіночої статі, віком від 17 до 45 років. Використовували методику сенсомоторної психотерапії (П. Огден, Я. Фішер), методику для визначення внутрішньої ресурсності особистості (О. Штепа), гештальт-технології. Визначена доцільність застосованих методів сенсомоторної психотерапії, гештальт-технологій. Описано дев'ять блоків тренінгової програми. Наводяться приклади проведення означених вправ, методик, особливості вимог до підготовки та проведення цих вправ. Виявлено можливості застосування методик гештальт-терапії на різних фазах сенсомоторної терапії. Визначено, як саме ці особливості пов'язані зі складними умовами війни, наслідкам психологічних травм. Діагностична мета визначення психологічних ресурсів особистості в умінні ними оперувати. Саме для цього в дослідженні також використана трифазова послідовність сенсомоторної психотерапії (П. Огден, Я. Фішер): 1) формування ресурсів; 2) спогади – інтеграція минулого життєвого досвіду; 3) подальший прогрес у збільшенні задоволення від життя в тих сферах, у яких відчувався дефіцит (завдяки старим поведінковим моделям). Визначено, що в студентів в умовах війни виникають проблеми зі стабілізацією внутрішніх ресурсів. Проведення тренінгової програми з розвитку внутрішніх ресурсів особистості студента дає можливість знаходження нових поведінкових стереотипів. Під час проведення занять можлива стабілізація емоційних станів студентів, таких внутрішніх ресурсів (уміння управляти внутрішніми ресурсами). Визначена доцільність означених блоків тренінгової програми як інструментів організації емоційних станів студентів у напружених і травматичних ситуаціях війни.

Ключові слова: особистість студента, сенсомоторна психотерапія, внутрішні ресурси особистості, гештальт-технології.

The article presents determination of possibilities of sensorimotor psychotherapy in restoration of internal resources of students' personalities in war conditions. The purpose of the research is to determine the direction of corrective work, selection and testing of methods of correction of internal resources of student youth in crisis situations. The purpose of study consists in determination of corrective work directions, selection and appropriation of methods for internal resources correction of student youth in crisis situations. One hundred male and female students, aged from 17 to 45, took part in the empirical study. Methods of sensorimotor psychotherapy (P. Ogden, Ya. Fisher), as well as the method for determining internal resources of a person (O. Shtepa), and Gestalt technologies were used.

Expediency is determined of the methods applied of sensorimotor psychotherapy and Gestalt technologies. Nine blocks of the training program are described. Examples are given of carrying out specified exercises, methods, features of requirements for preparation and conduction of these exercises. Possibilities are revealed of Gestalt therapy techniques application at different phases of sensorimotor therapy. It is determined the way of these features relation to difficult conditions of the war and consequences of psychological trauma. The diagnostic purpose of person's psychological resources determination consists in ability to operate them. For this reason, the three-phase sequence of sensorimotor psychotherapy (P. Ogden, J. Fischer) is used in the study as well: 1) formation of resources; 2) memories – integration of past life experience; 3) further progress in increasing life satisfaction in those areas wherein deficit appeared (due to old behavioral patterns). It is determined that students in wartime have problems with stabilization of internal resources. Conducting the training program for development of internal resources of a student's personality makes it possible to find new behavioral stereotypes. During classes, stabilization of emotional states of students is possible to, as well as such internal resources (ability to manage internal resources). Expediency is determined of specified blocks of the training program as tools for organizing emotional states of students in tense and traumatic situations of war.

Key words: student's personality, sensorimotor psychotherapy, internal resources of individual, gestalt technologies.

УДК 316.061.213(477.72)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.10>

Володарська Н.Д.

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

Постановка проблеми. Сьогодні в реаліях війни в Україні особистість потребує психологічної корекції її внутрішніх ресурсів, оскільки небезпечним стає вплив психологічних агресорів на психологічне здоров'я людини. Це

може створювати підґрунтя для посттравматичного розладу не тільки в певний момент часу, а й пролонгований вплив психотравматичного навантаження на психіку людини. Ігнорування проявів посттравматичного розладу

може призвести до неконтрольованої агресії, неочікуваних проявів агресивної поведінки, перехід від пригніченого стану в агресію або депресивний стан, клінічну депресію, соматизацію психологічних проблем. Для запобігання цим явищам необхідна психологічна профілактика та психологічна допомога людині відчути силу внутрішньої свободи вибору власного життєвого шляху. Виникає необхідність розроблення напрямів корекції внутрішніх ресурсів людини. Крайні значення стресу, які проявляються у воєнних умовах, за надзвичайних обставин вимагають психологічної реабілітації особистості. Сьогодні розроблена досить велика кількість різноманітних методів для боротьби зі стресом, які в основному діляться на дві категорії: персональні стратегії, що можуть бути застосовані щодо поведінки людини, й організаційні стратегії, методичне забезпечення яких спрямоване на мінімізацію напруження освітнього середовища. Розвиток ефективних стратегій поведінки допомагає подолати негативні наслідки стресових ситуацій, зберегти себе від дезінтеграції та різноманітних розладів, створити основу для внутрішньої гармонії, високої працездатності, визначити успішність своєї професійної діяльності, а також зберегти власне здоров'я.

Постановка завдання. Метою роботи було визначення напрямів корекційної роботи, підбір та апробація методів корекції внутрішніх ресурсів особистості в кризових ситуаціях.

В емпіричному дослідженні взяло участь 100 студентів чоловічої та жіночої статі, віком від 17 до 45 років. Використовували методику сенсомоторної психотерапії (П. Огден, Я. Фішер), методику для визначення внутрішньої ресурсності особистості (О. Штепа) [1; 2], гештальт-технології.

Виклад основного матеріалу дослідження. Апробація методів корекції внутрішніх ресурсів особистості проводили в групах студентів Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» на заняттях курсу «Психологічне консультування, супровід, психотерапія» та «Основи гештальт-терапії». На практичних заняттях (1 раз на тиждень по 3 години, другий семестр 2024 року, 2 групи магістрів по 15 студентів) проводили аналізування самостійних робіт студентів щодо опису їхнього власного життєвого досвіду, під час яких випробовували різні методи деконструкції усталених типів реагування особистості. Проводили практичні заняття за правилами терапевтичних груп (дотримання правил проведення групи, етичний кодекс, проведення шерингу тощо). Апробовані технології деконструкції типів реагування особистості в кризових ситуаціях (метод рефреймінг, супресивні техніки: уникнення «ебаутизмів», відмова від

оціночної інтерпретації дій, презентифікація «тут і тепер», переведення питання на затвердження й експресивні техніки: висловлювання досвіду через частини особистості, які не актуалізовані особистістю, ініціалізація дії, розкриття ретрофлексивних механізмів, ампліфікація). В основу занять сприяння позитивному психологічному здоров'ю особистості покладено принципи й методи гештальт-терапії. У структуру занять входили вправи на презентацію власної життєвої історії, рефлексію на проблеми життєвих історій інших учасників, визначення власних типів реагування на кризову ситуацію, визначення особливостей міжособистісних зв'язків у групі, уміння будувати метафори на певні життєві проблеми тощо.

Для визначення рівня внутрішньої ресурсності студентів застосований опитувальник (за методикою О. Штепи). Аналіз отриманих даних допоміг виокремити найважливіші показники компонентів внутрішньої ресурсності, за якими визначені корекційні вправи, методи.

Аналіз отриманих результатів виявив більш високі середні показники за категоріями: знання власних ресурсів; уміння оновлювати власні ресурси, уміння використовувати власні ресурси. Саме ці показники внутрішніх ресурсів особистості спрямували увагу на визначення напрямів її активізації та корекції.

Загальний рівень психологічної ресурсності за таких показників мав середнє значення 87,44 (за показниками методики О. Штепи 70–92 бали – середній рівень психологічної ресурсності).

Аналіз отриманих даних дав підставу виокремити саме ці показники внутрішньої ресурсності:

А. Знання власних психологічних ресурсів – реалістичне оцінювання своїх психологічних можливостей і їх меж, а також своїх індивідуальних особливостей. Знання про напрями саморозвитку й уміння його здійснювати.

Б. Уміння оновлювати власні психологічні ресурси – знання способів зменшення й позбавлення напруження, уміння їх задіяти з метою заспокоїтися та відчути внутрішню рівновагу. Уміння поповнювати свої психологічні ресурси шляхом творчості, успіху, любові.

В. Уміння вмщувати власні психологічні ресурси – здатність самостійно долати складні життєві ситуації, а також допомагати в цьому іншим. Здатність створювати – професійні та творчі ідеї, гармонію у взаєминах. Уміння реалізовувати власні життєві, творчі й професійні плани, покладаючись на себе, тобто за рахунок власного людського капіталу.

Ми отримали середній загальний рівень психологічної ресурсності особистості вибірки, це дає підстави вважати, що в цій вибірці студентів недостатньо розвинута здатність

здійснення саморозвитку, уміння бути компетентним у життєвих і професійних питаннях, прагнення аналізу особистісного потенціалу. Також недостатня автономність у прийнятті рішень, обмежена самодостатність у долатні складних життєвих ситуацій. Середній рівень внутрішньої ресурсності виявив недостатнє вміння підтримувати й надихати інших, прагнення й уміння любити, бути творчим і досягати успіху. Це пояснюється кризовими життєвими умовами війни, що ускладнює розвиток внутрішньої ресурсності особистості.

Для визначення методів корекції внутрішніх ресурсів особистості узагальнені такі напрями психологічної допомоги:

а) поглиблення пізнання здатності людини до подальшого існування в складній життєвій ситуації;

б) знаходження оптимальних шляхів відновлення почуття власної цілісності особистості;

в) розвиток уміння створити нову когнітивну модель життєдіяльності;

г) поліпшення суб'єктивного самопочуття, афективна переробка й переоцінка травматичного досвіду.

У рамках виділених напрямів психологічної допомоги виокремлені вектори корекційної роботи:

- корекція афективно-вольової сфери;
- корекція поведінкових аспектів;
- корекція міжособистісних взаємин.

Ці три вектори корекційної роботи застосовували в усіх чотирьох згадуваних вище напрямках психологічної допомоги.

В основу вправ покладено вміння особистості:

– застосовувати й оперувати внутрішніми ресурсами (через оперування ресурсами, знання ресурсів і вміння їх оновлювати й уміщувати);

– знання власних психологічних ресурсів – реалістичне оцінювання своїх психологічних можливостей і їхніх меж;

– уміння оновлювати власні психологічні ресурси – уміння поповнювати свої психологічні ресурси шляхом творчості, успіху, любові.

Уміння вміщувати власні психологічні ресурси – уміння реалізувати власні життєві плани, а також створювати професійні та творчі ідеї, гармонію у взаєминах, вкладаючи в них власну суть.

Ці уміння закладено в 9 блоків тренінгу навчальної програми підготовки студентів – майбутніх соціальних працівників.

Перший блок. Мета – розпізнавання власних якостей, потреб, бажань студента й відокремлення від потреб, характеристик «іншого». Вправи на аналізування власних характеристик, вправи на самоспостереження. Запропоновані й апробовані методи ведення щоденника власних вражень, переживань, почуттів як

методів самоаналізу. Вправи на диференціацію себе, розуміння себе, своїх проєкцій, проєктивної ідентифікації, інтерсуб'єктивності. Пізнання себе через іншого, опрацьовується поняття конфлюєнції в стосунках з іншими, співзалежності, контрзалежності. Вправи на розуміння й висловлювання власних почуттів. Студентам надається завдання опису складних почуттів, стану «ступор» почуттів, невизначеності в бажаннях, потребах. Обговорення в групі стану змішаних почуттів, причин не проявлених у стосунках почуттів, неусвідомлених почуттів.

Вправа «Презентація себе через предмет (яким я користуюсь)». Презентація власних характеристик через певний предмет. Студент розкриває власний образ через ставлення певного предмета до себе. Це умовний перенос власних особливостей сприйняття себе, бачення себе очима іншого. Вправи на презентацію себе може модифікуватися на початку наступних занять, змінюючи предмети (які презентують особистість). З кожною презентацією студент отримує від інших учасників нові враження від його розповіді. Наступні презентації розкривають нові характеристики, знайомство з іншими таким методом посилює впевненість у собі, сміливість в аналізуванні власних характеристик. Це надає поштовх до розвитку креативності в баченні власних сторін особистості, прийнятті й негативних, і позитивних характеристик. Обговорення в групі почутих характеристик дає особистості зворотний відгук бачення цих властивостей.

Другий блок. Мета – аналіз сімейної системи. Методи системної сімейної психотерапії дають можливість пізнання особистістю сепаративних процесів, дитячих травм, аналізування символічних взаємодій, особливостей первинного нарцисизму, дородового досвіду. Створення студентами власної генограми, аналізування конфігурації переживань, стратегій психологічних захистів, певної матриці родоходу. За створеною студентом генограмою опрацьовуються повторення поведінкових стереотипів. Аналізується структурування життєдіяльності в повторенні життєвих стратегій своїх батьків, родичів. Усвідомлюються повторення психологічних захистів студентів: витіснення негативних переживань, відновлення конфлюєнції з батьками через їх ідеалізацію, нарцисичне відновлення всемогутності в спробах єдності двох різних людей в одне ціле. Намагання нарцисичної повноти, емпативічне утворення, парні утворення (злиття, ідентифікація з егрегором, суб'єктні стосунки). Самоаналіз власних характеристик, емоційних реакцій на певні тригери. Спогади переживань, емоцій студентів у дитинстві, у сім'ї допомагають аналізувати, як дитячі спогади сформували різні захисні психологічні механізми.

Третій блок. Мета – уміння побудови стосунків з іншими. Логіка вимоги (володіння іншим) і логіка бажання (визнання партнера як окремого суб'єкта й спроба зрозуміти іншого, його автономність). Стати об'єктом іншого, догодити, але щоб він дав те, що «потрібно мені». Аналізувати логіку нав'язування вимог іншому й логіку бажання (компенсувати дефіцити, без втрати власних меж, без втрати себе). Аналізували домашні завдання на саморозвиток, ведення нотаток, самоспостереження. Віднайти цілісність себе, доповненість до власних характеристик інших, можливо, дефіцитарних, протилежних. Методи прийняття в собі того, що хочеться бачити, усвідомлення відщеплених своїх частин, і це дає менше проєкцій у стосунках з іншим.

Вправа на діалог із протилежностями. Метод діалогу спрямований на розуміння й прийняття власних різних сторін особистості. У цьому діалозі особистість пізнає переваги й недоліки цих протилежних сторін, їх роль цілісності власного «Я». Обговорення в групі власних протилежностей стає умовою самопізнання й саморозвитку. Складник у стосунках з іншими – це розвиток того, про що людина не уявляла. Так і відбувається саморозвиток. Аналізування власної агресії для диференціації, агресивна інтерактивна дія в парі для розуміння «різності», розуміння балансу з'єднання й роз'єднання в стосунках. Ризик тривоги та деперсоналізації особистості (якщо людина схильна тільки до симбіотичної дії, співзалежні стосунки). Страх втрати себе і страх втрати іншого (діада симбіотичних стосунків). У групі проговорюється важливість коливання між злиттям у стосунках і диференціацією власного «Я».

Четвертий блок. Мета – методи самопомочі. Вправи на відновлення життєстійкості, самопомогти – необхідність витримувати афект, стійкість або (у разі втрати за певних обставин, складних ситуацій) повернути її. Студентам пропонували дихальні вправи, тілесну терапію (призупинитись, видихнути, опанувати себе, виявити свої переживання, відчуття себе в цих переживаннях тут і зараз). Найголовніше – прийняти себе в цих переживаннях відчаю, розчарування, злості, агресії й усіх інших емоцій, які виникали. Це допомогло бути присутнім в обговоренні проблем особистості. Методи корекції афективно-вольової сфери: аутогенне тренування, методи релаксації, які підвищують саморегуляцію емоційно-вольових реакцій (техніки дихання по квадрату, по трикутнику), зменшують емоційне напруження. Використовували техніку візуалізації уявного безпечного місця, у якому виникають позитивні емоції, стан спокою. Це місце може бути з минулого досвіду або уявне, фантазоване. Подумки потрапляючи в таке

заспокійливе місце, особистість змінює фокус уваги на деталі цього місця, що знижує емоційне напруження.

Що стосується захисних механізмів самого студента, які можуть заважати бачити проблему в повноті її реальності, то це надскладна проблема. Якщо захисні механізми відіграють роль опори в складних ситуаціях, то й у навчальній діяльності студентів вони будуть опорою. Якщо студент витрачав більше енергії в знаходженні певних польових процесів, то головним буде усвідомлення цього. Як приклад – відчуття безсилля в реальних умовах (неможливо змінити час, те, що відбувається в реальності), але прийняття цієї складної життєвої ситуації, усвідомлення цінності цього розуміння стає очевидним.

На практичних заняттях студенти обговорювали питання психотерапевтичного втручання, метою якого було відновлення балансу негативних і позитивних емоцій в особистості, підтримка оптимального функціонування; видалення певних нашарувань і компенсація недоліків; відновлення в свідомості особистості тих її частин, які нею відкинуті, витіснені й перенесені на інший об'єкт. Обговорювали питання усвідомлення особистості своїх страхів, що дає змогу позбутися уникнення більшої проблемних життєвих ситуацій.

П'ятий блок. Мета – аналізування стану стресу в життєвих ситуаціях. Вправи на аналізування ролі стресу в житті людини. Випробували арт-терапевтичні методи. Психомалюнок – «Я до стресу», «Я під час стресу», «Я після стресу» (20–25 хвилин виконання малюнка).

Мета вправи – акцентувати увагу учасників на внутрішньому стані, з'ясувати ставлення та вплив стресів.

Хід вправи. Учасникам групи пропонують виконати малюнки на тему «Я до стресу», «Я під час стресу», «Я після стресу» на аркушах паперу та презентувати зображене.

Висновок: стреси дійсно негативно впливають на здоров'я, життя, зовнішній вигляд людини. Будь-що може викликати стрес. Погляньмо на себе, коли ми в стресі, збоку. Необхідно вміти «зустріти» стрес.

Метод емпатійного слухання застосовувався для того, щоб допомогти особистості бути почутим (у групу, іншим у діалозі). Цей метод допомагає легалізувати особистості саме ті переживання, які її травмують, які вона приховує, її психологічні захисти: витіснення, профлексію, дифлексію, інтроекцію тощо. Саме емоційна підтримка, прийняття складних переживань особистості іншими допомагає знизити емоційне напруження, тривогу.

Техніку «розморожування емоцій» застосовували для більшого усвідомлення, вивільнення та вербалізації емоцій. Завданням було виразити емоції, які на цей момент найбільш

актуальні, потім їх намалювати й підписати, після цього змінити малюнок на привабливіший, із бажаними емоціями. Обговорення цих малюнків супроводжували відповідями на запитання: «Які емоції переважають на малюнку?», «Які образи символізують позитивні емоції, а які образи – негативні емоції?», «Який з образів привертає найбільшу увагу?», «Який найбільше дратує?». Після визначення превалювання, яких негативних і позитивних емоцій відчуває студент, визначали зміни (що відбулися під час малювання, обговорення). Саме обговорення цих образів дає можливість особистості усвідомити свій нагальний стан, зміни його залежно від обставин. Важливим є обговорення деталей малюнка, «сусідство» інших образів, що вони символізують, як впливають на центральний образ. Навіть певне невеличке доповнення центрального образу може кардинально змінювати настрій особистості. Так студент намалював себе, а потім домалював свою собачку поруч і домалював посмішку на обличчі своєї фігури. Пояснюючи ці зміни, він звеселився й підкреслив значення ніжного ставлення до свого песика. «Без нього життя було б зовсім сірим, він розфарбовує веселкою моє існування». Деталізуючи появу в його житті песика, він актуалізував свої переживання втрати дівчини (яка подарувала цього песика). Це прояснювало його стан горювання. Саме фігурка песика дала можливість визначити емоційний стан студента. Вибір кольорів малюнка та зміна кольорів у домальованих доповнень також має значення. Особливе значення має пояснення цих змін. Коли студент домалював песика, він додав яскравого кольору ошийнику (за який тримала рука студента цього песика). Пояснення таких змін у малюнку викликало посмішку на його обличчі. Саме такі деталі можуть визначити значуще емоційне переживання особистості.

Шостий блок. Мета – аналізування поведінкових стратегій у кризових життєвих ситуаціях. Уміння аналізування стратегій у кризових життєвих ситуаціях. **Рефлексивне завдання** «Складна ситуація».

Інструкція: пригадайте подію у вашому житті, яка була для вас дуже складною. Настільки складною, що змінило багато що у вашому житті. Дайте відповіді на такі питання:

- Яка подія відбулася?
- Які попередні життєві події ускладнили переживання цієї події?
- Чи була подія неочікуваною?
- Чи могли ви контролювати подальший розвиток подій?
- Якою мірою змінився звичний хід подій вашого життя в результаті події?
- Чи могли ви уявити вихід із цієї ситуації, що перешкоджало це уявити?
- Чи містила подія певну особисту втрату?

- Що саме вас найбільше пригнічувало?
- Чи супроводжувалася подія певним неприємним відкриттям щодо самого себе?

– Озираючись у минуле, чи можете ви визначити, чи було в цій кризі певне звернення до вас?

– На що у вас «відкрилися очі» з того, що раніше ви намагалися ігнорувати?

– Що у вашому житті після цього випадку ви стали робити інакше?

Метод фіксації складних переживань у малюнку, метафорі, складеній власній історії, казки застосовувався в груповій роботі. Учасники групи створювали власну казку з казковими героями. Ця форма дає можливість легалізувати власні переживання, почуття в складних життєвих ситуаціях. Основне завдання цих вправ – не боятися виражати себе через образи, через як позитивні, так і негативні емоції. Особливо цікавою для студентів була вправа на складання метафори свого емоційного стану. Іноді важко визначити, яка емоція превалює в переживанні певної події. Внутрішні суперечності особистості як реакція на важкий стрес стають на заваді визначення власних емоцій. У приказках, метафорі вже закріплена певна емоція, переживання, які визначають певний стан особистості. Цікавою була презентація такої вправи. Студенти використовували прислів'я, приказки, які вживалися в їхніх родинях (ще бабусь, дідусів, родичів). Це такі вислови, як «так темно, тоскно в голові», «пече в грудях», «у душу наплювали», «неначе облили брудом», «холодний душ отримав», «чорні думи як чорні хмари», «усе як у тумані», «ні в тих ні в сих». Цікавими були казки, створені студентами. Сюжети казки відображали усталені поведінкові стереотипи особистості, які вона застосовує найчастіше. Обговорення в групі цих стереотипів звертало увагу оповідача на ті сторони поведінки, які визначаються як «негативні», «малопродуктивні», «застарілі», «руйнівні». Це надихає на зміни в поведінці як героїв обговорюваної історії, так і власної. Саме в обговоренні цікавих моментів історії виникає бажання певних змін. Особистість бачить нові оцінки вчинків героїв, новий ракурс життєвої ситуації, що виникає, і нові можливості її змінити. Навіть не змінити саму ситуацію, а знайти можливість змінити бачення негативу й позитиву в життєвих труднощах. Із роздумів студентів прослідковувалася зміна поведінкових стереотипів в обговоренні їхніх вчинків. Із гумором обговорювали можливості головного героя казки («твоєму героєві бракувало сміливості розповісти принцесі про свої добрі вчинки», «може, він і розкаже їй про них пізніше», «а може, ця принцеса йому не підходить, нехай пошукає іншу, розумнішу»).

Сьомий блок. Мета – актуалізація смислотних цінностей особистості. Ураховуючи особливості взаємодії почуття благополуччя та смислотних цінностей, розробили методику «**Мої почуття благополуччя**». Вона дає змогу досліджувати об'єктні, суб'єктні та інтерсуб'єктні почуття й переживання особистості. Інтерсуб'єктно-асоціативна методика «**Мої почуття благополуччя**» відкриває широкі можливості для вивчення почуттів і переживань, смислових орієнтацій і цінностей людини. Методика сприяє відновленню або підвищенню чуттєвості особистості, зміні цінностей у процесі реструктуризації психологічних захистів, життєвих смислів, цілей. Ці зміни відбуваються на трьох рівнях: когнітивному, емоційному, поведінковому. Людина починає пошук смислу життя, з'являються більш реалістичні очікування, розширюється картина світу, образу «Я», нові життєві перспективи, цілі, життєві стратегії, почуття задоволення, благополуччя. Методика створює умови для аналізу своїх почуттів, причин внутрішніх конфліктів, прояву агресивності або терпимості в конфліктних ситуаціях з іншими людьми, пошук компромісу у взаєминах із ними. За інструкцією проведення методики, досліджуваному потрібно послідовно опускати кінчики пальців у маленькі ємкості з різним наповненням: пісок (сухий, мокрий), крупи, дрібні камінці, реп'яшки, засушені й живі квіти, вата, мука, крохмаль тощо. Зі зміною кожної ємкості необхідно витирати пальці вологою серветкою. Опускаючи пальці в ємкості, необхідно помічати свої відчуття, асоціації, спогади, фантазії, бажання, які виникають, прислуховуватися до кожних змін у відчуттях.

Закінчивши цю процедуру, необхідно намалювати й розказати про свої відчуття й асоціації, особливу увагу приділяючи приємним, позитивним, що створюють почуття благополуччя. Далі – обговорити свої враження в групі або індивідуальній терапії. Перед обговоренням своїх вражень, почуттів і переживань треба намалювати найбільш позитивні з них. Це може бути один малюнок або декілька малюнків (у кожному з яких розміщені позитивні враження). Знаходження позитиву формує особистісний ресурс для зміни ставлення до кризової ситуації. Актуалізація своїх почуттів, переживань, бажань і фантазій створює нові значення, цінності, зумовлює переоцінку позитиву й негативу у власному життєвому досвіді. Відбувається диференціація почуттів злості, незадоволення, байдужості, радості, задоволення тощо. Саме зміни в цих переживаннях, в оцінці труднощів, у переборенні складних життєвих ситуацій стають умовою корегування ставлень особистості.

Проводячи обговорення вражень від цих завдань, виокремлюємо певні тригери виник-

нення почуття благополуччя, зміни у ставленні особистості до кризових ситуацій, бачення позитивних сторін, нових ракурсів у певних життєвих ситуаціях. Завдяки цьому формується простір значущих соціальних взаємодій, стосунків, нових рішень у складних життєвих ситуаціях непередбачуваності й невпевненості. Це допомагає перейти від руйнівної до позитивної моделі поведінки особистості, побачити своє життя в іншій перспективі, оволодіти новими соціальними нормами. Це змінює життєві смисли та почуття благополуччя, ставлення до кризової ситуації. Поєднання методів проєктивної діагностики, спостереження під час виконання завдань і методу гештальт-терапії в обговоренні завдань діють як діагностичний інструментарій, так і корекційний. Діагностика переживань особистості дає змогу особистості актуалізувати їх і надати певного значення, смислу. Корекція відбувається зі зміною цих значень в ієрархії цінностей особистості, життєвих стратегій, поведінкових стереотипів.

Восьмий блок. Мета – асоціативно-чуттєва фокус-реконструкція переживань особистості. Методика асоціативно-чуттєвої фокус-реконструкції переживань історій життєвого шляху особистості виявляє особливості сприйняття емоційних взаємин з іншими (колегами, сусідами, членами сім'ї). Саме аналіз емоційних зв'язків, прив'язаності, залежності, психологічних захистів, емоційної близькості у взаємодії з іншими активізує особистісний ресурс, схвалення позитивних змін у ставленні до кризових ситуацій. Такі почуття, як ніжність, теплота, сердечність, щирість, почуття впевненості, створюють основи становлення почуття благополуччя. Не всі із цих почуттів легко емпірично досліджувати, проте саме вони створюють умови виникнення почуття благополуччя. У житті особистості ці почуття виникають іноді в площині неусвідомлюваного, які важко диференціювати серед інших почуттів, складно пояснити, що породжує їх. У певних обставинах почуття благополуччя може як виникати, так і зникати. Іноді студенту важко актуалізувати причини цих змін. Коли йому бракує пояснень, він відчуває розгубленість, тривогу, страхи втрати контролю над проявом своїх переживань. Оцінюючи сказані слова, певний контекст, їх емоційне забарвлення, він актуалізує свої почуття. Аналіз своїх криз і можливостей відбувається в особистості під впливом узгодження власних ресурсів. Питання ставилися до учасника групи: «Як він розпоряджається цими ресурсами?» У цих історіях студенти проговорювали певні сумніви щодо власної цінності, життєвих цінностей, питань ігнорування їх, розгубленості, покори чи прийняття цінностей інших. Найскладніші життєві випробовування розглядалися в різних контекстах (сучасних ре-

ліях і минулого досвіду). В історіях про свій рід застосовувався метод генограми. Цінним був пошук ресурсів роду, мужності вчинків членів роду. Визначали, чи брали або не брали участі у війнах чоловіки з роду, як вони справлялися з можливістю втрати життя, здоров'я. Важливим в аналізі цих розповідей було означення того, як чоловіки і жінки роду справлялися зі страхом смерті, невизначеністю. З обговорень студентів своїх генограм: «Усі чоловіки мого роду брали участь у військових діях. Дідусь отримав каліцтво на війні. Батько повернувся з контузією після Афганістану». Проговорюючи історії своїх предків, батьків, студенти актуалізували власні страхи бути покаліченим, убитим під час ракетних обстрілів. Саме в розповідях про страхи, які переживали їхні бабусі, матері, батьки, студенти актуалізували власні переживання про втрату життя. Це активізувало їх пошук позитиву, внутрішніх ресурсів на виживання: «Моя бабуся вчила мене, як можна вижити в голодні дні. Учила, що можна приготувати з різних трав, кори дерев, ягід, листя, тощо». Студенти обмінювалися різними рецептами, спогадами їхніх бабусь. Це посилювало пошук різних копінг-стратегій, що активізувало розвиток внутрішніх ресурсів студентів.

Дев'ятий блок. Мета – аналізування страхів, тривоги, які унеможливають почуття психологічного благополуччя. Методика «Розкажи свою історію» відкриває широкі можливості для вивчення об'єктних, суб'єктних та інтерсуб'єктних почуттів і цінностей людини. Методика оснований на діалогово-феноменологічному підході, який спрямовується на усвідомлення особистістю своїх почуттів, переживань, бажань, прийняття їх і вміння говорити про них з іншими. Почуття благополуччя чи нещастя може виникати в контексті цінностей певної субкультури, яка створює умови взаємодії та взаєморозуміння, єднання з іншими. Фундаментального й принципового значення набуває умова виникнення цих почуттів в умовах різних життєвих стратегій (перехід від руйнівної до позитивної моделі поведінки особистості, бачення свого життя в іншій перспективі, оволодіння новими соціальними нормами). Вона полягає в тому, що в кожному із життєвих контекстів в особистості може виникати як почуття благополуччя, так і нещастя. Воно виникає поряд із різними соціокультурними, сімейно-родовими стереотипами прояву почуттів і переживань.

Контексти обговорювань різних історій допомагають змінити стереотипи сприйняття того, що відбувається. Змінюються значення подій, вони починають бачитися інакше, ніж раніше. Негативні переживання змінюються на нейтральні й позитивні, на адаптивні ресурси особистості. Те, що раніше було приводом до особистісної втечі від труднощів, стає приво-

дом до особистісного розвитку. Внутрішній конфлікт частин особистості узгоджується прийняттям різних сторін бачення певної життєвої проблеми, трагедії (як із минулого, так і сучасних реалій). Ці частини суперечать одна одній: «я не зможу жити без коханої» і «я знайду сили жити далі», «у мене нічого не вийде» і «буду боротися, щоб не трапилось». Контексти життєвих обставин формують особливості ставлення до сенсу життя («чи воно того варте?»), до смерті (як відчуття неминучості логічного завершення життєвого шляху), до знаходження нових життєвих сенсів. Це допомагає в опрацюванні страхів особистості. Студенти розглядали свої страхи в різних контекстах, у різні життєві періоди. У дитинстві ці страхи мали одне значення й силу, у юнацькому віці – інше, у сучасних реаліях війни вони змінюють ціннісно-смыслову сферу. Сучасні реалії формують контекст ціннісно-смыслові сфери молодій людині, і в цьому великий вплив певних культурних і соціальних особливостей (прислів'я, приказки, релігія).

Цей останній блок узагальнює можливості відновлення внутрішніх ресурсів особистості. Студенти аналізують свої почуття, які можуть виникати в контексті цінностей певної субкультури, яка створює умови взаємодії та взаєморозуміння, єднання з іншими. Комфортність взаємин залишає певні приємні відчуття, які людина намагається повторити, відчути знову. Для цього вона відтворює подібні життєві обставини, створює нові умови для виникнення почуття благополуччя. Такі почуття, як ніжність, теплота, сердечність, щирість, почуття впевненості, самоактуалізації, створюють основи становлення почуття благополуччя. Не всі із цих почуттів легко емпірично досліджувати, проте саме вони створюють умови виникнення почуття благополуччя. У житті особистості ці почуття виникають у площині неусвідомлюваного, іноді його важко диференціювати серед інших почуттів. Одні й ті самі умови можуть нести різне ціннісне навантаження. Оцінюючи сказані слова з різним підтекстом та емоційним забарвленням, особистість змінює й свої почуття. Наше дослідження підтверджує дослідження К. Шкарлатюк [3], результативність запропонованої нею програми розвитку ефективних стратегій стрес-долаючої поведінки студентської молоді, яка спрямована на гармонізацію когнітивно-рефлексивного, емоційно-ціннісного й поведінково-регулятивного компонентів копінг-поведінки з урахуванням психологічних умов їх розвитку.

Висновки з проведеного дослідження. Визначені вектори корекційної роботи: корекція афективно-вольової сфери, корекція поведінкових аспектів, корекція міжособистісних взаємин. Методики спрямовувалися на зміни ставлення особистості до власної стратегії

поведінки, емоційного реагування в кризових ситуаціях. Аналіз висловлювань особистості під час проведення методик спрямовувався на визначення особливостей формування позитивних почуттів, почуття благополуччя. Це спогади минулих ситуацій благополуччя в житті особистості, її враження, фантазії. Важливо аналізувати ці переживання, почуття благополуччя в контексті ієрархії цінностей особистості, визначення закономірностей їх виникнення через самоактуалізацію, відкритість, щирість тощо. У кожному із цих життєвих контекстів в особистості може виникати почуття благополуччя. Воно виникає поряд із різними соціокультурними, сімейно-родовими стереотипами прояву почуттів і переживань. Запропоновані методи опису своїх переживань, життєвих історій дають змогу розглянути їх із різних сторін. Розглянуто методи роботи в групі: пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, планування вирішення проблеми, позитивна переоцінка проблеми. Показано напрями застосування різних методів, які корегують ставлення до власного

життя, складних життєвих ситуацій, підтримку балансу позитивного й негативного ставлення до власного життя особистості, що формує внутрішні ресурси особистості.

На перспективу планується застосування методик у групах психологічної підтримки студентів різних молодіжних центрів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Штепа О.С. Емпіричне вивчення психологічних ресурсів особистості. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2011. Том 11. Вип. 4. Ч. 2. С. 335–361.
2. Штепа О.С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг : монографія. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 232 с.
3. Шкарлатюк К. Стратегії стрес-долаючої поведінки студентської молоді в умовах війни. *Адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна соціальна допомога із циклу: Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності* : тези ІХ наук.-практ. інтернет-конф. Луцьк, 2022. С. 74–76.

МЕТОДИ АРТТЕРАПІЇ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

ART THERAPY METHODS IN WORKING WITH INTERNALLY DISPLACED CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE

У статті розкрито сутність поняття арттерапії, завдання, функції та механізми арттерапії. Описано особливості впливу арттерапії на психічне здоров'я людини. Проаналізовано психокорекційний вплив арттерапії на психіку молодшого школяра. Представлено основні методи арттерапії, які використовуються у роботі з дітьми молодшого шкільного віку з метою нормалізації їхньої емоційної, інтелектуальної, поведінкової сфер психіки. Розкрито діагностико-корекційні можливості методів арттерапії: казкотерапії, музикотерапії, лялькотерапії, ізотерапії, пластилінотерапії, глинотерапії, містопластики. Описано психологічні особливості дитини молодшого шкільного віку та акцентовано увагу на дітях внутрішньо переміщених осіб, що мають низку додаткових стресових чинників, таких як: зміна місця проживання, утрата звичного оточення, зміна звичного кола друзів, невизначеність щодо можливості повернення до свого звичного середовища тощо. Указано, що для таких дітей характерною є посилена травматизація і вони потребують усебічного психологічного супроводу. Досліджено вплив методів арттерапії у стабілізації психоемоційного стану молодшого школяра. Зазначено, що методи арттерапії є безпечними, і через творчість дитина може виражати свої емоції, почуття, розвивати креативність, мислення, пам'ять, увагу, моторику, вербальне спілкування, покращувати навички саморегуляції. Представлено результати досліджень впливу методу ізотерапії на психологічний стан дитини, яка не перебувала в зоні активних бойових дій, і описано особливості роботи з дітьми внутрішньо переміщених осіб, які постраждали від війни. Доведено ефективність методів арттерапії у стабілізації психоемоційного стану дитини, зниженні тривожності, страху, подоланні психологічної травми, зумовленої війною. З'ясовано, що заняття з арттерапії дають можливість обходити захисні механізми психіки і через символічну форму допомагають вивільнити свої почуття, емоції, переживання, які важко вербалізуються, зрозуміти причини проблем, що неусвідомлюються і заважають конструктивній взаємодії з оточуючим світом.

Ключові слова: психіка, молодший шкільний вік, діти внутрішньо переміщених осіб,

арттерапія, методи, психоемоційні стани, ізотерапія.

This article explores the essence of art therapy, its tasks, functions, and mechanisms. The specifics of the impact of art therapy on mental health are described. The psychocorrective effect of art therapy on the psyche of primary school children is analyzed. The main methods of art therapy used in working with children of primary school age to normalize their emotional, intellectual, and behavioral spheres of the psyche are presented. The diagnostic-correctional possibilities of art therapy methods are revealed: fairy tale therapy, music therapy, puppet therapy, isotherapy, plasticine therapy, clay therapy, dough therapy. The psychological characteristics of primary school children are described, with a focus on children of internally displaced persons who have a number of additional stress factors, such as: change of residence, loss of familiar surroundings, change in the circle of friends, uncertainty about the possibility of returning to their usual environment, etc. It is indicated that such children are characterized by increased traumatization and require comprehensive psychological support. The influence of art therapy methods on stabilizing the psycho-emotional state of primary school children is investigated. It is noted that art therapy methods are safe, and through creativity, a child can express their emotions, feelings, develop creativity, thinking, memory, attention, motor skills, verbal communication, improve self-regulation skills. The results of research on the influence of isotherapy method on the psychological state of a child who has not been in an active combat zone are presented, and the specifics of working with children of internally displaced persons who have suffered from war are described. The effectiveness of art therapy methods in stabilizing the psycho-emotional state of children, reducing anxiety, fear, overcoming psychological trauma caused by war, is proven. It is clarified that art therapy sessions make it possible to bypass the defense mechanisms of the psyche and, through symbolic form, help to release feelings, emotions, experiences that are difficult to verbalize, understand the causes of unperceived problems, and hinder constructive interaction with the surrounding world.

Key words: psyche, primary school age, children of internally displaced persons, art therapy, methods, psycho-emotional states, isotherapy.

УДК 364-785-054.73:7.02

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.11>

Куліш О.В.

к.пед.н.,
доцент кафедри психології
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Сірик І.В.

к.псих.н.,
доцент кафедри психології, глибинної
корекції та реабілітації
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Сьогодні українське суспільство переживає складні часи, які зумовлені воєнним станом по всій території України. Багато людей були вимушені залишити свої домівки і переїхати в більш безпечні міста України або поза її межами. Деякі люди втратили своїх близьких, рідних, втратили будинки, пережили складну евакуацію і втратили своє безпечне місце перебування. У кожної людини є багато базових потреб, серед яких є потреба в захисті,

турботі, безпеці. Безумовно, утрата безпечного місця, яке у мирний час надавало захист і безпеку, негативно вплинула на психоемоційний стан особистості. Люди, які проживають на більш безпечних територіях, теж живуть у почутті страху, тривожності, що зумовлено можливою втратою безпечного місця щодня. Тому потреба у психологічній допомозі, стабілізації психоемоційного стану особистості не втрачає своєї актуальності серед україн-

ського населення. Найбільш уразливою категорією є діти, яким доволі складно відреагувати свої емоції вербально, тому актуальності набувають методи арттерапії, які дають змогу у символічній формі, через процес творчості виразити свої емоції та почуття.

Арттерапія – це метод психотерапії, який завдяки процесу творчості надає можливість людині поліпшити свій психоемоційний стан. Дослідженням методів арттерапії займалися такі вчені: А. Бойко, М. Власюк, О. Вознесенська, О. Колпакчи та ін. У сучасному світі арттерапія вважається одним із найбільш швидких і надійних методів у наданні психологічної допомоги. Також арттерапія допомагає у зниженні рівня тривожності, стресу, сприяє поліпшенню комунікативної сфери, підвищенню самосвідомості, лікуванню психологічних травм і підтримці ментального здоров'я. У науковій літературі ментальне здоров'я – це «стан психічного благополуччя, у якому людина може реалізовувати свій потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, працювати продуктивно і робити внесок у життя суспільства» [7, с. 33]. Ознаками ментального здоров'я є здатність людини до емоційної стійкості, вміння розпізнавати та керувати своїми емоціями і почуттями, здатність співпереживати, конструктивно взаємодіяти із соціумом, справлятися зі стресовими ситуаціями. Завдяки емоційній стійкості людина здатна адекватно реагувати на травмівні події, стресові ситуації, події, які викликають емоційну напругу, при цьому зберігаючи емоційну гнучкість, урівноваженість, конструктивність у прийнятті рішень і розвиток здатності до адаптації до різних умов життя. Якщо з певних причин є порушення ментального здоров'я, то у людини знижуються емоційний тонус, емоційна стійкість, підвищується емоційна вразливість, людина стає більш уразливою до стресових ситуацій та подій, знижується енергетичний потенціал у подоланні стресових подій і порушується процес протистояння життєвим труднощам. У такому разі людині складно самостійно вирішити ці труднощі, тому необхідною є психологічна допомога.

Вплив арттерапії на психічне здоров'я особистості вивчався такими вченими, як Е. Крамер, М. Наумбург, А. Хілл та ін. Згідно з науковими поглядами дослідників, завдяки процесу творчості особистість може: розвивати спонтанність та невимушеність поведінки, розвивати пам'ять, мислення, увагу, досліджувати свій життєвий досвід, самовиражатися, розвивати комунікативні та соціальні навички взаємодії, засвоювати нові ролі у соціумі, підвищувати рівень самооцінки, відреагувати емоції та почуття у соціально прийнятній формі, розвивати творчі здібності тощо. Провідними характеристиками арттерапії є: творчий про-

цес (вираження почуттів, емоцій через мистецтво), самовираження (виразити і пізнати свій внутрішній світ), метафора (полегшення розуміння психічних станів), саморегуляція (зняття тривожності, напруження, зменшення страхів, зменшення впливу стресу на організм), самопізнання (глибинне розуміння себе і своїх проблем), поліпшення відносин із терапевтом (сприяє відкритому, щирому спілкуванню), соціальна інтеграція (покращення навичок міжособистісної взаємодії), безоціночність (безумовне прийняття), мова мистецтва (через творчість краще виразити почуття та емоції), креативність, саморефлексія, самоаналіз (аналіз власних думок, почуттів), нові перспективи у розумінні проблем, індивідуалізований підхід, розвиток нових навичок (креативність, виразність), подолання психологічних травм [7]. Завдяки арттерапії людина може виразити свої емоції, почуття через символічну форму, у процесі психологічного діалогу оживлюючи матеріал і наділяючи його емоціями, змістами, які відображають внутрішній життєвий досвід особистості. Також сприяє розвитку нових умінь, навичок та стратегій поведінки.

Сесія арттерапії передбачає: визначення цілей сеансу, вибір необхідних матеріалів, підготовку простору для проведення арттерапії, планування сесії, час для творчості, обговорення та завершення сеансу [7]. Сеанси арттерапії підходять для різних вікових груп та охоплюють різний спектр сфер і проблем. Вона застосовується у психології, психотерапії, соціальній сфері, освіті, реабілітації, онкології, геронтології, психічних відхиленнях, аутизмі, посттравматичних стресових розладах, залежностях, розладах харчування тощо.

Широкий спектр застосування арттерапії для різних вікових категорій. Для дітей дошкільного і молодшого шкільного віку сеанси терапії є безпечними, і через творчість дитина може виражати свої емоції, почуття, розвивати креативність, мислення, пам'ять, увагу, моторику, вербальне спілкування, покращувати навички саморегуляції [1; 6]. Для підлітків арттерапія сприяє підвищенню самооцінки, вирішенню конфліктів серед однолітків, покращує навички міжособистісної взаємодії; також є ефективною для підлітків із групи ризику, які мають схильність до агресивності, аутоагресії, депресії [7]. Для дорослих арттерапія застосовується для подолання тривожності, страху, депресії, наслідків пережитого стресу, психологічної травми. Також для людей, які мають порушення у психічному розвитку. Можна використовувати в бізнесі, колективній роботі для поліпшення міжособистісної взаємодії. Для людей похилого віку сприяє покращенню пам'яті, уваги, емоційного тла.

Сучасний світ має величезний спектр різновидів арттерапевтичних технологій. Серед

типів арттерапії виділяють: мальовничу терапію (малювання, проєктивно-тестові малюнкові методики), скульптурну терапію (глинотерапія, пластилінотерапія, тістопластика), музичну терапію (музикотерапія, вокалотерапія, звукова терапія), танцювальну терапію, фототерапію, колаж, драматерапію, пісочну терапію, письменницьку терапію (казкотерапія, бібліотерапія, творення історій) тощо [1; 3]. Методи арттерапії є багатограними і мають свої особливості застосування у різний віковий період. У межах публікації опишемо основні методи арттерапії, які використовуються у роботі з дітьми молодшого шкільного віку.

Найпоширенішим арттерапевтичним методом у роботі з дітьми молодшого шкільного віку є метод ізотерапії. Це арттерапевтичний метод, який являє собою творче, спонтанне та тематичне малювання. Малювання – це творчий акт, який дає змогу людині вільно, невимушено, у символічній формі виразити свої почуття, емоції, звільнитися від сильних переживань [5]. Процес малювання впливає на активізацію важливих психічних функцій людини: мовлення, мислення, увагу, пам'ять, зосередженість, сприймання тощо. На думку С. Кратохвіла, існують такі різновиди малюнку: вільне малювання (малюнок на вільну тематику), комунікативне малювання (малювання в парах на спільному аркуші паперу, комунікація відбувається лише завдяки образам і символам малюнку), спільне малювання (малювання групою спільного малюнку на ватмані), додаткове малювання (коли малюнок по колу доповнює кожен учасник групи, вносячи свої символи і змісти) [5]. Вагомим у малюнках залишається процес інтерпретації, яка має йти від поверхні вглиб, зосереджується увага на символах, змістах, формах, кольорах, композиції, розташуванні малюнку на аркуші паперу, розмір малюнку (фігур), повторюваність символів, відсутність деталей у малюнку тощо.

Під час застосування ізотерапії у психокорекційній роботі з дітьми психолог має зайняти недирективну позицію, емпатійно сприймати дитину, створювати для неї атмосферу психологічної безпеки, надавати емоційну підтримку, безумовно приймати дитину, допомагати у пошуку форм зображень, сприяти вербалізації та відображенню почуттів дитини тощо. У роботі з дітьми у малюнковій практиці виділяють такі завдання: *предметно-тематичні* (малювання на задану тему, відношення людини з оточуючим світом), *образно-символічні* (створення образів в уяві дитини абстрактних понять «добро/зло», «радість/гнів» тощо), *розвиток образного сприйняття, уяви* (відтворити цілісний об'єкт, «малювання по крапках»), *вправи з образотворчим матеріалом* (експериментування з фарбами, папером), *завдання*

на спільну діяльність (оптимізація у спілкуванні з однолітками, дитячо-батьківських взаємин) [5; 6]. Найпоширенішими техніками малювання є: олівцями, малювання по воді, по склі, краплетерапія, відбитки листя, відтиск овочів, малювання мильними бульбашками, щіткою тощо. У малюнках дитина відображає свої емоції, почуття, відношення до світу, речей, людей у символічній формі, які важко вербалізувати.

Метод казкотерапії – це метод психотерапії, який використовує казку як інструмент роботи з психоемоційними станами, почуттями, поведінковими проявами особистості [4; 7]. Метод казкотерапії сприяє: емоційному вираженню та саморозумінню особистості (за рахунок процесу ідентифікації з героями казок), роботі з психологічними травмами та конфліктами (робота з внутрішніми конфліктами, травматичними спогадами завдяки символізму і метафорі казок), розвитку соціальних навичок та емпатії (аналізуючи дії персонажів, співпереживання та співчуття героям казок), розвитку творчого мислення та уяви (активізація уяви, спонтанності, творчого мислення), підвищенню самооцінки (наслідування поведінки героїв, позитивних якостей), підсиленню почуття надії (казки з щасливим закінченням можуть надихати на успішне подолання життєвих труднощів), подоланню страхів та тривоги (на прикладі подолання страхів героями казок), самопізнанню (за рахунок процесів ідентифікації) тощо [7]. Казкотерапія у роботі з дітьми є ефективним способом для розвитку творчої діяльності, інтелектуальних здібностей, сприяє зниженню агресії, допомагає у роботі з гіперактивними дітьми у спрямуванні енергії у конструктивне русло, повернути стан спокою, емоційної рівноваженості тощо [6]. Основними методами роботи з використанням казки є: розповідь та обговорення казок (аналізуються почуття, які викликає казка, дії персонажів, відношення дитини до ситуацій, які висвітлено в казці), створення власних казок (досліджуються переживання, страхи, мрії, почуття дитини), малювання за мотивами казки (створення ілюстрації до казок, візуалізація та обробка емоцій, почуттів через символи, образи), переписування казок (змінити сюжет казки, що дає змогу звільнитися від внутрішнього напруження і знайти прийнятний вихід розгортання сюжету відповідно до потреб дитини), програвання епізодів казки (приміряння та програвання ролей персонажів казки), ігрова терапія з елементами казок, використання казки як притчі-моралі (метафора варіанта вирішення життєвих ситуацій) та ін. [7]. Такі форми з використанням казки можна змінювати в процесі психокорекційної роботи залежно від індивідуальних потреб людини.

Метод музикотерапії використовує музику як корекційний інструмент. Даний метод застосовують під час роботи зі страхами, емоційною заблокованістю, рухових та мовних розладів, відхилень у поведінці, психосоматичних хвороб тощо. Завданнями музикотерапії є: емоційне розвантаження (допомагає виразити емоції, почуття), когнітивний розвиток (покрощує увагу, пам'ять, мислення), поліпшення фізичної координації та моторики, комунікативних навичок, релаксація, зменшення тривоги, саморефлексія, робота з наслідками пережитих психологічних травм тощо [8]. У науковій літературі виділяють такі види музикотерапії: активну (гра на музичних інструментах, спів, вокалотерапія, імпровізація, створення музичних творів, композицій), пасивну (прослуховування музики, медитація, релаксація, рефлексія). У роботі з дітьми музикотерапію можна застосовувати в індивідуальній і груповій формах. Музикотерапія у дитячому віці сприяє: розвитку моторних навичок, стимуляції імунної системи, поліпшенню настрою, емоційного стану, зниженню тривожності, заспокоєнню, покращенню соціальної взаємодії та комунікації [8].

Метод пластилінотерапії, глинотерапії та тістопластики використовують у своїй основі ліпка. Ліпка – це творчий метод, який передбачає створення різних скульптур, фігурок, об'єктів із різного матеріалу, глини, пластиліну, тіста. У процесі ліплення людина може виразити свої емоції, створити об'єкти, які відображають її думки, почуття, бажання, полегшити процес вираження емоцій у роботі з людьми з освітніми потребами, створені образи метафорично відображають внутрішній світ людини, проблеми, стани, також сприяє розвитку творчості та фантазій. Пластилінотерапія – це метод арттерапії, який спрямований на розвиток важливих функцій організму (мовлення, сприйняття, мислення, уваги тощо) [7]. Даний метод сприяє гармонізації внутрішнього стану особистості, самопізнанню, самовираженню, дослідженню внутрішнього конфлікту особистості завдяки візуальній формі тощо.

Близьким є метод глинотерапії – напрям арттерапії, який спрямований на дослідження та актуалізацію внутрішнього світу дитини. Даний метод застосовують під час роботи зі страхами, тривожністю, стресовими станами, при труднощах емоційного розвитку, зниженні емоційного тону, низькому рівні самоконтролю, імпульсивності, психосоматичних проблемах, втраті та горі тощо [7]. Під час роботи з дітьми глинотерапія допомагає у розвитку дрібної моторики, творчих здібностей, інтелекту, мотивації, сенсорній стимуляції, підвищенні самооцінки тощо.

Тістопластика – метод арттерапії, який допомагає активізувати на символічному рівні

динаміку внутрішнього світу людини, усвідомити та пропрацювати травмівний досвід, відреагувати емоції у процесі творчої діяльності. Даний метод передбачає такі функції: корекційно-розвивальну (розвиток моторики, мовлення), навчальну, комунікативну (спільна діяльність у групі), виховну (правила поводження з матеріалом), релаксаційну [7]. У роботі з дітьми метод тістопластики є цілком безпечним, можна додавати кольорові барвники або розмальовувати готові вироби фарбами. Діти роблять із тіста аплікації, відбитки фігурок, поробки з героями казок, ліплення картин та деталізованих фігур тощо. Сам процес для дітей є захоплюючим і вже в процесі виготовлення поробок несе психокорекційний ефект.

Метод лялькотерапії – це метод арттерапії, який заснований на процесах ідентифікації дитини з іграшкою, героєм казки, фільму, мультфільму. Даний метод використовують у діагностиці, усвідомленні патернів поведінки, розвитку процесу саморегуляції, покращенні комунікативних навичок та соціальної взаємодії, корекції страхів, для розвитку мислення, мовлення, становлення статево-рольової ідентичності [7]. Метод лялькотерапії передбачає використання або готових ляльок, іграшок, або створення ляльок дитиною власноруч. Для лялькотерапії можна використовувати пальчикові ляльки, тінюві ляльки, ляльки-маріонетки, мотузкові ляльки, площинні ляльки, перчаточні ляльки, об'ємні ляльки тощо. Основними прийомами роботи з використанням ляльки є: вимовляння звуків лялькою (для дітей із вадами мовлення, логопедичні ляльки); листування з лялькою; написання історії, казки від імені ляльки; програвання казкових сюжетів лялькою; інклюзивна лялька (розширення світосприйняття дитиною людей з інвалідністю) тощо. У роботі з дітьми метод лялькотерапії допомагає: у корекційній роботі зі страхами, порушеннями в поведінці, вадами мови, заїкуватістю, припрацюванню психологічних травм, вираженні емоцій, почуттів за допомогою ляльки, зменшенню емоційної напруги та зняттю нервово-психічної напруги тощо.

Існує багато напрямів і методів арттерапії, які можна використовувати у роботі з дітьми і дорослими, але в межах даної публікації ми зосередили основну увагу на тих методах, які застосовували в роботі з дітьми молодшого шкільного віку в межах дослідження заявленої теми публікації. Коротко зупинимося на особливостях розвитку дитини молодшого шкільного віку.

Згідно з теорією розвитку Е. Еріксона, особистість проходить вісім стадій психосоціального розвитку. Кожен віковий період супроводжується новоутвореннями, провідною психологічною діяльністю та кризою. Молодший шкіль-

ний вік (6–11 років) відповідає четвертій стадії розвитку особистості. Даний період є складним у становленні, тому що дитина переходить з ігрової діяльності у навчальну, адаптується до нової діяльності, до школи, переживає кризу семи років з усіма поведінковими наслідками. На зміну звичним поведінковим шаблонам приходять нові. Базальною потребою цього віку залишається почуття поваги. Дитина прагне відчувати повагу, відношення до неї як до дорослої особистості та визнання її суверенітету. Якщо ця потреба не задовольняється, порушуються стосунки з оточуючим світом. У цей період діти вчаться задовольняти свої фізичні та духовні потреби тими способами, які є для них прийнятними і які схвалені соціумом. Якщо у дитини виникають труднощі у засвоєнні норм, правил поведінки, то може формуватися відчуття закритості, самообмеження. Заохочення самостійності у молодшому шкільному віці сприяє розвитку інтелекту, ініціативності. Якщо прояви самостійності не мають успішної реалізації або караються батьками (критика, засудження), у дитини виникає почуття провини, яке заважатиме у подальшій реалізації, прагненні до самостійності, прийнятті відповідальності тощо [2].

Провідною діяльністю у молодшого школяра є навчання. Важливо полегшити дитині процес адаптації та переходу від ігрової діяльності до навчальної. Вагомого значення у шкільному віці набуває особистісна і інтелектуальна рефлексія. Відбуваються зміни у корекції свого мислення, розвиток логіки та теоретичних знань. Також супутніми у цей період є багато чинників, які впливають на самооцінку дитини.

Провідним чинником у становленні особистості молодшого шкільного віку є переживання кризи шести-семи років. Відбуваються зміни як на емоційному, так і на когнітивному та поведінковому рівнях розвитку особистості. Іноді цю кризу окреслюють як «шкільна криза», адже на шляху адаптації до школи дитина стикається з новими правилами, цінностями, вимогами, завданнями тощо. Починають формуватися більша відповідальність і адаптація до нового колективу. На цьому шляху у дитини можуть виникати різні труднощі, пов'язані з проблемами комунікації з оточуючими людьми, амбівалентні почуття, проблеми у мотиваційній сфері та самооцінці [2].

Чинниками, які впливають на виникнення кризи молодшого шкільного віку, є: фізичний розвиток (зміни у фізичному розвитку), когнітивний розвиток (пам'ять, мислення, увага та їх зміна у зв'язку з новими навчальними завданнями, навантаженням), адаптація до школи (дотримання нових правил, проходження процесу соціалізації у школі), соціальні зміни (формування соціальної ідентичності, нові зв'язки із соціальним оточенням), під-

вищення рівня відповідальності (виконання нових завдань, вимог), вплив однолітків (оцінка однолітків, сприйняття, прийняття в колективі) [2]. Ознаками переживання дитиною кризи є: часті зміни в настрої, зниження навчальної мотивації, проблема у спілкуванні, проблема у самооцінці, залежність від думки однолітків, зміни в поведінці, проблеми з відповідальністю тощо.

Переживання цієї кризи у кожної дитини є індивідуальними і залежать від багатьох чинників: від підтримки і схвалення з боку батьків, найближчого соціального оточення, індивідуальних психологічних особливостей дитини, ролі першого вчителя, прийняття дитини шкільним колективом тощо. Однак існує безліч інших травмівних ситуацій, які впливають на психоемоційний стан молодшого школяра: психологічні проблеми, психологічні травми, втрати, катастрофи, війни тощо. Тому в межах нашого дослідження ми зробили акцент на дослідженні та відновленні психоемоційного стану дитини, яка постраждала від війни.

Емпіричне дослідження полягало у діагностиці та корекції психоемоційних станів дітей молодшого шкільного віку методами арттерапії. У дослідженні взяли участь 46 осіб віком від 6–10 років на базі ЗОШ м. Черкаси і одного з БФ м. Черкаси. У дослідженні взяли участь діти, які не були в зоні активних бойових дій (28 осіб), і діти, які переїхали з тимчасово окупованих територій (18 осіб). Досліджуваним було запропоновано намалювати малюнки в три етапи на теми: «Кактус», «Малюнок людини», «Я як рослина». Для вибірки матеріалу дітям було запропоновано олівці, фарби, скетч-маркери. Методика «Кактус» спрямована на дослідження психоемоційної сфери дитини, почуття агресії, її спрямованості та інтенсивності. Методика «Малюнок людини» дає змогу дослідити психоемоційний стан особистості, тривожність, агресивність. Як шаблон для малювання дітям було запропоновано готовий контур людини в повний зріст. Завдання полягало у тому, щоб розмалювати фігуру людини різними кольорами, а потім кожен колір проасоціювати, з якими емоціями він асоціюється. Методика «Я як рослина» спрямована на дослідження психоемоційного стану дитини, власного сприйняття.

Згідно з результатами проведених методик, спостерігавши за дітьми, зробивши аналіз стенографічного матеріалу, ми отримали такі висновки. Згідно з методикою «Кактус», у більшості дітей, які не перебували в зонах активних бойових дій, характерними є такі тенденції: помірний рівень напруги, почуття впевненості в собі, прагнення до самоконтролю, самовираженості, гармонії, контактності, переважно екставертованості, відкритості, спрямованості на соціум, але у деяких дітей спостерігалось

почуття самотності, нерішучості, пригнічення активності. У дітей, які були змушені переїхати з тимчасово окупованих територій, характерними були такі тенденції: високий рівень психоемоційної напруженості, тривожності (що проявлявся у тиску на олівець, сильній заштриховці деталей малюнку), потреба в підтримці і залежності від близьких, невпевненість, переважно інтровертованість, відчуття закритості, заблокованості в емоційній сфері, але у деяких дітей були наявними риси екстравертованості, активності.

За результатами проведеної методики «Малюнок людини» діти, які не перебували на територіях, де велись активні бойові дії, у малюнках переважно використовували теплі кольори, характерними є емоційна лабільність, активність, зацікавленість, помірний рівень тривожності та напруги, стан емоційної та фізичної активності, хоча у деяких дітей спостерігалися почуття закритості, невпевненості. Внутрішньо переміщені діти переважно використовували бліді кольори, спостерігалось обмеження у використанні кольоровою гамі (два-три кольори), що свідчить про емоційну ригідність, замкнутість, почуття страху, тривожності, самотності, занурення у себе, однак були діти з помірним рівнем напруженості та тривожності.

Згідно із власними спостереженнями, під час роботи з внутрішньо переміщеними дітьми слід урахувати декілька чинників: довготривалість перебування дитини на територіях, де велись активні бойові дії, особливості евакуації, специфіку перебігу процесу адаптації до нових умов життя, наявність близьких і рідних людей поруч, наявність підтримки і довготривалість відвідування психолога чи психологічних тренінгів. Залежно від цих чинників психоемоційний стан дитини мав свою специфіку. Із внутрішньо переміщеними дітьми проводилася довготривала психологічна робота впродовж шести місяців. У роботі переважно використовувались арттерапевтичні методи: малювання, тістопластика, пластилінотерапія, казкотерапія, творення історій, лялькотерапія та ін. Після проходження психологічних занять дітям було запропоновано малюнкову методику «Я як рослина» і знову «Малюнок людини». У результаті аналізу матеріалів отримали такі результати: підвищення психоемоційного стану, підвищення чутливості, сенситивності, адаптованості, зниження рівня тривожності, у деяких дітей стан спокою був переважаючим, підсилилося почуття впевненості, власної сили, легкості, поліпшилися настрої і загальний психоемоційний фон.

Отже, молодший шкільний вік є вагомим у закладанні фундаменту до подальшого

навчання у школі. Залежно від того, як пройде процес адаптації дитини до школи, залежатиме її подальше навчання у школі. Нові соціальні умови супроводжуються у дитини почуттям підвищеної тривожності, змінами в настрої, зниженням активності тощо. Цей процес ускладнюється у внутрішньо переміщених дітей, адже, крім вище зазначених процесів, додаються додаткові травмуючі чинники, які впливають на психоемоційний стан дитини. Тому для стабілізації психоемоційного стану дітей, полегшення процесу адаптації, налагодження комунікації з однолітками, батьками, зменшення рівня тривожності, страхів, підвищення рівня самооцінки ефективними є арттерапевтичні методи. Останні допомагають обходити захисні механізми психіки і через символічну форму допомагають вивільнити свої почуття, емоції, переживання, які важко вербалізуються, зрозуміти причини проблем, котрі не усвідомлюються і заважають конструктивній взаємодії із соціумом.

Перспективу подальших досліджень убачаємо у розвитку та застосуванні методів арттерапії у роботі з різною віковою категорією, особливо з внутрішньо переміщеними особами. На жаль, велика кількість людей України потребує психологічної допомоги та підтримки під час дії воєнного стану і буде потребувати її після його припинення, адже стабілізація психоемоційного стану людини – довготривалий процес.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бойко А. Використання артпедагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. *Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки»*. 2014. № 5. С. 68–73.
2. *Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник* / О.В. Скрипченко та ін. Київ : Просвіта, 2001. 416 с.
3. Власюк М. Арттерапія: лікування мистецтвом. *Відкритий урок: розробки, технології, досвід*. 2008. № 7(8). С. 90.
4. Вознесенська О., Мова Л. Арттерапія у роботі практичного психолога: використання арттехнологій в освіті. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.
5. Герасимова Ю.А. Методичний посібник: Арттерапевтичні технології. Ізотерапія у роботі з дітьми дошкільного віку. Кривий Ріг, 2020. 32 с.
6. Ілійчук Л. Педагогічні умови використання арттерапії в освітньо-виховному просторі початкової школи. *Наукові записки. Психолого-педагогічні науки*. 2016. № 2. С. 114–118.
7. Колпакчи О. Арттерапія : курс лекцій. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 288 с.
8. Побережна Г.І. Музикотерапія як інноваційна технологія особистісного розвитку. *Вища освіта України*. 2010. № 3. С. 87–97.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF BULLYING AMONG ADOLESCENTS

Статтю присвячено дослідженню соціально-психологічних чинників булінгу в освітньому середовищі серед підлітків. Проблема насильства серед школярів набуває дедалі більшої асоціальної спрямованості, привертаючи увагу психологів, педагогів, соціологів, правознавців. Зазначено, що сьогодні в нашій країні підлітки живуть у період стрімких змін соціально-економічних умов та політичної напруги, що часто призводить до посилення проявів агресії з їхнього боку. Тривожним чинником є високий рівень агресивності підлітків, оскільки він негативно впливає не тільки на навчальну діяльність, стосунки з батьками, друзями, однолітками, індивідуальний розвиток, а й на їхню майбутню особистісну успішність. Агресивні прояви спричиняють порушення емоційної сфери особистості підлітка, його психічного здоров'я, сприяють посиленню морального дисонансу, формуванню стресових і депресивних станів.

Підлітки є уразливою категорією, оскільки у цьому віці формуються власна система сприйняття світу, ставлення до нього та майбутнього, цінності та пріоритети, а незадоволення потреб у цих сферах може призвести до агресивних реакцій та неадекватних проявів поведінки.

Проведене емпіричне дослідження дало змогу констатувати, що причинами булінгу серед підлітків є як зовнішні чинники, так і вікові, індивідуальні особистісні особливості самих підлітків, включених у ситуацію цькування. Явище булінгу серед підлітків проявляється прямо та опосередковано через фізичну та вербальну агресію. Проведене емпіричне дослідження дало змогу з'ясувати особливості соціально-психологічних чинників булінгу серед підлітків, це насамперед: вербальна агресія та негативне ставлення; ворожість через власне почуття провини; намагання підлітка самоствердитися серед ровесників, фізична агресія через незадоволену потребу в увазі та схваленні.

Актуальними залишаються проблема нівелювання проявів булінгу серед підлітків, розроблення та впровадження у систему роботи освітніх психологічних служб програми психопрофілактичних і психокорекційних заходів із метою висвітлення особливостей булінгу в шкільних колективах, сприяння формуванню негативного ставлення до булінгу, пошуку альтернативних (соціально прийнятних) методів вираження агресивних проявів, формування навичок саморегуляції, оптимізації соціальної взаємодії між підлітками.

Ключові слова: насильство, булінг, агресія, підлітки, ворожість, почуття провини,

освітнє середовище, психопрофілактика, психокорекція.

The article is devoted to the study of social and psychological factors of bullying in the educational environment among teenagers. The problem of violence among schoolchildren is becoming increasingly antisocial, attracting the attention of psychologists, teachers, sociologists, and jurists. It is noted that today in our country, teenagers live in a period of rapid changes in socio-economic conditions and political tension, which often leads to increased manifestations of aggression on their part. A worrying factor is the high level of aggressiveness among teenagers, as it negatively affects not only educational activities, relationships with parents, friends, peers, individual development, but also their future personal success. Aggressive manifestations cause a violation of the emotional sphere of the teenager's personality, his mental health, contribute to the strengthening of moral dissonance, the formation of stressful and depressive states. Adolescents are a vulnerable category, because at this age they form their own system of perception of the world, attitudes towards it and the future, values and priorities, and failure to meet needs in these areas can lead to aggressive reactions and inappropriate behavior.

The conducted empirical research made it possible to state that the causes of bullying among teenagers are both external factors and age-related, individual personal characteristics of the teenagers involved in the bullying situation. The phenomenon of bullying among teenagers manifests directly and indirectly through physical and verbal aggression. The conducted empirical research made it possible to find out the peculiarities of social and psychological factors of bullying among teenagers, these are, first of all: verbal aggression and negative attitude; hostility due to one's own guilt; a teenager's attempt to assert himself among his peers, physical aggression due to an unsatisfied need for attention and approval.

The problem of leveling the manifestations of bullying among teenagers, the development and implementation of a program of psycho-prophylactic and psycho-corrective measures in the system of work of educational psychological services, with the aim of highlighting the peculiarities of bullying in school groups, promoting the formation of a negative attitude towards bullying, and finding alternative (socially accepted) methods of expressing aggressive manifestations remains relevant., formation of self-regulation skills, optimization of social interaction between teenagers.

Key words: violence, bullying, aggression, teenagers, hostility, guilt, educational environment, psychoprophylaxis, psychocorrection.

УДК 159.316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.12>

Лялюк Г.М.

д.пед.н.,

доцент кафедри теоретичної психології
Львівський державний університет
внутрішніх справ

Вступ. Останнім часом проблема насильства серед школярів набуває дедалі більшої асоціальної спрямованості, привертаючи увагу психологів, педагогів, соціологів, правознавців та ін. Насильство в школах сьогодні є радше правилом, аніж винятком, та особливо швидко поширення набуває серед підлітків.

Усе більше загострюється проблема булінгу в освітньому середовищі, зокрема Україна, за даними ВООЗ, посідає четверте місце серед країн Європи за рівнем підліткової агресії [2].

Сьогодні в нашій країні підлітки живуть у період стрімких змін соціально-економічних умов та політичної напруги, що часто призво-

дить до посилення проявів агресії з їхнього боку. Тривожним чинником є високий рівень агресивності підлітків, оскільки він негативно впливає не тільки на навчальну діяльність, стосунки з батьками, друзями, однолітками, індивідуальний розвиток, а й на їхню майбутню особистісну успішність. Агресивні прояви спричиняють порушення емоційної сфери особистості підлітка, його психічного здоров'я, сприяють посиленню морального дисонансу, формуванню стресових і депресивних станів.

Проблема насильства та агресії привертала увагу багатьох дослідників (А. Адлер, М. Бутовська, А. Бандура, В. Вишневська, Дж. Доллард, Д. Лейн, О. Літвінова, І. Маковська, Л. Найдьнова, Д. Ольвеус, К. Плутицька, І. Ріверс, Д. Річардсон, Л. Семенюк, А. Стаценко та ін.).

Саме завдяки науковим працям Д. Олвуса та Е. Роланда у 1978 р. поняття «булінг» було введено в науковий обіг та набуло широкого поширення. Автори трактували булінг як ситуацію у шкільному колективі, у якій учень систематично та тривалий час стає об'єктом негативних дій та нападів із боку одного чи декількох однокласників [8].

Досліджуючи основні причини булінгу, учені виокремлюють такі: із боку жертви – занижена чи завищена самооцінка, зовнішність, діалект, страх та тривожність, надмірна чутливість, явно виражені фізичні вади, успішність, нав'язування усім своєї ідеї, порушення правил та кордонів інших; із боку булера – помста, привернення уваги, боротьба за владу, відновлення справедливості, заздрість, самоствердження, усунення суперника, відчуття ворожості [3; 5; 6].

Вивчаючи проблему насильства та агресії, булінгу серед підлітків, учені приділяють увагу аналізу психологічної природи цькування, опису його форм та видів, а також розробленню комплексу психопрофілактичних заходів щодо його запобігання.

Підлітки є уразливою категорією, оскільки у цьому віці формуються власна система сприйняття світу, ставлення до нього і майбутнього, цінності та пріоритети, а незадоволення потреб у цих сферах може призвести до агресивних реакцій і неадекватних проявів поведінки [1]. Досягнення підлітка пов'язані з бурхливим зростанням знань, навичок, формуванням моралі та відкриттям «Я», освоєнням нової соціальної позиції. Підліткові втрати корелюють зі зникненням дитячого сприйняття світу, безтурботним і безвідповідальним способом життя. Тому цей час асоціюється із сумнівами, підліток намагається відшукати правду в собі та в інших людях, привернути увагу, розуміння й довіру дорослих. [4]. А. Адлер уважав, що однією з причин агресивних проявів є мета підлітка самоствердитися й позбутися комплексу неповноцінності [1].

Як констатує О. Літвінова, підлітки з низьким рівнем проявів фізичної та вербальної агресії та високим рівнем толерантності переважно займають позицію жертви у соціальній структурі булінгу. Такі підлітки не здатні відповісти на образи з боку ровесників, самотійно відстояти себе, тому їх найчастіше у колективі підлітків ізолюють. Більшість підлітків, які є ініціаторами булінгу, має високий рівень агресії та низький рівень толерантності, їм притаманні жорстокість, нестриманість, нетерпимість до інших [4].

До вікових особливостей, що зумовлюють агресивні прояви у підлітків, дослідники також відносять загострення акцентуацій характеру, зростаючий рівень фізичної активності, що може проявлятися у задирливості, псуванні речей тощо; вияви соціальної активності, яку дорослі не завжди підтримують; посилене прагнення до спілкування з ровесниками [7]. Отже, причини булінгу серед підлітків учені пов'язують як із зовнішніми чинниками, так і з віковими, особистісними особливостями самих підлітків, включених у ситуацію цькування.

Незважаючи на численні наукові розвідки, проблема вивчення соціально-психологічних чинників булінгу серед підлітків, пошуку шляхів його психопрофілактики не втрачає своєї актуальності та потребує подальших досліджень.

Виклад основного матеріалу дослідження. Поняття «булінг» у перекладі з англ. (bullying) означає цькування, залякування [3]. Булінг асоціюється зі шкільним цькуванням [6] та є за своєю суттю тривалим фізичним або психологічним насильством із боку індивіда або групи щодо індивіда, не здатного захистити себе у цій ситуації [7]. Булінг розглядається як «свідоме, тривале насильство, яке не носить характеру самозахисту та походить від однієї людини або кількох людей» [5, с. 124], а також як «залякування, фізичний або психологічний терор, спрямований на те, щоб викликати в людини страх» [6, с. 79].

Більшість авторів стверджує, що булінг є, насамперед, проявом агресії, явної чи прихованої. Американські дослідники І. Ріверс та П. Сміт виділяють три типи агресії, якими характеризується ситуація булінгу: пряма фізична агресія (безпосередній фізичний контакт учасників булінгу), пряма вербальна агресія (погрози, обзивання) та непряма вербальна агресія (поширення пліток та неправдивої інформації про жертву) [6].

За своєю природою, як показує практика, шкільний булінг є складним, системним і комплексним соціально-психологічним явищем, яке розвивається у ситуаціях ворожнечі, страху та конфлікту. Це природно проявляється позашкільним часом, коли контроль дорослих є меншим або відсутнім. Це можуть

бути сходи, роздягальні, туалети, коридори, спортивні майданчики, шкільні подвір'я чи позакласні зони.

Жертва може бути як випадково вибраною серед однокласників, так і сама, передчуваючи можливість стати жертвою булінгу, стає його ініціатором. Жертвами шкільного цькування, не завжди, але часто, стають підлітки дуже чутливі, які не здатні відстояти свою позицію. Ці підлітки не в змозі настояти на своєму, не можуть показати впевненість у собі, своїх можливостях [7].

Із метою вивчення соціально-психологічних чинників булінгу серед підлітків нами було проведено емпіричне дослідження, у якому взяли участь 58 учнів 7–8-х класів, котрі навчаються у Львівській державній комунальній середній загальноосвітній школі № 2. Із них 31 дівчина і 27 хлопців. Відповідно до мети дослідження, нами було підібрано відповідний психологічний інструментарій: методика «Шкала самооцінки мотивації схвалення» Д. Крауна – Д. Марлоу; методика А. Басса – А. Дарка (в адаптації О. Осницького) «Визначення показників та форм агресії»; анкета «Проблеми шкільного насильства» (модиф. О. Герженій).

Опитувальник «Шкала самооцінки мотивації схвалення» Д. Крауна – Д. Марлоу дає змогу вивчити особливості потреби підлітків у схваленні, готовності відповідати соціальним нормам на основі підсумкового показника «мотивації схвалення». Методика А. Басса – А. Дарка (в адапт. О. Осницького) дала змогу визначити переважаючі форми агресії у підлітків за вісьмома параметрами.

1. Фізична агресія – застосування фізичного насильства до іншої людини.

2. Вербальна агресія – вираження негативних почуттів як через форму (сварка, крик), так і через зміст словесного висловлювання.

3. Непряма агресія – агресія, спрямована на іншу людину (злісні плітки, жарти), а також агресія, не спрямована ні на кого (вибрана злість, що проявляється криком, тупотом, кулаками по столу тощо).

4. Дратівливість – готовність за найменшого занепокоєння проявити запальність, суворість, грубість.

5. Негативізм – опозиційна форма поведінки, як правило, спрямована проти влади чи лідерства; ця поведінка може розвиватися від пасивного опору до активної боротьби з установленими звичаями та законами

6. Образа – заздрість і ненависть до інших, викликана почуттям озлобленості, злоби на весь світ за реальні чи уявні страждання.

7. Недовіра – недовіра та обережність до людей, заснована на переконанні, що інші мають намір заподіяти шкоду.

8. Почуття провини – виражає можливу втому випробуваного, переконання, що він погана людина, надходить злісно, наявність докорів сумління.

Для аналізу взаємозв'язків між шкалами методик та запитаннями анкети нами було застосовано кореляційний аналіз Спірмена, згідно з яким було встановлено, що існує кореляційний зв'язок між віком досліджуваних та шкалою «Схильність до підозр» ($r = 0,28$, $p \leq 0,05$), а також «Ворожість» ($r = 0,27$, $p \leq 0,05$). Тобто процес дорослішання підлітків співвідноситься з тенденцією до збільшення у них підозрілості, схильності до недовіри, надмірної критичності та ворожості.

Також, згідно з результатами аналізу, нами встановлено, що існує кореляційний зв'язок між питанням «Як ви вважаєте, чи можна спрогнозувати випадки булінгу?» та шкалами «Образа» ($r = 0,27$, $p \leq 0,05$), «Ворожість» ($r = 0,31$, $p \leq 0,05$). Підліткам, які відповіли, що випадки булінгу можна спрогнозувати більшою мірою, будуть притаманні такі характеристики, як схильність до образ та ворожість.

Також встановлено кореляційний зв'язок між питанням «Хто найчастіше здійснює акти агресії?» і шкалою «Відчуття провини» ($r = 0,27$, $p \leq 0,05$). Тобто у підлітків, які відповіли, що випадки булінгу найчастіше здійснює група підлітків чи старшокласників, почуття провини є більш вираженим.

Застосування факторного аналізу дало змогу встановити основні причини булінгу серед досліджуваних нами підлітків.

У результаті факторного аналізу нами виокремлено три основні чинники. У табл. 1 представлено шкали опитувальників, а також результати їх факторизації.

Фактор 1 (29, 1% дисперсії) містить три змінні («Вербальна агресія», «Дратівливість», «Негативізм»). У цілому цей фактор містить показники, що характеризують агресію, яка виражається через слова, виражену дратівливість та негативізм. Як бачимо, вербальна агресія та негативне ставлення є досить вагомими чинниками булінгу серед досліджуваних нами підлітків.

Фактор 2 (19, 6% дисперсії) містить три змінні («Образа», «Відчуття провини», «Схильність до підозр»). У цілому він відображає те, як той чи інший підліток відчуває образу, наскільки він підозрілий та наявність у нього відчуття провини після агресії. Як бачимо, ворожість через власне почуття провини є одним із чинників булінгу.

Фактор 3 (15,2% дисперсії) містить три змінні («Потреба у схваленні», «Фізична агресія», «Непряма агресія»). У цілому містить показники, які виражають відсутність непрямой агресії та застосування фізичної агресії через бажання отримати увагу або схвалення ото-

Результати факторного аналізу шкал опитувальників

Шкали	Факторні навантаження		
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Вербальна агресія	0,787		
Дратівливість	0,736		
Негативізм	0,681		
Образа		0,861	
Відчуття провини		0,796	
Схильність до підозр		0,691	
Потреба у схваленні			0,632
Фізична агресія			0,611
Непряма агресія			-0,580
Відсоток дисперсії	29,1%	19,6%	15,2%

чуючих. Намагання підлітка самоствердитися серед ровесників, фізична агресія через незадоволену потребу в увазі та схваленні виступає одним із соціально-психологічних чинників булінгу серед підлітків.

Окрім того, нами проведено порівняльний аналіз за критерієм Манна – Уїтні, і встановлено, що між групою тих, хто зазнавав булінгу у школі, та групою тих, хто булінгу у школі не зазнавав, статистично значущих відмінностей у вияві досліджуваних параметрів не виявлено. Отже, ймовірно вплив булінгу не поширюється на дані характеристики та не впливає на їх зміну.

Проте завдяки проведеному ще одному порівняльному аналізу (вже за критерієм Краскала – Уолліса) встановлено, що між групами осіб, які стикалися з різним видом булінгу, існують статистично значущі відмінності у вияві досліджуваних параметрів.

Так, найбільш виражений загальний рівень агресивності зафіксовано в підлітків, які вказали, що не стикалися з булінгом (і які, ймовірно, можуть бути потенційними булерами), а найменший рівень агресивності зафіксовано в підлітків, які стикалися з булінгом, який передбачав уживання прізвиськ ($N = 9,870$, $p \leq 0,05$).

Найбільш вираженою є вербальна агресія, зафіксована у підлітків, які вказали, що стикалися з булінгом (який передбачав глузування ($N = 9,870$, $p \leq 0,05$)), найменш виражений рівень вербальної агресії притаманний підліткам, які стикалися з булінгом, який передбачав уживання прізвиськ ($N = 11,960$, $p \leq 0,05$).

Також завдяки проведеному порівняльному аналізу Краскала – Уолліса встановлено, що між групами осіб, які по-різному вважають «Чи повинні ті, хто здійснює булінг (цькування), нести покарання за свої дії?», існують статистично значущі відмінності у вияві досліджуваних параметрів.

Найбільша вираженість дратівливості наявна у підлітків, які вказали, що «так – ті, хто здійснює булінг (цькування), повинні нести покарання за свої дії», а найменша вираженість дратівливості зафіксована у підлітків, які вказали, що «ні – ті, хто здійснює булінг (цькування), не повинні нести покарання за свої дії» ($N = 7,264$, $p \leq 0,05$).

Висновки. Причинами булінгу серед підлітків є як зовнішні чинники, так і вікові, індивідуальні особистісні особливості самих підлітків, включених у ситуацію цькування. Явище булінгу серед підлітків проявляється прямо та опосередковано через фізичну та вербальну агресію. Проведене емпіричне дослідження дало змогу з'ясувати особливості соціально-психологічних чинників булінгу серед підлітків, це насамперед: вербальна агресія та негативне ставлення; ворожість через власне почуття провини; намагання підлітка самоствердитися серед ровесників, фізична агресія через незадоволену потребу в увазі та схваленні.

Актуальними залишаються проблема нівелювання проявів булінгу серед підлітків, розроблення та впровадження у систему роботи освітніх психологічних служб програми психопрофілактичних та психокорекційних заходів із метою висвітлення особливостей булінгу в шкільних колективах, сприяння формуванню негативного ставлення до булінгу, пошуку альтернативних (соціально прийнятих) методів вираження агресивних проявів, формування навичок саморегуляції, оптимізації соціальної взаємодії між підлітками.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Благута Р.І. Механізми виникнення агресії підлітків. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2003. Т. V. Ч. 4. С. 46–51.
2. Булінг. Ситуація в Україні. *Дитячий фонд ООН UNICEF*. 2016. URL: <https://www.stopbullying.com.ua/adults/statistics>
3. Король А.В. Причини та наслідки явища булінгу. *Відновне правосуддя в Україні*. 2009. № 1–2(13). С. 84–93.

4. Літвінова О.В. Дослідження психологічних чинників підліткового булінгу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. № 4. С. 183–189.

5. Найдьонова Л.А. Гуманізація стосунків через подолання цькування в шкільній спільноті. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* : збірник статей АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2007. С. 123–129.

6. Плутицька К.М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2017. № 29. С. 78–80.

7. Стельмах С.В. Булінг у школі та його наслідки. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2011. Вип VI. С. 485.

8. Olweus, D. Stability of aggressive reaction patterns in males: A review. *Psychological Bulletin*. 1979. № 86. P. 852–875.

ОСОБЛИВОСТІ РЕГУЛЯТИВНОГО КОМПОНЕНТА ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ОСВІТИ З РІЗНИМ РІВНЕМ КВАЛІФІКАЦІЇ

PECULIARITIES OF THE REGULATORY COMPONENT OF PROFESSIONAL SELF-CONSCIOUSNESS OF EDUCATORS WITH DIFFERENT LEVELS OF QUALIFICATION

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження особливостей регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти з різним рівнем кваліфікації. Підкреслено, що питання регуляції педагогами власної активності як фахівців не втрачає актуальності у мінливих умовах сьогодення, оскільки важливо звертати увагу на те, які вимоги працівники освіти висувають до самих себе, якими вони бачать себе у професії та наскільки оцінюють свою здатність до виконання професійних функцій, що відбувається на основі розвитку їхньої професійної самосвідомості.

У результаті теоретичного аналізу було виявлено, що під регулятивним компонентом професійної самосвідомості працівників освіти розуміють саморегуляцію у розв'язанні педагогічних завдань, а також потенційні поведінкові реакції у ситуаціях професійної діяльності. Це здатність фахівця діяти на основі знань про себе і ставлення до себе. Вона реалізується у діях, спрямованих на розкриття професійних інтересів та досягнення ефективних результатів професійної діяльності. Найбільш складні форми саморегуляції виникають як завершальний етап самоусвідомлення особистості педагога.

Дані емпіричного дослідження засвідчили, що працівники освіти здебільшого проявляють середній рівень розвитку регулятивного компонента професійної самосвідомості, тобто певною мірою впевнені в собі, переважно здатні до контролю власного життя й діяльності, можуть проявляти вольові якості. Частина педагогів є досить впевненими, ставляться до себе як до вольових і надійних фахівців, здатні організувати власну поведінку й діяльність. Водночас досить значний відсоток опитаних схильний до недостатнього самоконтролю, прояву імпульсивності в поведінці, залежності від зовнішніх оцінок і обставин, що характеризує низький рівень прояву регулятивного компонента їхньої професійної самосвідомості. Окрім того, виявлено існування відмінностей у рівні розвитку регулятивного компонента професійної самосвідомості майбутніх та працюючих педагогів за характеристикою впевненості у собі як у фахівця.

Ключові слова: професійна самосвідомість, компоненти професійної самосвідомості, регулятивний компонент, працівники освіти, рівень кваліфікації.

стї, регулятивний компонент, працівники освіти, рівень кваліфікації.

The article presents the results of theoretical and empirical study of the peculiarities of the regulatory component of the professional self-consciousness of educators with different levels of qualification. It is emphasized that the issue of pedagogues' regulation of their own activity as specialists does not lose relevance in the changing conditions of the present, since it is important to pay attention to what demands educators make to themselves, how they see themselves in the profession and how they evaluate their ability to perform professional functions, which occurs on the basis of the development of their professional self-consciousness.

As a result of theoretical analysis, it was found that regulatory component of educators' professional self-consciousness is understood as self-regulation in pedagogical problems solving, as well as potential behavioral reactions in situations of professional activity. This is the ability of a specialist to behave on the basis of knowledge about oneself and one's attitude towards oneself. The most complex forms of self-regulation arise as the final stage of self-consciousness of the educator's personality.

Empirical research data showed that educators mostly show an average level of development of the regulatory component of professional self-consciousness, that is, to some extent they are self-confident, mostly capable to control their own lives and activities, can show strong-willed qualities. Some pedagogues are quite confident, treat themselves as strong-willed and reliable specialists, able to organize their own behavior and activities. At the same time, a rather significant percentage of respondents are prone to the manifestation of impulsiveness in behavior, insufficient self-control and dependence on external circumstances and assessments, which characterizes the low level of manifestation of the regulatory component of their professional self-consciousness. In addition, differences were identified in the development of the regulatory component of professional self-consciousness of future and working educators in terms of one's self-confidence as a specialist.

Key words: professional self-consciousness, components of professional self-consciousness, regulatory component, educators, level of qualification.

УДК 159.923.2:37.011.3-051-057.8
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.13>

Метельська Н.Й.
доктор філософії,
старший викладач кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Вступ. Сьогодні наша країна переживає тотальну перебудову всіх сфер життя, і професійна не є винятком. Це сприяє підвищенню рівня суспільних вимог до підготовки висококваліфікованих фахівців у кожній галузі, зокрема і в освітній. Однак не менш важливо звертати увагу на те, які вимоги працівники освіти висувають до самих себе, якими вони бачать себе у професії та наскільки оцінюють

свою здатність до виконання професійних функцій, що відбувається на основі розвитку їхньої професійної самосвідомості.

Питання розвитку професійної самосвідомості працівників освіти піднімалося у дослідженнях О.В. Дробот, В.М. Козієва, О.М. Корніяки, В.В. Рибалки, В.А. Семиченко, Н.В. Чепелевої, В.І. Шахова та ін. Учені аналізували, зокрема, зміст зазначеного феномену,

його структуру, причини та попередні умови становлення професійної самосвідомості фахівця, так само як і проблеми професійної підготовки та підвищення кваліфікації педагогічних працівників. На думку науковців, головним проявом професійної самосвідомості працівника освіти є розуміння себе представником конкретної сфери професійної діяльності, здатність до саморегуляції у професійному спілкуванні, змога раціоналізувати професійні поведінкові дії, а розвиток складових частин професійної самосвідомості є саме тим психологічним системоутворюючим чинником, що позитивно впливає на формування усвідомленого ставлення до професійної діяльності.

Проте питання регуляції педагогами власної активності як фахівців не втрачає актуальності у мінливих умовах сьогодення. У зв'язку із цим **мета дослідження** – здійснити порівняльний аналіз особливостей розвитку регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти, які мають різний рівень кваліфікації.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз наукової психологічної літератури показав, що нині немає єдиного підходу до тлумачення поняття «професійна самосвідомість особистості». В узагальненому вигляді цей феномен можна визначити як систему уявлень людини про себе як фахівця, усвідомлення причетності до певного виду професійної діяльності, розуміння рівня розвитку в себе професійно важливих якостей, а також професійних знань, умінь і навичок [1].

Питання структури самосвідомості як у вітчизняній, так і в зарубіжній психологічній науці так само досі не має однозначного вирішення. Одним із найбільш відомих є підхід П. Чамати, який виділяє у ній три основних складники [5]:

1) когнітивний (пізнавальний) – систему уявлень і знань індивіда про себе, тобто самопізнання, самоаналіз, уявлення про себе, самооцінку тощо;

2) емоційно-оцінний – емоційну оцінку уявлень і знань людини про себе, емоційне ставлення до себе, наприклад почуття скромності, гордості, власної гідності тощо;

3) поведінковий (регулятивний) – усі прояви психічної активності, у яких проявляється свідоме регулювання своїх дій, учинків, власного ставлення до оточуючих і до себе, зокрема самовладання, самодисципліна, самоконтроль тощо.

Щодо структури професійної самосвідомості, у запропонованій нами структурно-змістовій моделі професійної самосвідомості працівників освіти виокремлено такі компоненти [1]:

1. когнітивний;
2. емоційно-оцінний;
3. регулятивний;
4. мотиваційний;

5. ціннісно-смысловий.

Зокрема, регулятивний компонент професійної самосвідомості працівників освіти ми розуміємо як саморегуляцію у розв'язанні педагогічних завдань, а також потенційні поведінкові реакції у ситуаціях професійної діяльності. Можна сказати, що це здатність фахівця діяти на основі знань про себе і ставлення до себе. Вона реалізується у цілеспрямованих діях, спрямованих на розкриття професійних інтересів та досягнення ефективних результатів професійної діяльності.

Регулятивний компонент професійної самосвідомості педагога характеризується діяльнісними проявами. Саморегуляція є розкриттям резервних можливостей людини, а отже, і розвитком творчого потенціалу працівника освіти. Використання прийомів саморегуляції має на увазі активну вольову участь, тому виступає передумовою формування сильної, відповідальної особистості фахівця. Характеристики регулятивного компонента істотно залежать від загального рівня її інтелектуального, вольового, емоційного й морального розвитку. Високі показники саморегуляції, що виражаються у диференційованості, тонкості й адекватності усіх учинків, усвідомлених емоційних, інтелектуальних, поведінкових реакцій, вербальних проявів і т. ін., дають підставу припускати існування порівняно зрілого стану розвитку самосвідомості загалом. Можна підкреслити, що найскладніші форми саморегуляції з'являються як завершальний етап самоусвідомлення особистості педагога [1].

Вивчення структури самосвідомості та динаміки її розвитку становить особливий інтерес у практичному плані. У зв'язку із цим виняткову актуальність має емпіричне дослідження специфіки професійної самосвідомості фахівця, тому далі проаналізовано результати експериментального дослідження регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти. Для цього було застосовано «Тест-опитувальник самостворення» за В. Століним, С. Пантелєєвим (шкали «Самовпевненість», «Самокерівництво, самопослідовність» та «Самозвинувачення») [4] та методика «Особистісний диференціал» в описі Б. Шапара (шкали «Сила» та «Активність») [2].

У дослідженні взяли участь 275 працівників освіти Полтавської області та 110 студентів-старшокурсників Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. Загальна кількість опитаних – 385 осіб. Учасники досліджуваної вибірки були об'єднані у кілька груп відповідно до стажу та рівня кваліфікації (рис. 1).

Результати дослідження особливостей регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти відображено в табл. 1.

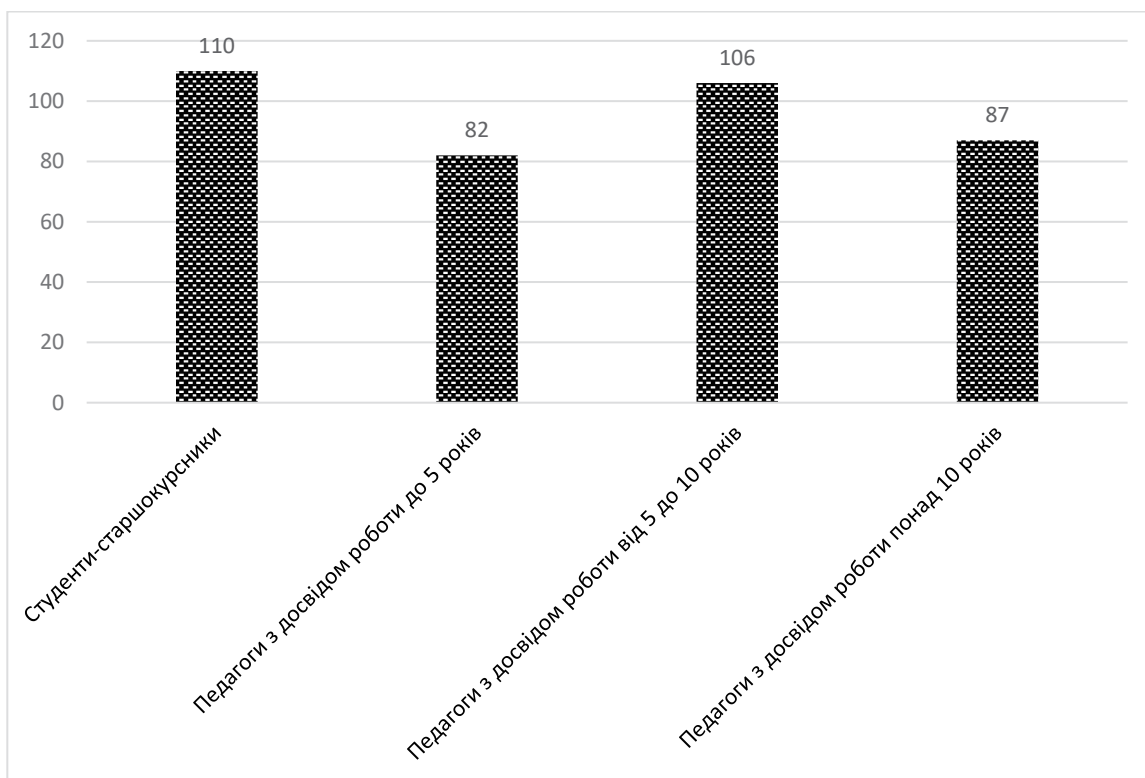


Рис. 1. Розподіл учасників вибірки за стажем професійної діяльності та рівнем кваліфікації (в особах)

Таблиця 1

Показники регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти (n=385, %)

Шкали	Рівні вираження		
	Високий	Середній	Низький
Самовпевненість	37,0	26,0	37,0
Самокерівництво, самопослідовність	49,0	28,0	23,0
Самозвинувачення	31,0	19,0	50,0
Сила	3,0	42,0	55,0
Активність	7,0	50,0	43,0

Як свідчить аналіз табл. 1, за шкалою «Самовпевненість», яка демонструє уявлення особистості щодо основного джерела власної активності, результатів і досягнень, були виявлені однакові показники як високого, так і низького рівня (по 37%). Це говорить про те, що 37% працівників освіти ставляться до себе як до вольових та надійних, а провідним джерелом розвитку власної особистості, регулятором досягнень і успіхів, зокрема професійних, вважають себе самих. Вони відчують у собі здатність чинити опір зовнішньому впливу, також їм притаманний контроль над емоційними реакціями й переживаннями щодо себе.

При цьому в такій ж частині педагогів (37%) механізми саморегуляції ослаблені. Їхній вольовий контроль недостатній, щоб подолати

зовнішні і внутрішні перешкоди на шляху до досягнення мети. Головним джерелом того, що відбувається з ними, визнаються зовнішні обставини, а причини, які полягають у собі, зазвичай заперечуються. Переживання щодо власного «Я» цієї частини працівників освіти супроводжуються внутрішнім напруженням, що може чинити вплив і на професійну сферу.

Ще 26% опитаних мають середній рівень прояву самовпевненості в поведінці, тобто залежно від ситуації вони можуть як почуватися здатними чинити опір зовнішнім обставинам, так і піддаватися емоційним реакціям, переживаючи надмірну напругу.

Показники високого рівня за шкалою «Самокерівництво, самопослідовність» у 49% опитаних є свідченням здатності цієї частини

педагогічних працівників до ретельного контролю власного життя й діяльності, їхнього вміння раціонально організувати свою поведінку. Однак 28% демонструють середній, а ще 23% – низький рівень вияву цієї ознаки. Працівники освіти з низькими показниками самокерівництва й самопослідовності демонструють слабку здатність до побудови життєвих і професійних планів, нездатні обґрунтувати власні рішення, а їхні дії часто є імпульсивними.

Шкала «Самозвинувачення» має низькі показники в половині опитаних (50%), що є свідченням відсутності у них яскравої схильності до висловлювання необґрунтованих звинувачень щодо себе. Ці досліджувані не схильні вважати себе причиною неприємностей, що трапляються з ними та іншими людьми, зокрема й у професійному середовищі. Такі показники за цією шкалою є цілком логічними в динаміці характеристик самоставлення, що описуються. Проте 19% опитаних проявляють середній рівень самозвинувачення, тобто періодично схильні звинувачувати себе. Ще 31% мають високий рівень схильності до самозвинувачення. Це говорить про те, що майже третина опитаних здатна постійно висловлювати в життєвих і професійних ситуаціях звинувачення щодо себе, які часто не підкріплені фактами. Вони схильні вважати себе причиною невдач у власному житті та навіть житті оточуючих, зокрема колег.

Наступна шкала «Сила» говорить про розвиток вольових аспектів особистості, а також про те, як їх усвідомлюють самі досліджувані. Низькі показники 55% працівників освіти за цим показником є свідченням нездатності дотримуватися вибраної лінії поведінки, їх недостатнього самоконтролю, залежності від зовнішніх обставин і оцінок, що накладає відбиток і на виконання ними професійних функцій. Водночас 42% опитаних за шкалою «Сила» демонструють середній рівень і ще 3% – високий, тобто можемо говорити, що лише невелика частина досліджуваних працівників освіти демонструє яскраво виражені вольові якості та усвідомлює їх наявність у себе. Такі показники повністю відповідають результатам, які були отримані за шкалами «Самовпевненість» та «Самокерівництво, самопослідовність», описаними попередньо.

Шкала «Активність» трактується як рівень екстравертованості чи інтровертованості особистості. Отримані середні показники половини педагогічних працівників (50%) за цим фактором указують на їх достатньо високу активність, товариськість та можливу імпульсивність у поведінці, навіть якщо йдеться про сферу професійної діяльності. Проте 43% досліджуваних продемонстрували низький рівень вираження якості, що описується,

тобто їх можна вважати більш інтровертованими. Цій частині досліджуваних притаманні певна пасивність та спокійні емоційні реакції. Окрім того, 7% опитаних педагогів властиві високі показники активності, що є свідченням їхньої активної життєвої позиції, віри у власну спроможність здійснювати важливі перетворення у житті та професійній діяльності зокрема.

Застосування до отриманих результатів методів математичної обробки даних, а саме коефіцієнта r_{xy} Пірсона, засвідчило існування тісних кореляційних зв'язків між складовими частинами регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти. Зокрема, показники самовпевненості корелюють із показниками самокерівництва та самопослідовності ($r_{xy}=0,180$ при $p<0,01$), показниками самозвинувачення з негативним значенням ($r_{xy}=-0,199$ при $p<0,01$), показниками сили ($r_{xy}=0,377$ при $p<0,01$) та показниками активності ($r_{xy}=0,151$ при $p<0,01$).

Показники самокерівництва та самопослідовності корелюють із показниками самовпевненості ($r_{xy}=0,180$ при $p<0,01$), показниками самозвинувачення з негативним значенням ($r_{xy}=-0,151$ при $p<0,01$) та показниками сили ($r_{xy}=0,142$ при $p<0,01$). Показники самозвинувачення корелюють із негативним значенням із показниками самовпевненості ($r_{xy}=-0,199$ при $p<0,01$) і показниками самокерівництва та самопослідовності ($r_{xy}=-0,151$ при $p<0,01$).

Показники сили корелюють із показниками самовпевненості ($r_{xy}=0,377$ при $p<0,01$), показниками самокерівництва та самопослідовності ($r_{xy}=0,142$ при $p<0,01$) і показниками активності ($r_{xy}=-0,151$ при $p<0,01$). Показники активності корелюють із показниками самовпевненості ($r_{xy}=0,151$ при $p<0,01$) та показниками сили ($r_{xy}=-0,397$ при $p<0,01$).

Важливим є порівняльне дослідження професійної самосвідомості працівників освіти з різним рівнем кваліфікації задля виявлення тих характеристик феномену, які відмінні в осіб із різним рівнем професійного досвіду. Із цією метою до результатів були застосовані методи математичної обробки даних, зокрема однофакторний дисперсійний аналіз (one-way analysis of variance, ANOVA), який використовується під час дослідження зміни результативної ознаки для трьох або більше вибірок за умови, що порівнювані значення не є парою значень, які корелюють [3]. Для виокремлення значущості результатів дисперсійного аналізу було додатково використано тест багаторазового порівняння Дункана, що уможливив визначення характеру відмінностей між групами, які зіставляються. Детальні обчислення проводилися за допомогою пакета статистичних комп'ютерних програм IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0.

Показники регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти з різним рівнем кваліфікації (n1=110, n2=82, n3=106, n4=87)

Назви шкал	Середнє значення				Рівень значущості відмінностей (p)
	група 1 (0 рр.) (n ₁ =110)	група 2 (0-5 рр.) (n ₂ =82)	група 3 (5-10 рр.) (n ₃ =106)	група 4 (10-... рр.) (n ₄ =87)	
Самовпевненість	54,464	65,9266	62,2301	62,6703	0,05*
Самозвинувачення	55,9837	49,9484	52,0642	57,1891	0,05
Самокерівництво, самопослідовність	63,5933	67,9434	66,434	65,222	0,05
Сила	6,4636	6,0854	5,8491	6,4943	0,05
Активність	8,5818	8,6707	8,6415	7,4368	0,05

Результати порівняльного дослідження регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти з різним рівнем кваліфікації подано в табл. 2.

Аналіз даних таблиці свідчить, що суттєві відмінності за характеристиками шкал, які утворюють регулятивний компонент професійної самосвідомості педагогів, проявляються у показниках самовпевненості. Це дає змогу стверджувати, що у професійній діяльності педагогічних працівників із різним рівнем кваліфікації вольова саморегуляція та самоконтроль мають відмінний рівень розвитку.

Найнижчий рівень притаманний студентам старших курсів, показники яких цілком відмінні від показників працюючих педагогів, згідно з даними тесту багаторазового порівняння Дункана ($p < 0,05$). За іншими складовими частинами регулятивного компонента професійної самосвідомості суттєвих відмінностей між групами досліджуваних не спостерігається ($p < 0,05$).

Висновки та перспективи подальших наукових пошуків. Отже, досліджувані працівники освіти здебільшого проявляють середній рівень розвитку регулятивного компонента професійної самосвідомості, тобто певною мірою впевнені в собі, переважно здатні до контролю власного життя й діяльності, можуть проявляти вольові якості. Частина педагогів є досить впевненими, ставляться до себе як до вольових і надійних фахівців, здатні організувати власну поведінку й діяльність. Водночас досить значний відсоток опитаних схильний до прояву імпульсивності в поведінці, недостат-

нього самоконтролю та залежності від зовнішніх обставин і оцінок, що характеризує низький рівень прояву регулятивного компонента їхньої професійної самосвідомості. Окрім того, можна говорити про існування відмінностей у рівні розвитку регулятивного компонента професійної самосвідомості майбутніх та працюючих педагогів за характеристикою впевненості у собі як фахівця.

Проведене дослідження не вичерпує усіх аспектів вивчення професійної самосвідомості працівників освіти. Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні особливостей розвитку регулятивного компонента професійної самосвідомості працівників освіти залежно від їх фахової спрямованості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Метельська Н.І. Особливості розвитку професійної самосвідомості працівників освіти у процесі підвищення кваліфікації : дис. ... доктора філософії : 053. Київ, 2020. 286 с.
2. Методика «Особистісний диференціал» (за Б.В. Шапарь). *Психодіагностика: практикум* / уклад. Н.О. Данильченко, А.В. Вертель. Суми : Сум ДПУ ім. А.С. Макаренка, 2012. С. 93–94.
3. Моргун В.Ф., Тітов І.Г. Основи психологічної діагностики : навчальний посібник. Київ : Слово, 2012. 460 с.
4. Тест-опитувальник самоствалення (за В.В. Століним, С.Р. Пантелєєвим). *Психодіагностика: практикум* / уклад. Н.О. Данильченко, А.В. Вертель. Суми : Сум ДПУ ім. А.С. Макаренка, 2012. С. 110–113.
5. Чамата П.Р. Питання самосвідомості особистості. *Радянська психологічна наука за 40 років* : збірник статей. Київ, 1958. С. 372–392.

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ ТА УНИКНЕННЯ НЕВДАЧ У СТУДЕНТСЬКОМУ КОЛЕКТИВІ

FEATURES OF MOTIVATION TO ACHIEVE SUCCESS AND AVOID FAILURES IN THE STUDENT TEAM

У статті розкрито поняття мотивації досягнення успіху та уникнення невдач у студентському колективі. Мотив досягнення успіху – це прагнення людини досягнути успіхів у діяльності і спілкуванні. Мотив уникнення невдач – відносно стійке прагнення людини уникнути невдач у життєвих ситуаціях, пов'язаних з оцінкою результатів її діяльності іншими людьми.

Зафіксовано, що студенти, у яких переважала мотивація успіху, через багато років після закінчення університету мали значно вищі професійні досягнення, ніж мотивовані уникненням невдачі.

Окреслено, що мотивація досягнення спрямована на певний кінцевий результат, одержуваний завдяки власним особливостям людини, а саме на досягнення успіху або уникнення невдачі. Для мотивації досягнення характерний постійний перегляд цілей. Люди із сильним мотивом досягнення характеризуються наполегливістю у досягненні мети, схильністю ставити віддалені цілі.

Установлено, що механізм мотивації досягнення у психіці діє за формулою: мотив «жага успіху» – активність – мета – досягнення успіху. Мотив досягнення відображає потребу особистості всіма доступними засобами уникнути невдачі і досягти бажаного результату. Мотивація уникнення невдачі розглядається як вироблений у психіці механізм уникнення помилок, невдач, нерідко будь-якими шляхами і засобами.

Визначено чинники, що визначають наявність сильної мотивації досягнення: прагнення досягти високих результатів (успіхів); прагнення робити все якомога краще; вибір складних завдань і бажання їх виконати; прагнення вдосконалювати свою майстерність.

Зазначено, що мотивація досягнення успіху відноситься до позитивної мотивації, а мотивація уникнення невдач – до негативної.

Підготовка фахівців передбачає створення відповідних умов для формування професійних умінь, розвитку особистісних якостей та впливає на розвиток мотиваційної сфери особистості. Успішність професійного становлення студента залежить від особистої активності студента, наявності відповідних мотивів.

Ключові слова: мотивація, досягнення успіху, уникнення невдач, студентський

колектив, потреби, прагнення, учбова діяльність.

In the article reveals the concept of motivation to achieve success and avoid failure in the student body. The motive for achieving success is a person's desire to achieve success in activities and communication. The motive to avoid failure is a relatively persistent desire of a person to avoid failure in life situations related to the evaluation of the results of his activities by other people.

It was recorded that students who were motivated to succeed had significantly higher professional achievements many years after graduation than those who were motivated to avoid failure.

It is outlined that achievement motivation is aimed at a certain final result obtained thanks to the person's own characteristics, namely, at achieving success or avoiding failure. Motivation for achievement is characterized by a constant review of goals. People with a strong achievement motive are characterized by persistence in achieving a goal, a tendency to set distant goals.

It has been established that the mechanism of motivation for achievement in the psyche operates according to the formula: the motive «lust for success» – activity – goal – «achievement of success». The achievement motive reflects the individual's need to avoid failure and achieve the desired result by all available means. The motivation to avoid failure is considered as a mechanism developed in the psyche to avoid mistakes and failures, often by any means.

The factors that determine the presence of a strong motivation to achieve are determined: the desire to achieve high results (successes); the desire to do everything as well as possible; the choice of difficult tasks and the desire to complete them; desire to improve one's skill.

It is noted that the motivation to achieve success refers to positive motivation, and the motivation to avoid failure to negative motivation.

The training of specialists involves the creation of appropriate conditions for the formation of professional skills, the development of personal qualities and affects the development of the motivational sphere of the individual. The success of a student's professional development depends on the student's personal activity and the presence of appropriate motives.

Key words: motivation, achievement of success, avoidance of failure, student body, needs, aspirations, educational activity.

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.14>

Мухіна Л.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології, філософії та соціально-гуманітарних дисциплін
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

Досягнення людиною успіху в діяльності, як відомо, залежить не лише від її здібностей, а й від прагнення досягти мети, від цілеспрямованої й наполегливої праці задля досягнення успіху (тобто від мотивації досягнення). Прагнення досягти успіху, високих результатів у діяльності свідчить про наявність у суб'єкта сильної мотивації досягнення.

Навчання у вищому навчальному закладі вимагає від майбутніх спеціалістів як про-

фесійно значущих знань, так і максимальної особистої самовіддачі. Підготовка фахівців передбачає створення відповідних умов для формування професійних умінь, розвитку особистісних якостей та впливає на розвиток мотиваційної сфери особистості.

Мета статті: вивчення психологічних особливостей мотивації досягнення успіху та уникнення невдач у студентському колективі.

Результати дослідження. Численні дослідження, які присвячені проблемі розвитку та формування мотивації (Р.С. Вайсман, Л.М. Фрідман, Т.А. Матіс, Л.М. Мітіна та ін.), а також мотивація навчальної діяльності студентів (М. Боришевський, М. Дьяченко, Є. Льїна, Л. Кандибович, Ю. Орлова, Є. Просецький, В. Семиченко) указують на беззаперечну актуальність нашого дослідження.

Уперше поняття мотивації досягнення було введено американським психологом Г. Мюрреєм. Мотивацію досягнення учений розглядав як стійку потребу в досягненні результату в роботі, як прагнення до подолання перешкод, розвитку сили, намагання зробити щось складне якнайкраще і швидше.

У дослідженнях Д. МакКлелланда було зафіксовано, що студенти, у яких переважала мотивація успіху, через багато років після закінчення університету мали значно вищі професійні досягнення (у сфері економіки і політики), ніж мотивовані уникненням невдачі.

Дж. Аткинсон зазначив, що в мотивації досягнення виявляються дві тенденції – прагнення до успіху і прагнення уникнути невдачі. За домінування першої суб'єкт здійснює певні дії, за домінування другої – схильний нічого не робити. Обидві тенденції взаємодіють з очікуваннями і цінностями.

На думку Х. Хекхаузена, мотивація досягнення визначається як спроба збільшити або зберегти максимально високі здібності людини до всіх видів діяльності, до яких можуть бути застосовані критерії успішності і де виконання подібної діяльності може призвести або до успіху, або до невдачі. Мотивація досягнення спрямована на певний кінцевий результат, одержуваний завдяки власним особливостям людини, а саме на досягнення успіху або уникнення невдачі. Для мотивації досягнення характерний постійний перегляд цілей [2].

У психології панують різні погляди на співвідношення між прагненням до успіху й уникненням невдачі. Одні дослідники вважають, що це взаємовиключні полюси на шкалі «мотиву досягнення», і якщо суб'єкт орієнтований на успіх, то він не зазнає страху перед невдачею; і навпаки, якщо орієнтований на уникнення невдачі, то у нього слабо виражене прагнення до успіху. Інші доводять, що яскраво виражене прагнення до успіху цілком може поєднуватися з не менш сильним страхом невдачі, особливо якщо вона пов'язана для суб'єкта з якими-небудь тяжкими наслідками. І дійсно, є дані, що між вираженістю прагнення до успіху й уникнення невдачі може бути позитивна кореляція. Тому, скоріше за все, йдеться про переважання у того чи іншого суб'єкта прагнення до успіху або уникнення невдачі за наявності того й іншого. Причому це переважання може бути як на високому, так і на низькому рівні вираженості обох прагнень [5].

Особи, які мотивовані на успіх, надають перевагу завданням середнього або трохи вище середнього рівня трудності. Вони впевнені в успішному результаті задуманого, їм властиві пошук інформації для думки про свої успіхи, рішучість у невизначених ситуаціях, схильність до розумного ризику, готовність узяти на себе відповідальність, велика наполегливість за прагнення до мети, адекватний середній рівень домагань, який підвищують після успіху і знижують після невдачі. Дуже легкі завдання не приносять їм відчуття задоволення і справжнього успіху, а під час вибору дуже важких велика вірогідність неуспіху; тому вони не вибирають ні ті, ні інші. Під час вибору ж завдань середньої трудності успіх і невдача стають рівноймовірними, і результат стає максимально залежним від власних зусиль суб'єкта. У ситуації змагання і перевірки здібностей вони не втрачаються. Люди зі схильністю до уникнення невдачі шукають інформацію про можливість невдачі за досягнення результату. Вони беруться за вирішення як дуже легких завдань (коли їм гарантований 100% успіх), так і дуже важких (коли невдача не сприймається як особистий неуспіх).

За визначенням С.С. Занюка, люди із сильним мотивом досягнення характеризуються наполегливістю у досягненні мети, схильністю ставити віддалені цілі, не задовольняються отриманим результатом, нескладним завданням і легкодосяжними цілями, для них головним у житті є переживання радості успіху внаслідок досягнення високих результатів [1].

Н.І. Конюхов визначає мотивацію досягнення як вироблений у психіці механізм досягнення, що діє за формулою: мотив «жага успіху» – активність – мета – досягнення успіху. Мотив досягнення відображає потребу особистості усіма доступними засобами уникнути невдачі і досягти бажаного результату. Мотивація уникнення невдачі розглядається як вироблений у психіці механізм уникнення помилок, невдач, нерідко будь-якими шляхами і засобами. Для особистості з переважанням мотивації уникнення невдач головне – не допустити помилки, уникнути невдачі, навіть ціною сильної трансформації початкової, головної мети, її повного або часткового недосягнення [3].

Таким чином, до чинників, що визначають наявність сильної мотивації досягнення, належать:

1. Прагнення досягати високих результатів (успіхів).
2. Прагнення робити все якомога краще.
3. Вибір складних завдань і бажання їх виконати.
4. Прагнення вдосконалювати свою майстерність.

Студенти – це майбутні фахівці, які не тільки вчать, а й проявляють себе різнобічно у суспільно й культурному житті, мають активну життєву позицію і прагнення до досягнення успіху.

Успішність професійного становлення студента залежить від особистої активності студента, наявності відповідних мотивів. Ці мотиви визначають різні рівні активності студента в навчально-професійній діяльності:

1) вищий рівень – коли навчально-професійна діяльність приносить радість творчості;

2) виконавчий рівень – коли студент лише є «споживачем культури», який копіює зразки виконання навчальної діяльності з інших авторитетних осіб [4].

Емпіричне дослідження психологічних особливостей мотивації досягнення успіху та уникнення невдач проводилося на базі Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова серед студентів спеціальності 053 «Психологія». У дослідженні взяли участь 30 респондентів (10 хлопців та 20 дівчат) віком від 19 до 21 року.

У процесі дослідження нами було використано такий комплекс психодіагностичних методик.

Методика А.А. Реана для дослідження мотивації успіху та боязливості невдач. Дана методика спрямована на вивчення типу мотивації. Основу тесту становлять 20 питань, на які респондентам пропонується відповідати «ТАК» чи «НІ». У ході проведення даної методики ми можемо визначити позитивну (спрямовану на досягнення успіху) чи негативну (на уникнення невдач) мотивацію.

Методика Т. Елерса для дослідження мотивації до уникнення невдач. Опитувальник призначений для діагностики мотиваційної спрямованості особистості на уникнення невдач. Стимульний матеріал являє собою список слів із 30 рядків, по три слова в кожному рядку. У кожному рядку випробуваному необхідно вибрати тільки одне з трьох слів, що найбільше точно його характеризує.

Опитувальник Т. Елерса для вивчення мотивації досягнення успіху, що складається із 41 питання, на які респондентам пропонується відповідати «ТАК» чи «НІ».

У результаті проведеного нами емпіричного дослідження психологічних особливостей мотивації досягнення успіху та уникнення невдач у студентському колективі нами були отримані такі результати.

За методикою А.А. Реана ми отримали такі показники (табл. 1).

У першій групі відзначено яскраво виражена тенденція мотивації на успіх (47,1%) і високий рівень мотивації на успіх (29,4%), У сумі ці показники характеризують дану групу респондентів як співробітників із переважною мотивацією на успіх. Мотивація на успіх відноситься до позитивної мотивації, за якої людина, починаючи справу, має на увазі досягнення чогось конструктивного, позитивного. В основі активності людини лежать надія на успіх і потреба в досягненні успіху.

У респондентів другої групи переважною є тенденція мотивації на невдачу (40%), а так само у двох осіб (13,3%) низький рівень (мотивація на невдачу). Це трактується як негативна мотивація. За даного типу мотивації активність людини пов'язана з потребою уникнути зриву, осуду, покарання, невдачі. Узагалі в основі цієї мотивації лежать ідея уникнення та ідея негативних очікувань. Починаючи справу, людина вже заздалегідь боїться можливої невдачі, думає про шляхи уникнення цієї гіпотетичної невдачі, а не про способи досягнення успіху.

Таким чином, аналіз даних за методикою «Мотивація успіху і боязнь невдачі» А.А. Реана дав змогу визначити мотиваційні тенденції у студентів, а саме: для респондентів першої групи більшою мірою характерні тенденції спрямованості на успіх, тобто такі люди зазвичай упевнені в собі, своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їх відрізняє наполегливість у досягненні мети, цілеспрямованість.

У другій групі спостерігається тенденція мотивації до уникнення невдачі, що характе-

Таблиця 1

Результати дослідження рівня мотивації за методикою А.А. Реана

Рівні мотивації	Перша група		Друга група	
	Кількість респондентів	%	Кількість респондентів	%
Низький рівень (мотивація на невдачу)	3	17,6%	2	13,3%
Тенденція до мотивації на невдачу	1	5,9%	6	40%
Середній рівень (невизначеність мотивації)	0	0%	3	20%
Тенденція до мотивації на успіх	7	47,1%	2	13,3%
Високий рівень (мотивація на успіх)	4	29,4%	2	13,3%
Разом	15	100%	15	100%

ризує респондентів як людей, мотивованих на невдачу, вони зазвичай відрізняються підвищеною тривожністю, низькою впевненістю у своїх силах, намагаються уникати відповідальних завдань, а за необхідності вирішення надміру відповідальних завдань можуть впадати у стан, близький до панічного, ситуативна тривожність у них стає надзвичайно високою.

За методикою Т. Елерса для дослідження мотивації до успіху ми отримали такі показники (табл. 2).

Як показали результати дослідження, в обох групах переважає помірно високий рівень мотивації досягнення успіху (38% у I групі та 34% у II групі).

Проводячи якісний аналіз отриманих результатів, слід зазначити, що мотивація досягнення успіху відноситься до позитивної мотивації: беручись за справу, людина прагне до досягнення мети, творення, сподівається отримати позитивні результати. В основі його активності лежить потреба в досягненні високих результатів і на підставі цього – високої самооцінки. Такі люди зазвичай упевнені в собі, своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їх відрізняють цілеспрямованість і наполегливість у досягненні поставлених завдань.

Респонденти з достатньо розвиненим рівнем мотивації досягнення успіху безпосередньо відчують усі переваги, пов'язані з досягненнями. Адекватна мотивація досягнення формується і конструктивно реалізовується лише у рамках системи відносин, які характеризуються рисами справжнього співробітництва: позитивного санкціонування за успіхи і непринизливої підтримки у разі невдачі.

За методикою Т. Елерса для дослідження до уникнення невдач ми отримали такі показники (табл. 3).

Як видно, в обох групах переважає середній рівень мотивації до уникнення невдач (39% у I групі та 44% у II групі).

Проводячи якісний аналіз отриманих результатів, слід зазначити, що мотивація на уникнення невдачі відноситься до негатив-

ної мотивації: діяльність людини пов'язана з потребою уникнути провалу, покарання, осуду, зриву. Його активність визначається впливом негативних очікувань. Беручись за справу, така людина заздалегідь боїться можливої невдачі, тому більше думає про те, як її уникнути, а не про способи досягнення успіху. Такі люди зазвичай не впевнені у своїх силах, відрізняються підвищеною тривожністю, що, утім, може поєднуватися з досить відповідальним ставленням до справи. Вони намагаються уникати відповідальних завдань, а за виникнення подібної необхідності у них зростає ситуативна тривожність.

У ході проведеного теоретичного вивчення проблематики мотивації студентів на досягнення успіху та уникнення невдач, а також здійсненого емпіричного дослідження даного явища можемо зробити такі **ВИСНОВКИ**:

1. Мотивація – здатність особистості реалізовувати поставлені цілі, викликаючи внутрішнє спонукання.

2. У психологічній літературі виділяють мотивацію досягнення успіху та мотивацію уникнення невдач.

3. За методикою А.А. Реана у першій групі відзначено яскраво виражена тенденція мотивації на успіх (47,1%) і високий рівень мотивації на успіх (29,4%). У другій групі переважною є тенденція мотивації на невдачу (40%).

4. За методикою визначення мотивації досягнення успіху Т. Елерса ми встановили, що респонденти першої групи мають вищі показники мотивації до успіху (середній рівень – 34%, помірно високий – 38%), ніж представники другої групи (середній рівень – 30%, помірно високий – 34%).

5. За методикою визначення мотивації до уникнення невдач Т. Елерса ми встановили, що респонденти другої групи мають вищі показники мотивації до уникнення невдач (середній рівень – 44%, помірно високий – 22%), аніж представники першої групи (середній рівень – 39%, помірно високий – 19%).

Таблиця 2

Результати дослідження мотивації досягнення успіху за методикою Т. Елерса

Група досліджуваних	Рівень мотивації досягнення успіху			
	низький	середній	помірно високий	значно завищений
I група	16%	34%	38%	12%
II група	21%	30%	34%	15%

Таблиця 3

Результати дослідження мотивації до уникнення невдач за методикою Т. Елерса

Група досліджуваних	Рівень мотивації до уникнення невдач			
	низький	середній	помірно високий	значно завищений
I група	16%	39%	19%	21%
II група	22%	44%	22%	17%

Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо у вивченні впливу гендеру на мотивацію досягнення успіху та уникнення невдач у студентському колективі та розробленні практичних рекомендацій щодо розвитку позитивної мотивації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Занюк С.С. Психологія мотивації : навчальний посібник. Київ : Либідь, 2002. 304 с.
2. Психологія діяльності та навчальний менеджмент : навчальний посібник / М.В. Артюшина та ін. ; за заг. ред. М.В. Артюшиної. Київ : КНЕУ, 2008. 336 с.
3. Сучасні можливості підвищення мотивації студентів до навчання / Л.В. Бешта ін. *Львівський клінічний вісник*. 2017. № 1(17). С. 60–64.
4. Гилюн О.В. Освітні мотивації студентської молоді. *Грані*. 2012. № 1. С. 102–104.
5. Прядко Н.О. Мотивація досягнення як детермінанта успіху в професійній діяльності особистості. *Вісник*. 2015. № 127. С. 177–180.

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ ІЗ СИРОТАМИ ТА ДІТЬМИ, ПОЗБАВЛЕНИМИ БАТЬКІВСЬКОГО ПІКЛУВАННЯ

THEORETICAL APPROACHES TO THE ORGANIZATION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL WORK WITH ORPHANS AND CHILDREN DEPRIVED OF PARENTAL CARE

У статті констатовано, що проблема соціально-психологічного захисту дітей, позбавлених батьківського піклування, є однією з найактуальніших у сучасному суспільстві. За даними організації охорони дитинства, кожен рік тисячі дітей по всьому світу опиняються у складних життєвих обставинах, які призводять до позбавлення їх батьківського піклування. Це може бути зумовлено різними причинами включно з наркоманією батьків, насильством у сім'ї, бідністю та іншими соціальними проблемами. Систематичне дослідження соціально-психологічної роботи із цією категорією дітей є надзвичайно важливим для розвитку соціально-психологічної роботи з названою категорією клієнтів, розроблення та реалізації ефективних програм підтримки та реабілітації.

Виявлено, що проблема соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, полягає у необхідності розроблення та впровадження ефективних технологій роботи із цією категорією дітей. Це не лише психологічна та соціальна підтримка, а й розроблення програм соціально-педагогічної реабілітації, а також правового захисту прав.

Проаналізовано дослідження, яке ґрунтується на комплексному аналізі теорії та методології соціально-психологічної роботи, наукових публікацій із соціальної роботи, психології, соціології та правознавства, а також на аналізі монументальних праць Еріка Еріксона, Джона Боула, Абрахама Маслоу і сучасних учених у галузі соціально-психологічної роботи.

Виявлені наукові підходи та теорії соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, передбачають різноманітні концепції, методи та стратегії, спрямовані на забезпечення добробуту та захисту цих дітей. Одним із ключових аспектів цього поля є використання технологій для поліпшення процесу соціально-психологічної роботи з дітьми, які перебувають у системі опіки та піклування.

Ключові слова: соціально-психологічна робота, діти-сироти, позбавлені батьківського піклування, захист дітей, охорона дитинства.

The article states that the problem of social and psychological protection of children deprived of parental care is one of the most urgent in modern society. According to child protection organizations, every year thousands of children around the world find themselves in difficult life circumstances that lead to the deprivation of their parental care. This can be due to various reasons, including parental drug addiction, family violence, poverty and other social problems. A systematic study of social-psychological work with this category of children is extremely important for the development of social-psychological work with the named category of clients, development and implementation of effective support and rehabilitation programs.

It was revealed that the problem of socio-psychological work with children deprived of parental care is the need to develop and implement effective technologies for working with this category of children. This is not only psychological and social support, but also the development of socio-pedagogical rehabilitation programs, as well as legal protection of rights.

The research is analyzed, which is based on a comprehensive analysis of the theory and methodology of social-psychological work, scientific publications on social work, psychology, sociology, and jurisprudence, as well as on the analysis of the monumental works of Erik Erikson, John Bowle, Abraham Maslow, as well as modern scientists in the field of social – psychological work. The identified scientific approaches and theories of socio-psychological work with children deprived of parental care include various concepts, methods and strategies aimed at ensuring the welfare and protection of these children. One of the key aspects of this field is the use of technology to improve the process of social-psychological work with children in care.

Key words: social and psychological work, orphans deprived of parental care, childprotection, childhoodprotection.

УДК 316.614-058.862

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.15>

Стадник А.Г.

к.соціол.н., доцент,
доцент кафедри філософії та соціології
Мариупольський державний університет

Кузьміна М.О.

доктор філософії з галузі знань
«Соціальна робота» за спеціальністю
231 «Соціальна робота»,
старший викладач кафедри
соціальної роботи
Національний університет «Запорізька
політехніка»

Шеховцов О.В.

аспірант I курсу за спеціальністю 231
«Соціальна робота»
Національний університет «Запорізька
політехніка»

Вступ. Актуальність проблеми організації соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, у сучасному світі вимагає розроблення та впровадження ефективних методів і технологій соціально-психологічної роботи із цією категорією дітей. Теоретичні підходи до організації соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, є важливим аспектом вирішення цієї проблеми.

Діти, позбавлені батьківського піклування, – це діти, які втратили батьківську опіку та під-

тримку через різні обставини, такі як смерть батьків, розлучення, злочини або інші негативні події; це діти, які перебувають під опікою держави або інших організацій через утрату батьківської опіки; діти, які залишилися без належної опіки та підтримки батьків або законних опікунів; діти, які потребують особливої уваги та захисту через утрату батьківської опіки або небезпеку для їхнього добробуту [5].

Серед українських учених, які суттєво вплинули на дослідження технологій соціально-психологічної роботи з дітьми, поз-

бавленими батьківського піклування, слід виокремити М. Бардишевську, О. Бережну, А. Гусеву, І. Звереву, І. Манохіна, А. Палянничко, Ж. Петрочко, А. Прихожан, Л. Шипіцину, В. Шпак та ін.

Вивчення змісту та особливостей соціальної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, висвітлено у працях багатьох фахівців та науковців у галузі соціально-психологічної роботи, серед яких – дослідження Л. Тютті, Е. Холостової, О. Горбушиної, Г. Бочарової, А. Капської, П. Павленок, В. Шахрай та ін.

Стан проблеми дослідження у науковій літературі свідчить про наявність численних досліджень та публікацій, присвячених соціально-психологічній роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування. Подальші наукові розвідки із соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, становлять важливий фундамент для розвитку професійної практики та сприяють кращому розумінню потреб цієї групи клієнтів, що підкреслює актуальність теми дослідження.

Виклад основного матеріалу. Теоретичні підходи до організації соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, є важливим інструментом для розроблення та впровадження програм і послуг, спрямованих на захист прав цих дітей та забезпечення їхнього добробуту.

Один із теоретичних підходів до організації соціальної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, полягає у застосуванні системного підходу [10]. Системний підхід передбачає розгляд проблеми у контексті соціально-економічних, культурних та інших чинників, що впливають на життя дитини. Цей підхід дає змогу розглядати проблему позбавлення батьківського піклування як складну систему, вивчати взаємозв'язки між різними чинниками та розробляти комплексні програми допомоги дітям.

Ще одним важливим теоретичним підходом є гендерний підхід до соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування. Цей підхід передбачає урахування гендерних особливостей та стереотипів, які можуть впливати на життя дитини без батьківської опіки [2]. Урахування гендерних аспектів дає змогу більш ефективно відпрацьовувати програми та послуги для цих дітей, забезпечуючи їм рівні можливості та захист від дискримінації.

Окрім того, важливим теоретичним підходом є екологічний підхід до соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування. Цей підхід передбачає аналіз впливу природного та соціального середовища на життя дитини, а також розроблення програм та послуг, спрямованих на створення

сприятливих умов для її розвитку та самореалізації [7].

Теоретичні погляди у сфері соціально-психологічної роботи надають можливості для глибокого розуміння потреб клієнтів, а також для розроблення ефективних програм і послуг. Психологічно орієнтована, соціологічно орієнтована та комплексна (біопсихосоціальна) теоретична база допомагає соціальним працівникам та психологам забезпечити комплексний погляд на проблеми та потреби клієнтів, що сприяє більш успішному виробленню стратегій допомоги.

Психологічно орієнтовані теорії соціальної роботи являють собою сукупність теоретичних концепцій соціально-психологічної роботи, які ґрунтуються на пізнанні закономірностей психологічного розвитку і статусу дитини в суспільстві [1]. Вони зосереджені на психологічних, емоційних, а не соціальних, структурних чинниках виникнення у клієнта складних життєвих ситуацій. З огляду на це, допомога клієнтові може відбуватися шляхом його оптимізації щодо використання особистісних і соціальних ресурсів для впливу на несприятливу ситуацію його життя.

Теорія розвитку Е. Еріксона визначає важливі етапи розвитку особистості, на кожному з яких виникають конкретні завдання, розв'язання яких впливає на подальший розвиток особистості [13]. Соціальні працівники та психологи можуть використовувати цю теорію для розуміння потреб клієнта на різних етапах його життя.

Теорія аттачменту Дж. Боулбі досліджує взаємодію між дитиною та прийомними батьками, що впливає на формування внутрішнього «моделювання» відносин [14]. Вона допомагає соціальним працівникам, педагогам, психологам розуміти важливість стабільних та безпечних взаємин для психологічного розвитку дитини.

Психодинамічна теорія соціально-психологічної роботи З. Фрейда базується на тому, що психічні конфлікти та неврози виникають через непримиренні суперечності між свідомим та підсвідомим у людини [11]. Соціальні працівники, психологи, педагоги, які використовують цю теорію, звертають увагу на психологічні чинники, що впливають на поведінку та емоційний стан клієнтів.

Слід зазначити, що психоаналіз суттєво розширив уявлення про сутність допомоги дітям, позбавленим батьківського піклування, у соціально-психологічній роботі. Психодинамічна теорія соціально-психологічної роботи сфокусована на внутрішньому житті дитини, розглядає її дії та поведінку як такі, що є наслідком процесу мислення, а не особливостей міжособистісних відносин або навколишньої ситуації. Вона пропонує гарно розроблені тех-

ніки діагностування соціального відхилення, дає змогу прогнозувати перспективи поліпшення стану. Представниками цього напрямку можна вважати К. Юнга, А. Адлера, К. Хорн, Е. Фромма, Е. Берна. Активну роль у становленні психоаналітичної теорії відіграла американка М. Річмонд.

Теорія кризового втручання Е. Ліндемана стверджує, що кризова ситуація може викликати руйнівні зміни у житті людини, але також може бути можливістю для особистісного розвитку [16]. Соціальні працівники, психологи та педагоги, які працюють за цією теорією, надають допомогу клієнтам у подоланні кризових ситуацій та зміцненні їхніх ресурсів.

Теорія соціалізації Дж.Г. Міда розглядає процес залучення людини до соціального середовища і формування соціальних навичок, цінностей та ідентичності [19]. Соціальні працівники, психологи та педагоги, які використовують цю теорію, допомагають клієнтам розвивати соціальну компетентність та адаптуватися до соціальних норм.

Когнітивно-біхевіористська теорія соціально-психологічної роботи ґрунтується на ідеї допомоги клієнтові, орієнтуючись на особливість його мислення, установки, які в кінцевому підсумку спрямовують його дії. Сутність допомоги полягає у регуляції соціальної поведінки клієнта шляхом набуття навичок відпрацьовувати механізми своїх учинків відповідно до соціальних умов.

Поведінкові теорії розвивали Дж.Б. Вотсон, Б.Ф. Скіннер, А. Бандура. Представниками когнітивної психології, що лягла в основу когнітивно-біхевіористської теорії соціально-психологічної роботи, є А. Елліс, А. Бек, В. Глассер. Сучасний розвиток когнітивно-біхевіористської теорії соціальної роботи пов'язують з іменем американського фахівця Г. Голдстейна, який модифікував застосування когнітивної та біхевіористської психології для соціальної адаптації клієнтів [15].

Гуманістична теорія убачає головні резерви в особистості самої людини, у початково закладених у неї силах добра, психічного здоров'я й бажання до самовдосконалення. Тому в рамках цієї теорії соціально-психологічної роботи клієнтам відводять роль активних творців власного життя, чий стиль може бути обмежений лише фізичними або соціальними впливами. Допомога у виборі стратегії дій для клієнта має орієнтуватися на його пошук власного життєвого призначення. Засновниками гуманістичного напрямку в психології вважають К. Роджерса, А. Маслоу, Ф. Перлза, В. Франкла та ін.

Згідно з теорією подвійного (потрійного) мандата, соціальні працівники, психологи, педагоги мають виконувати подвійну (іноді потрійну) роль: сприяти інтересам та потре-

бам своїх клієнтів, а також служити інтересам суспільства [16]. У контексті соціально-психологічної роботи з дітьми, позбавленими батьківського піклування, теорія подвійного (потрійного) мандата набуває особливого значення. Спеціалісти із соціально-психологічної роботи мають не лише гарантувати дітям безпеку, покриття їхніх основних потреб і захист від насильства, а й працювати над тим, щоб забезпечити їм можливості для розвитку, самореалізації та інтеграції у суспільство.

Можливості використання цієї теорії у соціально-психологічній роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування, передбачають: розвиток програм, спрямованих на формування соціальних навичок та адаптацію до нового оточення; роботу з планування майбутнього дітей, сприяння їхньому освітньому та професійному розвитку; забезпечення психологічної підтримки та терапевтичної допомоги дітям, які пережили стресові ситуації.

Ураховуючи складну ситуацію дітей, позбавлених батьківського піклування, соціальні працівники та психологи мають брати до уваги обидва боки подвійного (потрійного) мандата: гарантування безпеки та захисту клієнтів, а також сприяння їхньому розвитку та інтеграції у суспільство.

Соціологічно орієнтовані теорії підтримки є сукупністю теоретичних концепцій соціально-психологічної роботи, основою яких є пізнання закономірностей соціального розвитку, структурування суспільства, взаємодії його соціальних інститутів [3]. Ці теорії зосереджують увагу на фізичному й соціальному оточенні клієнта, соціальних нормах і соціальних патологіях, соціальному контролі за поведінкою клієнта, розглядають соціальні причини виникнення складних життєвих ситуацій. Фундаторкою соціологічного напрямку підтримки вважають Дж. Адамс. Теорія соціально-психологічної роботи розглядає суспільство як складну соціальну систему, утворену із сукупності взаємопов'язаних елементів у вигляді соціальних організацій та інститутів, взаємодія яких впливає на життєдіяльність людини [9]. Ґрунтується на ідеї, що задовільне життя людини залежить від систем, які її оточують, а сім'ю розглядає як систему, усередині якої існують відносини між подружжям, дітьми і родичами, а сама вона включена у взаємодію з різноманітними соціальними інститутами: державою, системою освіти й виховання, економічними та іншими організаціями. Допомога полягає у виявленні чинників оточення клієнта, фіксації впливу на нього інших людей, а також соціальних факторів.

Серед соціологічно орієнтованих теорій підтримки слід виділити теорію соціальної системи Талкота Парсонса, що визначає соціальну систему як складну мережу взаємодій та

зв'язків між людьми [4]. Соціальні працівники можуть використовувати цю теорію для аналізу взаємодій у сім'ї, спільноті або суспільстві; теорію соціального конфлікту Карла Маркса, яка розглядає суспільство як поле боротьби між класами за ресурси та владу [6].

Соціально-радикальна теорія соціально-психологічної роботи Рудольфа Вернера висуває тезу про те, що соціальні проблеми є результатом нерівності в розподілі ресурсів у суспільстві. За цією теорією соціальні працівники мають боротися з першопричинами соціальних проблем, такими як бідність, нерівність, безробіття та інші форми соціальної нерівності [16]. Основна мета – створення суспільства, де кожна людина має рівні можливості для розвитку та самореалізації. Можливості застосування цієї теорії у соціально-психологічній роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування, полягають у розвитку програм та ініціатив, спрямованих на зменшення бідності серед сиріт та дітей, які перебувають у складних життєвих обставинах; роботі з урядовими та громадськими організаціями для забезпечення реалізації прав дитини на освіту, медичний догляд та інші соціальні послуги.

Теорія ролей і стигматизації Еверетт Х'юз указує на те, що стигматизація (позначення людини негативною міткою) може впливати на формування ролей у суспільстві. Люди, яким приписуються негативні стигми, можуть мати обмежений доступ до ресурсів та можливостей. Також вони можуть внутрішньо усвідомлювати цю стигматизацію, що призводить до низької самооцінки та втрати впевненості.

Можливості застосування теорії у соціально-психологічній роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування, полягають у створенні програм та заходів, спрямованих на боротьбу зі стигматизацією дітей, яким бракує батьківського піклування; організації та проведенні тренінгів та роботи з громадськими організаціями, спрямованих на популяризацію позитивного ставлення до таких дітей та позначення їхніх потреб у суспільстві.

Серед комплексних (біопсихосоціальних) теорій соціально-психологічної роботи було виділено теорію системного підходу Л. Берталанффі, яка досліджує взаємодію компонентів системи, їх взаємозалежність та взаємовплив [17]. Вона допомагає соціальним працівникам, психологам, педагогам аналізувати складну мережу чинників, що впливають на життя клієнта. Теорія екологічного підходу розглядає людину у контексті її природного та соціального середовища.

Теорія системного підходу, розроблена німецьким біологом та філософом Людвігом фон Берталанффі, є однією з основних теорій системної науки [19]. Сутність теорії полягає у розгляді об'єкта як системи, склад-

ної взаємодії компонентів, що мають свою внутрішню структуру та функціонування. Автор визначив універсальні принципи функціонування систем, такі як саморегуляція, взаємодія з навколишнім середовищем, ієрархічна організація та ін.

Можливості застосування теорії системного підходу в соціально-психологічній роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування, полягає у:

1. Розумінні дитини як частини більшої системи: урахуванні впливу родини, школи, спільноти та інших чинників на життя дитини.

2. Розвитку програм та інтервенцій на основі системного аналізу: створенні комплексних програм, спрямованих на покращення умов для дітей, яким бракує батьківського піклування, з урахуванням впливу різних компонентів системи.

3. Взаємодії з різними рівнями системи: розвитку програм сприяння співпраці між родиною, школою, спільнотою та іншими установами для покращення життя дитини.

Теорія екологічного підходу в соціально-психологічній роботі виникла в контексті розвитку екологічної науки та теорії систем. Її основними авторами є Урі Бронфенбреннер та Джеймс Гарднер. Сутність цієї теорії полягає у тому, що вона розглядає людину як частину більшої системи, що містить родину, школу, спільноту, суспільство та природне середовище. Зміни в будь-якому із цих компонентів можуть мати великий вплив на життя людини.

Можливості застосування теорії екологічного підходу в соціально-психологічній роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування [11]:

1. Родина: розуміння впливу родинного середовища на дитину, сприяння створенню позитивних умов для дитини в прийомних сім'ях або установах дитячого будинку.

2. Школа: розвиток програм психосоціальної підтримки для дітей, позбавлених батьківського піклування, сприяння їх успішному навчанню та адаптації до шкільного середовища.

3. Спільнота: створення програм і заходів для залучення громадськості до підтримки дітей, яким бракує батьківського піклування, сприяння їх інтеграції у спільноту та формуванню позитивних взаємин з оточенням.

Отже, теорія екологічного підходу допомагає розглядати проблеми дитини, позбавленої батьківського піклування, у контексті ширшої системи, що дає змогу розуміти вплив різних чинників на її життя та сприяти розвитку комплексних програм та інтервенцій для покращення її життя.

Теорії та підходи до соціально-психологічної роботи з дітьми, що позбавлені батьківського піклування, та сиротами містять концепції, які уточнюють закономірності та функції соціалі-

зації. У концепції функціоналізму Е. Дюркгейма підкреслено, що соціалізація є головним засобом суспільства, завдяки якому до біологічної та егоїстичної сутності людини додається нова соціальна сутність, унаслідок чого людина отримує можливість вести моральне соціальне життя [9]. Соціалізація – це процес засвоєння людиною соціальних норм і підпорядкування їм. Соціалізація забезпечує міцність і збереження суспільства і передання інформації між поколіннями.

Школа структурного функціоналізму Т. Парсонса, Р. Мертона дотримується концепції «жорстокої» соціалізації (передбачає підпорядкування людини суспільству, адаптацію та повну інтеграцію людини в соціальну систему) [12].

Концепція «соціального конструювання реальності» Х. Бергера, Т. Лукмана розглядає соціалізацію як конструювання, що враховує послідовність життєвих фаз, кожна з яких має різне значення в процесі соціалізації [17]. У ході соціалізації відбувається взаємодія біологічних властивостей людини із соціальним контекстом, як наслідок, народжується особистість із певним набором особистісних властивостей.

Теоретичні концепції А. Маслоу можуть бути використані для розуміння потреб і проблем сиріт. Науковець розробив ієрархію потреб включно з фізіологічними потребами, потребами в безпеці, прив'язаності та любові, у повазі та самооцінці, а також потреби в самореалізації. Його теоретичні підходи можуть бути корисними для розуміння потреб сиріт і для розроблення програм соціальної підтримки [8].

Джейн Адамс, британська соціальна працівниця, розробила поняття «позитивне виховання» (positive parenting), яке ставить акцент на позитивному впливі на дитину, забезпеченні її потреб у любові, захисті, стабільності та позитивних взаєминах [16]. Модель «позитивного виховання» базується на підході, спрямованому на позитивну взаємодію з дітьми, створення сприятливого середовища для їхнього розвитку та навчання батьків (приймачів батьків) ефективних стратегій виховання.

Основними принципами моделі «позитивного виховання» є [20]:

1. Емоційна підтримка: створення емоційно позитивного середовища для дитини, виявлення та вираження любові, розуміння та підтримки її емоційних потреб.

2. Установлення чітких меж: сприяння розвитку здорового самоконтролю та встановлення чітких правил і очікувань для дитини.

3. Позитивне спілкування: використання конструктивного способу спілкування з дитиною, позитивного підходу до вирішення конфліктних ситуацій та навчання її ефективної комунікації.

Роль моделі «позитивного виховання» полягає у тому, щоб створити сприятливе середовище для фізичного, емоційного та соціального розвитку дитини. Це також сприяє формуванню позитивних міжособистісних взаємин, розвитку самоповаги та самоконтролю. Застосування моделі «позитивного виховання» в роботі з дітьми, позбавленими батьківського піклування, полягає у зменшенні конфліктних ситуацій між прийомними батьками та дітьми; покращенні емоційного стану дитини та створенні позитивного психологічного клімату в сім'ї; розвитку здорових міжособистісних навичок спілкування у дитини.

Висновки з проведеного дослідження.

Отже, модель «позитивного виховання» може бути корисною для соціальних психологів, педагогів та прийомних батьків у створенні позитивного середовища для розвитку та виховання дітей, сприяти емоційному та соціальному розвитку. Результати аналізу наукових джерел за проблемою дослідження показали, що соціально-психологічна робота з дітьми, позбавленими батьківського піклування, ґрунтується на різних теоріях та підходах, що визначають методи та стратегії роботи із цією категорією дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Євтух М.Б. Соціальна робота в зарубіжних країнах : навчальний посібник. Київ : Чалчинська Н.В., 2016. 169 с.
2. Капська А.Й. Соціальна педагогіка : підручник. Київ : Центр навчальної літератури, 2006. 468 с.
3. Капська А.Й. Соціальна робота, деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю. Київ : УДЦССМ, 2020. 220 с.
4. Коваленко Л. Психологічне супроводження дітей, які позбавлені батьківського піклування / *Психологія та соціальна робота*. 2019. № 4(41). С. 78–85.
5. Лавриченко Н. Педагогіка соціалізації: європейські абрисы. Київ : ВІРА ІНСАЙТ, 2000. 444 с.
6. Мельник Г. Соціалізація особистості: проблеми та шляхи подолання. Київ, 2010.
7. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2005. 448 с.
8. Петрова Н. Альтернативні форми опіки над дітьми-сиротами: виклики та можливості. *Вісник соціальної роботи*. 2017. № 3(28). С. 112–120.
9. Печенко І.П. Проблема соціалізації особистості в контексті сучасної педагогіки. *Вісник Київського міжнародного університету. Серія «Педагогічні науки»*. 2006. Вип. 9. С. 207–222.
10. Печенко І.П. Соціалізація як предмет науково-педагогічного вивчення. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2006. № 3. С. 10–17.
11. Соціальна робота в Україні: теорія та практика : посібник / за ред. А.Я. Ходорчук. Київ : ДЦССМ, 2003. 264 с.
12. Капська А.Й. Соціальна робота : навчальний посібник. Київ : Слово, 2011. 399 с.

13. Соціальна робота з різними групами клієнтів / уклад. Н.І. Ревнюк. Умань : Жовтий О.О., 2014. 116 с.
14. Bowlby J. Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. NewYork: BasicBooks, 1969.
15. Checkland, P. Systems Thinking, Systems Practice. Wiley, 1981.
16. Integrating Technology into ChildWelfare Practice: A Theoretical Model for Implementation by Dana Weiner and FredWulczyn. Published in ChildWelfare, Volume 92, Number 2, March/April 2013, Pages 9–26.
17. Marx K., & Engels, F. (1848). The Communist Manifesto. London: PenguinClassics.
18. Oster J. Social Support for Orphans: Issues and Perspectives. ChildWelfare Journal, vol. 42, no. 3, 2018, pp. 275–290.
19. Sebba J. Education and lookedafterchildren: The educationalexperiences of children in public care, 2015.
20. Technology and ChildWelfare: A Longitudinal Examination of the Organizational Factors Associated with the Adoption of Technology by Jill Duerr Berrick, Jill H. Horwitz, Barbara Needell, and Richard P. Barth. Published in Children and YouthServices Review, Volume 32, Issue 6, June 2010, Pages 857–865.

РЕАЛІЗАЦІЯ ІДЕЙ СТАЛОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА У БАЧЕННІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

IMPLEMENTATION OF IDEAS OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT OF SOCIETY IN THE VISION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

Статтю присвячено викладу результатів емпіричного дослідження обізнаності майбутніх психологів щодо ідей концепції сталого суспільного розвитку та настановлень для її реалізації у подальшій професійній діяльності. Установлено, що більшість опитаних майбутніх психологів має обмежене уявлення про суть сталого розвитку суспільства, зводячи його до вирішення екологічних проблем в умовах сьогодення та ігноруючи соціальний аспект і питання наступності. При цьому більше половини респондентів намагаються дотримуватися ідей сталого розвитку, оскільки вони ці ідеї розуміють. Майбутні психологи небезпідставно вважають, що війна в Україні активізувала важливість утілення цінностей сталого розвитку вітчизняного суспільства. Однак лише близько третини респондентів указали на значне дотримання ідей сталого суспільного розвитку в оточенні. З'ясовано, що головними перешкодами реалізації ідей сталого розвитку респонденти вважають споживацьке ставлення до природних ресурсів та низьку екологічну свідомість і культуру українських громадян. Тому майбутні психологи перспективними професійними завданнями вважають популяризацію ідей міжособистісної толерантності та розвиток екологічної свідомості, а також активізацію моральних цінностей і соціальної відповідальності клієнтів. Найбільш очевидним аспектом реалізації ідей сталого розвитку суспільства у майбутній професійній діяльності опитані студенти-психологи правомірно вважають соціальний аспект. При цьому вони дещо ігнорують проблему міжпоколінної наступності. Університетське середовище є полігоном для формування цінностей сталого розвитку студентів. Пріоритетним для викладачів стає завдання збагачення компетентності та формування мотиваційно-ціннісної готовності майбутніх психологів щодо їхньої подальшої професійної місії – реалізації ідей сталого розвитку.

Ключові слова: сталий розвиток суспільства, соціальний складник сталого розвитку суспільства, фахове навчання, студенти, майбутні психологи, професійна діяльність психолога.

The article is devoted to the presentation of the results of an empirical study of the awareness of future psychologists regarding the ideas of the concept of sustainable social development and guidelines for its implementation in further professional activity. It was established that the majority of interviewed future psychologists have a limited idea of the essence of the sustainable development of society, reducing it to the solution of environmental problems in today's conditions and ignoring the social aspect and the issue of continuity. At the same time, more than half of the respondents try to adhere to the ideas of sustainable development, as they understand these ideas. Future psychologists rightly believe that the war in Ukraine intensified the importance of embodying the values of sustainable development of the national society. However, only about a third of the respondents indicated significant adherence to the ideas of sustainable social development in the environment. It was found that the main obstacles to the implementation of the ideas of sustainable development are considered by the respondents to be a consumerist attitude to natural resources and low environmental awareness and culture of Ukrainian citizens. Therefore, future psychologists consider the popularization of the ideas of interpersonal tolerance and the development of environmental awareness, as well as the activation of moral values and social responsibility of clients, as promising professional tasks. The most obvious aspect of the implementation of the ideas of sustainable development of society in future professional activity is considered by the surveyed psychology students to be the social aspect. At the same time, they somewhat ignore the problem of intergenerational succession. The university environment is a training ground for the formation of values of sustainable development of students. The enrichment of competence and formation of motivational and value readiness of future psychologists for the further implementation of ideas of sustainable development is a priority task of lecturers.

Key words: sustainable development of society, social component of sustainable development of society, professional training, students, future psychologists, professional activities of a psychologist.

УДК 159.9.075

DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.16)

2024.58.16

Столярчук О.А.

д.психол.н.,
професор кафедри психології
особистості та соціальних практик
Київський столичний університет
імені Бориса Грінченка

Сергєнкова О.П.

д.психол.н.,
завідувач кафедри психології
особистості та соціальних практик
Київський столичний університет
імені Бориса Грінченка

Актуальність дослідження. Значні процеси трансформації суспільної свідомості українців, спричинені війною та постійними загрозами життєдіяльності й особистісному благополуччю, можуть стати сприятливим підґрунтям для ревізії та кристалізації українцями екзистенційних цінностей і подальшої інтеграції у демократичний європейський простір. Психологи є професійною спільнотою, яка через власну особистість і діяльність безпосередньо залучена до реалізації соціального складника сталого розвитку суспільства,

а також дотична до інших векторів – економічного та екологічного. Успішність цієї реалізації вже на початку професійної діяльності психолога суттєво залежить від його компетентності у сфері проблематики сталого розвитку суспільства, розуміння значущості встановлення балансу між задоволенням сучасних потреб людства і захистом інтересів майбутніх поколінь, а також готовності здійснювати власний внесок у реалізацію ідей сталого розвитку суспільства. Отже, доречним постає системний моніторинг обізнаності майбутніх психо-

логів щодо ідей концепції сталого суспільного розвитку та настановлень для її реалізації у подальшій професійній діяльності впродовж їх фахового навчання.

Пріоритет упровадження ідей сталого розвитку українського суспільства затверджено Указом Президента України «Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року». У цьому документі виокремлено 17 цілей сталого розвитку суспільства: подолання бідності; забезпечення здорового способу життя та сприяння благополуччю для всіх у будь-якому віці; забезпечення всеохоплюючої і справедливої якісної освіти та заохочення можливості навчання впродовж усього життя для всіх; забезпечення гендерної рівності, розширення прав і можливостей усіх жінок та дівчат; сприяння поступальному, всеохоплюючому та сталому економічному зростанню, повній і продуктивній зайнятості та гідній праці для всіх; створення стійкої інфраструктури, сприяння всеохоплюючій і сталій індустріалізації та інноваціям; скорочення нерівності; забезпечення переходу до раціональних моделей споживання і виробництва; сприяння побудові миролюбного та відкритого суспільства в інтересах сталого розвитку, забезпечення доступу до правосуддя для всіх і створення ефективних, підзвітних та заснованих на широкій участі інституцій на всіх рівнях; зміцнення засобів здійснення й активізація роботи в рамках глобального партнерства в інтересах сталого розвитку [4].

Вітчизняний науковець О. Ляшенко цілком слушно наголошує, що освіта є передумовою та водночас пріоритетним засобом досягнення сталого розвитку, з особливою роллю вищої освіти. При цьому сталий розвиток ЗВО є безперервним процесом гармонізації взаємодії внутрішніх стейкхолдерів щодо узгодження здійснюваної освітньої та науково-дослідної діяльності з концептуальною тріадою сталого розвитку: соціальною, екологічною, економічною сферами в ендегенній та екзогенній площинах та переходом до стійкого функціонування [2, с. 100]. Дотичною є й ідея вченої О. Попело, що вища освіта виступає детермінантою сталого розвитку держави за рахунок можливості становлення нового мислення, що забезпечує досягнення цілей сталого розвитку, закладення фундаменту для розвитку науки та впровадження інновацій у напрямі забезпечення екологічності виробництва, дбайливого використання ресурсів та підвищення якості життя населення [3, с. 194].

Дослідники Д. Тілбері та Д. Вортман окреслюють низку освітніх векторів для сталого розвитку: уяву (здатність уявити собі бажане майбутнє й вибрати найкращі способи його досягнення); критичне мислення та рефлексію; системне мислення; розвиток партнер-

ських відносин, навчання взаємодії; участь у схваленні рішень [5].

Аналіз вітчизняними дослідницями С. Лебідь, Г. Непеіною обізнаності студентів дав змогу зробити висновок про необхідність загострення уваги під час освітнього процесу на різноманітних аспектах упровадження стратегії сталого розвитку суспільства [1].

Загалом аналіз наукових публікацій засвідчив фрагментарність висвітлення проблеми реалізації ідей сталого розвитку вітчизняного суспільства; також не потрапив у фокус вивчення такий її аспект, як роль фахової підготовки майбутніх психологів для втілення цілей сталого суспільного розвитку.

Метою статті є виклад результатів вивчення обізнаності майбутніх психологів щодо ідей концепції сталого суспільного розвитку та настановлень для її реалізації у подальшій професійній діяльності.

До проведення дослідження було залучено 160 студентів першого-п'ятого курсів, що опановують психологічну спеціальність у Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка. Усі учасники дослідження були поінформовані про його мету, дотримання принципу конфіденційності через анонімність їхніх відповідей та висловили добровільну згоду на участь в анкетуванні. Під час діагностичного етапу дослідження використано метод письмового опитування засобом Google-форми (авторська розробка змісту анкети). На етапі обробки даних застосовано методи кількісного та якісного аналізу, зокрема середніх значень, відсоткових співвідношень, ранжування, на платформі статистичної програми IBM SPSS Statistics (версія 26). Завершено дослідження інтерпретацією й узагальненням отриманих діагностичних даних.

Виклад результатів дослідження. Перше питання анкети було спрямоване на з'ясування змісту розуміння студентами концепції сталого розвитку. Респонденти мали вибрати найбільш правильне, на їхню думку, тлумачення цієї концепції. Результати опитування засвідчили, що лише 45% опитаних студентів повною мірою і правильно розуміють суть концепції сталого розвитку як установалення балансу між задоволенням сучасних потреб людства і захистом інтересів прийдешніх поколінь. Водночас більше половини (55%) респондентів обмежено розуміють суть цієї концепції, оскільки не пов'язують сталий розвиток людства з інтересами майбутніх поколінь. Також 16,3% майбутніх психологів ігнорують соціальний та екологічний складники сталого суспільного розвитку, зводячи їх лише до економічного аспекту.

Наступне питання анкетування дало змогу з'ясувати, чи є популярними серед оточення опитаних студентів ідеї сталого розвитку люд-

ства. Було встановлено, що лише у колі оточення 10% респондентів ці ідеї непопулярні, позаяк більше розповсюджені споживацькі інтереси, культ фінансового забезпечення та низька екологічна культура. Водночас переважача частина вибірки (61,3%) опитаних студентів-психологів указала на часткову популярність ідей сталого розвитку у їхньому оточенні, зокрема серед тих, хто ознайомлений із цими ідеями та має розвинені етико-екологічні цінності. І лише десята частина опитаної вибірки визнала, що їхнє оточення значною мірою дотримується ідей сталого розвитку суспільства, оскільки здебільшого відповідально ставиться до природи, визнає та підтримує цінність кожної особистості, толерантно спілкується.

У фокус нашого дослідження потрапило питання виявлення актуальних для українського суспільства перешкод, що найбільше заважають реалізовувати цінності сталого розвитку. Результати ранжування відповідей майбутніх психологів викладено в табл. 1. Прикметно, що респонденти на першу позицію рейтингу поставили внутрішню перешкоду, яка відображає багаторічну державну політику, нав'язану керівництвом колишнього Радянського Союзу щодо підкорення людиною природи, максимального споживацьке використання її ресурсів у сьогоденні без огляду на майбутнє. Власне, друга позиція рейтингу співзвучна з першою, бо теж наголошує на низькій екологічній свідомості і культурі як типових внутрішніх перешкодах реалізації ідей сталого розвитку в сучасному українському суспільстві. Водночас трохи більше половини опитаних визнали актуальною і зовнішню перешкоду – недосконалість і слабку дієвість вітчизняних юридичних механізмів контролю за дотриманням цінностей сталого розвитку (третя позиція рейтингу).

Симбіоз соціальних і особистісних аспектів детермінації перешкод сталого розвитку суспільства постає під час аналізу інших рейтингових позицій. На четвертому місці розташувалася перешкода аксіологічного походження, що полягає у суперечності між бажанням фінансового забезпечення й етичними цінностями. Труднощі соціально-економічного розвитку українського суспільства відобразились у 5-й і 6-й позиціях рейтингу перешкод. Заслугує на увагу, що майже третина опитаних визнала актуальною перешкодою для втілення цінностей сталого розвитку почуття меншовартості українців, труднощі вияву власної національної ідентичності, спровоковані тривалою ідеологічною та культурною експансією росіян. Менше четвертої частини опитаних указують на такі несприятливі особистісні прояви українців, як розбещеність і егоїстичність у міжособистісній взаємодії.

Війна України з російською федерацією глибоко зачепила всі сфери життєдіяльності українців, як вітальні, так і ментальні. Особистісні кризові переживання, спричинені постійними загрозами життю та здоров'ю, спровокували ревізію усталених життєвих цінностей у більшості українців. У процесі дослідження нам було важливо з'ясувати, чи актуалізувала війна вагомість і пріоритетність ідей сталого розвитку для українського суспільства у баченні майбутніх психологів. Майже 40% респондентів відповіли ствердно, пов'язуючи сталий розвиток із патріотичним світоглядом і підтверджуючи своє бачення прагненням українців реалізувати суб'єктність свого життя через збереження незалежності Української нації. Натомість десята частина опитаних налаштована скептично, вважаючи, що українці на разі не переймаються питаннями сталого суспільного розвитку, оскільки для них є пріоритетом безпека виживання та задоволення базових

Таблиця 1

Перешкоди втілення цінностей сталого розвитку

Варіанти відповідей	Кількість виборів респондентів* (%)	Рейтингова позиція
Споживацьке ставлення до природних ресурсів	76,3	1
Низька екологічна свідомість і культура	68,8	2
Недосконалість і слабка дієвість юридичних механізмів контролю за дотриманням цінностей сталого розвитку	52,5	3
Дисбаланс між бажанням фінансового забезпечення й етичними цінностями	46,3	4
Невизначеність майбутнього, настанова на життя «тут і зараз»	45	5
Утома від економічної та соціальної нерівності у суспільстві	33,8	6
Почуття меншовартості, труднощі вияву власної національної ідентичності	30	7
Розбещеність, егоїстичність у міжособистісній взаємодії	23,8	8

* Питання передбачало можливість одночасного вибору кількох варіантів відповіді

потреб. Трохи більше половини (52,4%) респондентів зазначили, що відбувається лише часткова активізація ідей сталого розвитку внаслідок війни, оскільки дотримання цих переконань перешкоджають несприятливій зовнішній умови життя українців та обмеженість свободи їхніх дій.

За допомогою наступних питань анкетування наша дослідницька група прагнула сфокусувати увагу респондентів на їхній власній активності щодо реалізації ідей сталого розвитку суспільства. У межах нашого дослідження важливо було дізнатися, наскільки університетський освітній простір сприяє укріпленню цінностей сталого суспільного розвитку серед студентів. Більше половини (51,2%) респондентів визнали, що освітні цінності, які пропагуються в університетському середовищі, повністю узгоджуються із цінностями сталого розвитку. Дещо більше третини (36,3%) опитаних вважає, що університетський освітній простір найбільше пропагує цінності сталого суспільного розвитку лише щодо соціальної сфери. Небагато, а саме 5%, майбутніх психологів побачили пропагування в університетському середовищі лише цінностей економічного вектору сталого суспільного розвитку. Шість респондентів (3,7%) пов'язують університетські освітні цінності тільки з екологічною сферою сталого розвитку. Четверо опитаних вважають, що в університеті взагалі не пропагуються ніякі цінності сталого розвитку суспільства. Двоє учасників дослідження утрималися від чіткої відповіді.

Наступне питання анкети передбачало рефлексію майбутніми психологами їхньої активності щодо реалізації у власному житті ідей сталого розвитку суспільства. Майже половина (46,6%) респондентів стверджує, що втілюють ідеї сталого розвитку суспільства

значною мірою, оскільки для них важливо дбати про екологію, культуру взаємодії між людьми та їх теперішню та майбутню самореалізацію. Половина опитаних майбутніх психологів визнала, що лише частково втілює ідеї сталого розвитку суспільства у власному житті, а саме у площині екологічного ставлення до природи та людей. Шість респондентів (3,7%) відверто зазначили, що не переймаються втіленням ідей сталого розвитку у власному житті, мотивуючи це тим, що «один у полі не воїн», чи наявністю інших життєвих завдань.

Зважаючи на те, що учасниками нашого дослідження стали майбутні психологи, важливо було з'ясувати, чи узгоджуються їхні цінності майбутньої професійної діяльності з ідеями сталого розвитку суспільства. Аналіз відповідей опитаних студентів виявив позитивну тенденцію щодо цього питання, позаяк 70% респондентів відповіли ствердно, уточнивши, що їхні цінності майбутньої професійної діяльності узгоджуються з ідеями сталого розвитку суспільства через прагнення служити суспільству та надавати якісну психологічну допомогу. Майже чверть опитаних (23,7%) критично засвідчила, що це узгодження має лише частковий характер, утілюючись у потребі саморозвитку та самореалізації. І десятеро майбутніх психологів (6,3%) визнали, що їхні цінності майбутньої професійної діяльності не узгоджуються з ідеями сталого розвитку, оскільки пріоритетом є фінансове забезпечення та побудова успішної кар'єри.

Для глибшого виявлення нами компетентності студентів щодо можливостей психолога реалізовувати ідеї сталого розвитку суспільства у власній професійній діяльності було сформульовано відповідне питання анкети. Аналіз відповідей респондентів дав змогу створити рейтинг бачення ними напрямів про-

Таблиця 2

Провідні напрями реалізації психологом ідей сталого розвитку

Варіанти відповідей	Кількість виборів респондентів* (%)	Рейтингова позиція
Популяризація ідей міжособистісної толерантності та розвиток екологічної свідомості	72,5	1
Активізація моральних цінностей і соціальної відповідальності клієнтів	68,8	2
Підвищення рівня особистісного благополуччя та життєвого задоволення	61,3	3
Профілактика та конструктивне вирішення конфліктів	42,5	4
Пошук і розвиток здібностей, особистісного потенціалу	42,5	4
Послаблення травмуючих переживань клієнта, кризове втручання	36,3	5
Посилення наступності розвитку суспільства через міжпоколінну взаємодію	30,0	6
Розвиток прогностичних умінь і корекція життєвої стратегії клієнтів	30,0	6

* Питання передбачало можливість одночасного вибору кількох варіантів відповіді

фесійної діяльності психолога, у яких він найбільше може реалізовувати ідеї сталого розвитку (табл. 2). Як бачимо, за слушною думкою опитаних, найбільше психолог у своїй фаховій діяльності може реалізувати соціальний та екологічний складники сталого розвитку суспільства, оскільки перше місце рейтингу зайняв такий напрям, як популяризація ідей міжособистісної толерантності та розвиток екологічної свідомості. Співзвучним до цього є зміст другої позиції рейтингу, що передбачає активізацію психологом моральних цінностей і соціальної відповідальності клієнтів. Підвищення психологом рівня особистісного благополуччя та життєвого задоволення клієнтів, що зайняло третю рейтингову позицію, чітко відображає соціальний аспект концепції сталого розвитку суспільства, і ця тенденція зберігається щодо наступних рейтингових позицій.

Насамкінець респондентам було поставлене питання, що з'ясовувало джерела, із яких вони дізналися про концепцію сталого розвитку людства. Було встановлено, що провідними джерелами є інформаційні Інтернет-ресурси (62,5%) та соціальні мережі (58,8%). Близько третини (36,3%) опитаних дізналися про ідеї сталого розвитку від викладачів. Привертає увагу виявлений факт, що стільки ж респондентів указали, що дізналися про концепцію сталого розвитку з нашого анкетного опитування. Частина опитаних отримала інформацію ще під час шкільного навчання від учителів (12,5%). Виявлено, що засоби мас-медіа та розповіді батьків не є розповсюдженими джерелами отримання студентами інформації щодо змісту концепції сталого розвитку суспільства (по 5% та 1,3% виборів відповідно).

Висновки. Дослідження виявило, що більшість опитаних майбутніх психологів має обмежену, фрагментарну компетентність щодо проблеми сталого розвитку суспільства, а прищеплення студентам цінностей цього розвитку відбувається стихійно та фра-

гментарно. Значна частина опитаних студентів-психологів має обмежене уявлення про ідеї сталого розвитку суспільства, сформоване на підґрунті опрацьованих Інтернет-ресурсів і соціальних мереж. Відповідно, для вдосконалення якості фахової підготовки психологів у межах особливої актуальності трансформації громадської думки щодо питань наступності та сталості розвитку вітчизняної суспільства у поствоєнний період для викладачів постає завдання – предметно, у міждисциплінарному ракурсі, розглядати зі студентами зміст концепції сталого розвитку та формувати їхню готовність до її реалізації у майбутній фаховій діяльності.

Перспективу подальших наукових розвідок убачаємо у дослідженні ролі саморозвитку студентів для реалізації ними ідей сталого розвитку суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Лебідь С.Г., Непєїна Г.В. Результати дослідження стану обізнаності студентів щодо питання сталого розвитку суспільства. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія». Серія «Педагогіка»*. 2010. Вип. 123(110). С. 35–40.
2. Ляшенко О.М. Сталий розвиток закладів вищої освіти: локальні інформаційно-комунікативні аспекти. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2020. № 2(58). С. 97–102.
3. Попело О.В. Детермінуючий вплив вищої освіти на сталий розвиток держави. *Матеріали II Міжнародної наук.-практ. конф. «Бізнес, інновації, менеджмент : проблеми та перспективи»*, м. Київ, 8 грудня 2022 р. Київ, 2022. С. 194.
4. Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року : Указ Президента України від 30 вересня 2019 р. № 722/2019. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/7222019-29825> (дата звернення: 14.01.2024).
5. Tilbury, D. and Wortman, D. *Engaging People in Sustainability*, Commission on Education and Communication, IUCN, Gland, Switzerland and Cambridge, UK Gland : IUCN, 2004. 137 p.

НЕЙРОКОГНІТИВНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ У ДИТЯЧОМУ ВІЦІ

NEUROCOGNITIVE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL TRAUMATIZATION IN CHILDHOOD

У статті розглянуто динамічний характер нейрокогнітивного розвитку дитини з урахуванням чинників уразливості до виникнення психічної травми в дитячому віці. Психічна травма є результатом переживання подій, які сприймаються людиною як загрозові для життя та мають тривалі негативні наслідки для її психосоціального функціонування та суб'єктивного благополуччя. Сучасні дослідження у царині нейронаук та нейробіології міжособистісних стосунків переконують у тому, що мозок дітей є винятково пластичним та сензитивним як до позитивного, так і негативного (травматичного) досвіду. Висвітлено нейробіологічні механізми стресової відповіді та посттравматичного стресового навантаження у дітей, які пережили травматичний досвід, що розташовані у стовбурі, середньому та кірковому шарах мозку. З'ясовано вплив стресу та травми на психосоціальне функціонування дітей, особливо під час сензитивних та критичних періодів їхнього дитинства. Установлено, що діти регулюють стресову відповідь на психотравматичну подію залежно від свого віку, тривалості загрози, проявляючи широкий спектр реакцій у межах континууму (від адаптивних до дезадаптивних). Дітям, які пережили травматичну подію, притаманна підвищена мозкова активація режимів боротьби/втечі або завмирання, коли вони опиняються в небезпечному для життя середовищі. Особливий акцент зроблено на розумні захисні чинники, у тому числі механізми нейропластичності мозку. Сформовані висновки проливають світло на розуміння патогенезу психіатричних розладів, пов'язаних із психічними травмами, та можуть знайти практичне застосування під час психотерапевтичної підтримки дітей, які пережили психотравматичні події у дитинстві. Наголошено на необхідності проведення емпіричного дослідження з метою більш детального аналізу даної проблематики.

Ключові слова: дитячий вік, психічна травма, посттравматичне стресове навантаження, стрес-відповідь, нагадування про травму, дисоціація.

This article examines the dynamic nature of a child's neurocognitive development, considering factors predisposing to the occurrence of psychological trauma in childhood. Psychological trauma results from experiences perceived as life-threatening and has lasting negative consequences for one's psychosocial functioning and subjective well-being. Modern research in neuroscience and neurobiology of interpersonal relationships suggests that a child's brain is highly plastic and sensitive to both positive and negative (traumatic) experiences. The neurobiological mechanisms of stress response and post-traumatic stress load in children who have experienced trauma, located in the brainstem, midbrain, and cortical layers of the brain, were highlighted. The impact of stress and trauma on children's psychosocial functioning, especially during sensitive and critical periods of their childhood, was discussed. It is found that children regulate their stress response to a traumatic event depending on their age and the duration of the threat, exhibiting a wide range of reactions along a continuum from adaptive to maladaptive. Children who have experienced a traumatic event exhibit heightened brain activation in fight/flight or freeze modes when in life-threatening environments. Special emphasis is placed on understanding protective factors, including mechanisms of brain neuroplasticity. The formulated conclusions shed light on understanding the pathogenesis of psychiatric disorders associated with psychological trauma and may have practical implications for psychotherapeutic support for children who have experienced psychologically traumatic events in childhood. The necessity of conducting empirical research for a more detailed analysis of this issue was emphasized.

Key words: childhood, psychological trauma, post-traumatic stress burden, stress response, trauma reminder, dissociation.

УДК 159.9.018:398.21
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.17>

Швед М.П.

аспірантка кафедри теоретичної та практичної психології
Національний університет
«Львівська політехніка»

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві спостерігається збільшення кількості осіб, які переживають психічну травматизацію у дитячому віці. Психічна травма становить серйозну загрозу для нейрокогнітивного розвитку дітей, особливо під час сензитивних та критичних періодів їхнього життя. Травматичні події, надмірний стрес та дефіцит піклування у ранньому дитинстві здійснюють значний вплив на анатомічну організацію мозку та його подальше функціонування [18]. Важливо відзначити, що діти, які ростуть у стабільному, турботливому та безпечному середовищі, мають тенденцію розвивати нейробіологічні задатки, що підвищують загальний стан їхнього психічного здоров'я, суб'єктивного благопо-

луччя, продуктивності та творчості. З іншого боку, діти, які виховуються у занедбаних, хаотичних або насильницьких умовах, стикаються з підвищеним ризиком появи значних труднощів у різних сферах психосоціального функціонування. Відомий американський психіатр Б. Перрі (1999) вважає, що кожна дитина має свій унікальний генетичний потенціал, але цей потенціал виражається по-різному залежно від часового проміжку, стилів виховання, патернів розвитку, сімейного середовища [16, с. 4]. У своїх працях цей дослідник наголошує, що мозок дітей розвивається послідовно та ієрархічно, а різні ділянки мозку відповідають за різні функції. Здоровий розвиток вищих ділянок мозку залежить від попереднього розвитку

його нижчих ділянок. Системні реакції на стрес починають розвиватися на початкових етапах життя, і основні нейробиологічні системи, відповідальні за посередництво у стрес-відповіді, розташовані в стовбурі й середньому мозку [15, с. 40]. У зв'язку із цим досвід раннього дитинства справляє значущий вплив на чутливість і остаточну організацію систем відповіді на стрес. Діти, які зазнали несприятливого впливу психічної травматизації, розвивають чутливі системи стрес-відповіді, що мають тривалі наслідки для їх емоційного регулювання, формування безпечної прив'язаності, розвитку когнітивних навичок, урешті-решт, поведінкової регуляції [23].

Мета статті полягає у теоретичному аналізі й систематизації наукових даних, що стосуються нейрокогнітивних механізмів психічної травматизації у дитячому віці, а також концептуалізації феномену «психічна травма».

Виклад основного матеріалу. У зв'язку із цим важливо розглянути тлумачення психічної травми та виявлення спектру нейрокогнітивних змін, які виникають у дітей під впливом травматичних ситуацій. Психічна травма описується як результат переживання однієї події або серії подій, які сприймаються людиною як загрози для життя та мають тривалі негативні наслідки для її психосоціального функціонування, емоційного чи духовного благополуччя особи [8]. Слід відзначити, що після настання травматичних подій руйнується сприйняття дітьми світу як безпечного місця, це, своєю чергою, зумовлює труднощі в організації сприймання подій їхнього життєвого досвіду. Якщо діти стикаються з травматичними подіями та екстремальними загрозами на постійній основі, то в них виникає затяжна та довготривала реакція у вигляді посттравматичного стресового навантаження [1].

У своїх дослідженнях американський психіатр професор Бессел ван дер Колк [2] з'ясував, що діти, які пережили скривдження, не лише розвивають нездорові стратегії управління стресом, які утруднюють їхню здатність до повсякденного функціонування (наприклад, керування імпульсами, вирішення проблем або засвоєння нової інформації). Дітям, які пережили травматичну подію, притаманна підвищена мозкова активація режимів боротьби/втечі або завмирання, коли вони опиняються в небезпечному для життя середовищі. У своїй науковій праці Бессел Ван дер Колк (2014) указує на те, що травматичний досвід призводить до формування явної та прихованої пам'яті, і незалежно від того, може молода особа згадувати чи ні травматичну подію, її тіло продовжує реагувати на подразники, які пов'язані із цією подією [3]. Як наслідок, травматичні спогади не можуть бути консолідовані в довготривалу пам'ять та, скоріше за все, залишаються

закодованими в імпліцитну або автоматичну пам'ять. Ці імпліцитні спогади не можуть бути інтегрованими в автобіографічну пам'ять, і, відповідно, деякі їхні частини продовжують утручатися у вигляді ретроспективних спогадів, психосоматичних скарг, підвищеного збудження та тривожних реакцій, які є частиною профілю ПТСР (див. [3]). Водночас спогади про травматичні події мають тенденцію, принаймні спочатку, переживатися як фрагменти сенсорних компонентів події, наприклад у вигляді візуальних образів, нюхових, слухових або кінестетичних відчуттів, у тому числі інтенсивних хвиль почуттів [2].

На жаль, психотравматичні події, що трапляються під час критичних періодів життя дитини, впливають на розвиток різних ділянок мозку та змінюють не лише структуру, а й функцію ключових нейронних мереж, особливо тих, що відповідають за регулювання стресу і збудження [6, с. 2]. У ході досліджень Б. Перрі та Р. Поллард (1998) установили, що травма викликає всебічну реакцію загрози по всьому мозку дитини. По суті, травма руйнує рівновагу організму та спричиняє постійний набір компенсаторних відповідей, урешті-решт, установлюючи новий, але менш адаптивний стан гомеостазу [15, с. 36]. Кожна частина мозку активізується у спробі вижити під час переживання загрози. Травматичні події не лише зменшують стан гомеостазу, а й змінюють активність у всіх ділянках мозку, включаючи стовбуровий мозок, середній мозок, лімбічну систему та кірковий шар мозку. Щоб забезпечити виживання, процес виявлення та сприйняття загроз супроводжується реакцією, а різні ділянки мозку виконують різні ролі в реагуванні на загрозу [17]. Стовбур мозку приймає інформацію від органів чуття (зір, слух, нюх/смак і дотик) і регулює дихання, кров'яний тиск, частоту серцевих скорочень, температуру тіла, керує вегетативними та гіпоталамічними функціями, а також фільтрує зайву сенсорну інформацію. Проміжний мозок (мозочок) регулює відчуття збудження та аспекти моторної активності. Лімбічна система передає інформацію емоційного вмісту, залучаючи моделі прив'язаності. До складу лімбічної системи мозку входить мигдалеподібне тіло, воно відповідальне за регуляцію рівня тривоги й емоційних реакцій [16, с. 5]. Так, за допомогою функціонально-магнітно-резонансної томографії (fMRI) вчені зафіксували низку змін у мозку, які зумовлені переживанням дитиною стресу, а саме: підвищення активності мигдалеподібного тіла, гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової осі системи, яка відповідає за реакцію на стрес у мозку й тілі [13, с. 343]. У дослідженнях Дж. Гудмана та його команди (2012) з'ясовано, що

збільшене мигдалеподібне тіло пригнічує функцію гіпокампа, що призводить до порушення консолідації автобіографічних спогадів про травматичну подію [7]. Результати досліджень К. Бревін і співавторів (2010), Дж. Гудман (2012) указують на те, що гіперактивне мигдалеподібне тіло спочатку кодує, а потім консолідує власну версію травматичної події з урахуванням сенсорних образів травми в мигдалині, островці та дорсальному зоровому потоці, які беруть участь у виникненні яскравих спогадів [7; 12]. Р. Єхуда (R. Yehuda) і Дж. Леду (J. LeDoux) виявили, що порушення у гіпокампі також зумовлені дефіцитом контекстної обробки після травми, через що людина не може відрізнити безпечний контекст від небезпечного, що призводить до занадто вираженої реакції на стимули, пов'язані з травмою [12; 24]. Останній відділ мозку, який важливо згадати, – це неокортекс, що включає складні мережі між його різними ділянками, об'єднаними синаптичними зв'язками. Ці взаємозв'язки пов'язують функцію пам'яті з почуттям самоідентичності, усвідомленням власної свідомості, чуттєвим сприйняттям навколишнього світу, абстрактним мисленням. Відчуття особистої ідентичності тісно пов'язане зі спогадами, а самосвідомість пов'язана з чуттєвим сприйняттям [10].

Спираючись на теорії раннього розвитку Б. Перрі та співавт. [15], А. Шор [22], зазначимо, що траєкторія появи можливих симптомів, пов'язаних із травматичним досвідом, суттєво залежить від таких ключових чинників: віку дитини на момент впливу травматичної події, характеру впливу травми (її частоти, важкості та патерну, психічних та фізичних реакцій) та поєднання захисних факторів. Причому вік відіграє важливу роль у визначенні того, як молода особа реагує на загрозу. Що молодшою є дитина на момент травматичної події, то вищою є її сензитивність до посттравматичного стресового навантаження та сильнішими будуть наслідки травми у майбутньому, оскільки її нервова система ще розвивається та є незрілою [6, с. 2]. У разі загрози, коли відсутня належна відповідь від початкового сигналу тривоги, немовлята та маленькі діти змушені активувати надмірні стрес-відповіді для адаптації [22, с. 210]. Порушення цих сигналів є зумовленим екстремальним досвідом (коли ранні дитячо-батьківські взаємини характеризуються дефіцитом турботи й теплоти, непередбачуваністю, скривдженням) [14, с. 4].

Зарубіжні дослідники наголошують, що частота та тривалість травматичної події впливають на рівень опрацювання дітьми цього досвіду в майбутньому. Отже, до першої групи ми можемо віднести ненавмисні та одноразові психотравматичні події, наприклад нещасні

випадки, природні катастрофи, травми, отримані внаслідок медичних захворювань. До другої групи входять багаторазові події, спричинені людьми (війна, вимушене переселення, фізичне, емоційне та сексуальне насилля, втрата батьків, нехтування з боку опікуна, психічні розлади або залежності батьків). Травми, які належать до першої групи, піддаються швидшому опрацюванню, ніж травми другої групи [1, с. 17]. Важливо зауважити, що важкі травматичні події слугують активаторами вродженої або генетичної вразливості та можуть виступати предикторами у розвитку широкого спектру розладів пізніше в житті [13, с. 339].

Посттравматичний стресовий розлад (PTSD) не є єдиним результатом травм дитинства. Серед коморбідних нейропсихіатричних діагнозів є велика депресія, тривожні стани, ангедонія, розлад дефіциту уваги з гіперактивністю (ADHD), дисоціативний розлад [13, с. 345]. Розуміння сили психотравматичного досвіду та його впливу на мозок допоможе нам краще визначити психотерапевтичні інтервенції, необхідні у роботі з дітьми, які пережили травматичні події. Однак для того, щоб досягнути повнішого розуміння нейропсихіатричних синдромів, пов'язаних із травмами дитинства, потрібно продовжувати вивчати їх феноменологію, патерни відповіді та відповідні реакції.

Під час переживання травматичної події малолітні особи проявляють різноманітні патерни відповіді, і ці патерни мають тенденцію змінюватися залежно від стадії розвитку дитини [9]. Діти проявляють різні адаптаційні психічні та фізичні реакції на травму, включаючи фізіологічне гіперзбудження, під час якого активуються режими боротьби/втечі. З іншого боку, у дитини може спостерігатися дисоціативний стан, який супроводжується завмиранням [15]. Якщо діти тривалий час перебувають у стресовому середовищі та піддаються хронічній психологічній травматизації, то у них розвиваються активні та надмірно реактивні нейрофізіологічні реакції на стрес. Це особливо негативно впливає на кірковий шар мозку, зокрема префронтальну кору, відповідальну за контроль імпульсів, регуляцію емоцій, оперативну пам'ять і увагу. У результаті цього у дітей з'являються проблеми з виконавчими функціями на кшталт планування, виконання та розв'язання завдань [14, с. 5].

Дітям, які мають в анамнезі ранній травматичний досвід, притаманне відтворення цих подій у нових ситуаціях та взаєминах з іншими. Ці епізоди повторного переживання травматичного матеріалу часто виникають унаслідок нагадувань про травму. Останнє (trauma reminder) означає ситуації, події або речі, що нагадують особі травматичний досвід або

подію, яку вона пережила в минулому [4, с. 94]. Це може бути будь-що, що асоціюється з травмою і викликає в дитини емоційну або фізіологічну реакцію, схожу на ту, яку вони відчували під час самої травматичної події: звуки, запахи, місця, слова, об'єкти або ситуації, що нагадують про минулу травму. Для малолітніх осіб із травматичним досвідом нагадування про травму можуть викликати різні реакції, включаючи тривожність, страх, гнів, печаль, відчуття безпорадності, фізіологічні реакції або інші емоційні і психологічні відчуття [23]. У цьому контексті процес травматичного нагадування у мозку дитини можна описати так.

Перш за все травматичні нагадування виникають після зустрічі з подразниками, які асоціюються з попередніми травматичними подіями. Це може бути будь-який подразник, який нагадує дитині той час або ситуацію, коли травма сталася, такий як аромат, звук, місцезнаходження тощо [21, с. 18]. Коли дитина стикається з подразником, що асоціюється з травмою, її сенсорні системи обробляють цей подразник за допомогою органів чуття (зір, слух, нюх, смак, дотик, вестибулярний орган, пропріоцептивні та інтроцептивні відчуття). Під дією дуже сильного подразника здійснюється активація нейрорецепторів у мозку дитини, які відповідають за обробку інформації про загрозу та емоцію страху. Згодом сигнали від нейронних рецепторів активують лімбічну систему мозку, включаючи мигдалину, яка відіграє ключову роль в обробці емоцій, зокрема страху [11]. Під впливом активації мигдалини дитина втрачає контроль над своєю реакцією. У цьому стані вона починає відчувати тривогу, страх, злість або інші сильні емоції. Поведінкова реакція виникає у відповідь на емоційні стани, тому дитина може відповісти на травматичне нагадування різними способами, включаючи агресію, втрату контролю, паніку або інші вирази стресу і тривоги [4, с. 99].

Сучасні дослідження у царині нейронаук свідчать про те, що у маленьких дітей (переважно немовлят), домінуючими адаптивними реакціями на травму є дисоціативні механізми на відміну від дітей старшого віку, які можуть реагувати на загрозу шляхом боротьби або втечі [22, с. 210]. Дисоціація включає різноманітні ментальні процеси, які використовуються для відокремлення від зовнішнього світу та зосередження на внутрішніх стимулах. Дисоціативні стани характеризуються розривом між думками, почуттями та поведінкою й управляються двома різними системами – парасимпатичною нервовою системою та системою обробки інформації [23]. Дослідники вважають, що ці стани створюються тісно пов'язаними механізмами біологічного захисту, які призначені допомагати зменшити рівень стресу під час загрозливих ситуацій.

Дисоціація впливає на функціонування кори головного мозку, зокрема порушує процеси в орбітофронтальній ділянці, яка відповідає за координацію функцій [22, с. 235]. Чинники ризику виникнення дисоціації включають: високий рівень стресу, перебільшене сприйняття загрози, зниження самопочуття та адаптації, проблеми з формуванням ідентичності (відчуття себе), використання стратегій подолання, спрямованих на уникнення чи втечу від емоційних переживань, а не на проживання цих почуттів [10].

До симптомів дисоціативних станів у дітей відносяться: погіршення пам'яті, зниження концентрації уваги, уникнення, оніміння, «стани мрійливості», регресивна поведінка, деперсоналізація, дереалізація, можлива поява слухових галюцинацій та флешбеків, пов'язаних зі спогадами про травматичну подію [5, с. 393]. Деперсоналізація проявляється відчуттям виходу зі свого тіла та спостереженням за собою зверху. Дереалізація також може виникати, коли навколишнє середовище здається нереальним. Діти з травматичним досвідом не усвідомлюють свого дисоціативного стану та мають труднощі у вираженні словами того, що з ними відбувається. Окрім того, вони можуть пам'ятати травматичну подію, але не відчувати емоцій, пов'язаних із цими спогадами. Відзначимо, що діти, які пережили травму в ранньому віці, мають труднощі з обробкою сенсорної інформації, розвитком навичок саморегуляції та сенсорно-моторних навичок [6, с. 8].

Відомо, що вплив травми також залежить від захисних чинників, які є унікальними для кожної дитини. До таких характеристик належать стиль прив'язаності, наявність турботливих опікунів, темперамент, когнітивні здібності, мотивація, використання технік тлумачення травматичних подій, стратегії подолання стресу, присутність віри й традицій [19, с. 5]. Клінічний професор психіатрії Д. Сігель (Dr. D. Siegel) у своїх працях згадує, що в основі «невирішеної травми» лежить порушення основного процесу нейронної інтеграції [20, с. 28]. Він наголошує на важливій ролі орбітофронтальної кори під час лікування психічної травми та для активації нейронної інтеграції різноманітних процесів у мозку. Орбітофронтальна кора зв'язує системи, що є залученими в репрезентацію пам'яті, формування сенсу, емоційну регуляцію, самосвідомість, соціальне пізнання та емоційно забарвлену комунікацію. У своїх дослідженнях Д. Сігель згадував, що простої розповіді про травматичну ситуацію недостатньо для зцілення від травматичного досвіду. Адже інтеграція між півкулями полягає в уявленнях або ментальних образах, які можуть проявлятися у різноманітних сенсорних модальностях, і тому міжособистісне терапевтичне середо-

вище безпечної прив'язаності є дуже важливим для зцілення від травми [20, с. 81].

Узагальнюючи опрацьований матеріал, доходимо таких **ВИСНОВКІВ**:

1. Мозок дітей розвивається послідовним та ієрархічним шляхом, поступово ускладнюючи формування нейронних зв'язків у різних його ділянках. Системи реакції на стрес починають розвиватися на початкових етапах життя дитини, і нейробіологічні системи, відповідальні за регуляцію стрес-відповідей на подразники із зовнішнього довкілля, розташовані у стовбурі, середньому та кірковому шарах мозку.

2. Хронічні психічні травми, які виникають у дитячому віці, не лише збільшують ризики виникнення у дітей посттравматичного стресового навантаження, а й підвищують ризики появи психічних розладів у майбутньому. Діти регулюють стресову відповідь залежно від свого віку, тривалості загрози, проявляючи широкий спектр реакцій – від адаптивних до дезадаптивних. З'ясовано, що для дітей є характерними такі основні реакції на травму, як: фізіологічне гіперзбудження, під час якого активуються режими боротьби/втечі, або ж дисоціативний стан, який супроводжується завмиранням.

3. Сучасні дослідження у сфері нейронаук та нейробіології міжособистісних стосунків переконують у тому, що мозок дітей є нейропластичним та надзвичайно сензитивним як до позитивного, так і негативного (травматичного) досвіду.

Теоретичний аналіз літератури не висвітлює усіх аспектів порушеної проблеми. Важливо продовжити дослідження на емпіричному рівні. Загальні висновки, отримані під час огляду, можуть стати базою для більш глибокого розуміння феноменології психічних травм, їхніх патернів, механізмів, характеру впливу на нейрокогнітивний розвиток дітей. Це, своєю чергою, може виявитися корисним у розробленні та впровадженні програм психосоціальної підтримки дітей, які пережили різноманітні види психологічних травм. Особливу увагу слід приділити цьому з метою попередження розвитку психічних розладів, посилення резилієнтності та підтримки посттравматичного розвитку дитини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Корітко А. Посттравматичний стрес у дітей та підлітків: розпізнати, зрозуміти, вирішити. Книга для батьків / Фонд ім. Ельфріде Дітріх у Німеччині. 2023. 89 с.
2. Bessel Van der Kolk. Trauma and memory. *Journal of Traumatic Stress*. 2002. Vol. 15(3). P. 301–308.
3. Bessel Van der Kolk. The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma. Penguin. 1st edition. 2014. 464 p.

4. Cohen J.A., Mannarino A.P., Deblinger E. Trauma-Focused CBT for Children and Adolescents: Treatment Applications. 2012. 308 p.

5. Cook A., Spinazzola J., Ford J., Lanktree C., Blaustein M., Cloitre M., et al. (2005). Complex trauma in children and adolescents. *Journal of Psychiatric Annals*. 2005. Vol. 35(5). P. 390–398.

6. Hambrick E., Brawner, T., Perry B.D. Timing of Early Life Stress and the Development of Brain-Related Capacities. *Journal of Behavioral Neuroscience*. 2019. Vol. 13. 14 p.

7. Goodman J., Leong K.C., Packard M.G. Emotional modulation of multiple memory systems: Implications for the neurobiology of post-traumatic stress disorder. *Journal of Reviews in the Neurosciences*. 2012. Vol. 23(5–6). P. 627–643.

8. Isobel S., Goodyear M.J., Foster K.N. Psychological Trauma in the Context of Familial Relationships: A Concept Analysis. *Journal of Trauma, Violence, & Abuse*. 2017. Vol. 20(2). P. 255–265.

9. Kinniburgh K., Blaustein M. Attachment, Self-Regulation, and Competency (ARC) Framework for Intervention with Complexly Traumatized Youth. *Journal of Psychiatric Annals*. 2005. Vol. 35. P. 424–430.

10. Kita E., Solomon M., Siegel D. (eds): Healing Trauma: Attachment, Mind, Body and Brain. *Journal of Clinical Social Work*. 2009. Vol. 37. P. 257–259.

11. Klumpers F., Kroes M.C.W., Baas J.M.P., Fernández G. Neuroimaging effects of early psychosocial deprivation and chronic trauma on brain development. *Journal of Neuroscience*. 2017. Vol. 37(40). P. 12.

12. Malarbi S., Abu-Rayya H.M., Muscara F., Stargatt R. Neuropsychological functioning of childhood trauma and post-traumatic stress disorder: A meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2017. Vol. 72. P. 68–86.

13. McCrory E., Gerin M., Viding E. Annual Research Review: Childhood maltreatment, latent vulnerability and the shift to preventative psychiatry – the contribution of functional brain imaging. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*. 2017. Vol. 58(4). P. 338–357.

14. Nelson C.A., Zeanah C.H., Fox N.A. The role of the social environment on adaptive neuroplasticity in early development. [Review Article]. *Journal of Neural Plasticity*. 2019. 12 p.

15. Perry B.D., Pollard R. Homeostasis, stress, trauma, and adaptation: A neurodevelopmental view of childhood trauma. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*. 1998. Vol. 7(1). P. 33–51.

16. Perry B.D. Memories of fear: How the brain stores and retrieves physiologic states, feelings, behaviors, and thoughts from traumatic events. In J. Goodwin & R. Attias (Eds.), *Splintered Reflections: Images of the Body in Trauma*. Basic Books. 1999. 31p.

17. Porges S.W. Polyvagal Theory: A Science of Safety. *Journal of Frontiers in Integrative Neuroscience*. 2022. Vol. 16. DOI: 10.3389/fnint.2022.871227.

18. Puetz V., Viding E., Gerin M.I., Pingault J.B. Investigating patterns of neural response associated with childhood abuse v. childhood neglect. *Journal of Psychological Medicine*. 2019. Vol. 50(8). 27 p.

19. Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience. Center on the Developing Child at Harvard University. 2015. 16 p.

20. Siegel D.J., Bryson T.P. *The Power of Showing Up: How Parental Presence Shapes Who Our Kids Become and How Their Brains Get Wired*. New York, NY: Ballantine Books. 2020. 256 p.
21. Smith P., Dyregrov E., Yule W. *Children, and War: Teaching Healing Techniques. For children aged 8 to 18 years old*. Lviv: Vidavnicha Spilka, 2022. 108 p. [In Ukrainian].
22. Schore A. *The Effects of Early Relational Trauma on Right Brain Development, Affect Regulation, and Infant Mental Health*. *Infant Mental Health Journal*. 2001. Vol. 22(1–2). P. 201–269.
23. Treisman K. *Working with Relational and Developmental Trauma in Children and Adolescents*. Routledge. *Behavioral Sciences*. 1st. Edition. 2016. 242 p.
24. Yehuda R., LeDoux J. *Response variation following trauma: A translational neuroscience approach to understanding PTSD*. *Journal of Neuron*. 2007. Vol. 56(1). P. 19–32.

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

КОРЕКЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ НАСТІЛЬНОЇ РОЛЬОВОЇ ГРИ DUNGEONS&DRAGONS У КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ

THE PSYCHO CORRECTIVE POTENTIAL OF TABLETOP ROLE-PLAYING GAME “DUNGEONS&DRAGONS” IN THE CONTEXT OF THE DEVELOPMENT OF THE SOCIAL INTELLIGENCE OF AN INDIVIDUAL

У статті розглянуто феномен психологічного впливу настільної гри Dungeons&Dragons на молодь і досліджено її психокорекційний потенціал.

Проведено теоретичний аналіз ігрової терапії, особливостей настільної гри Dungeons&Dragons, її впливу на особистість. Наведено гіпотези й результати емпіричного дослідження, описано специфіку впливу настільної гри Dungeons&Dragons на особистість молодого віку, проаналізовано характер цього впливу та оцінено корекційний потенціал настільної гри.

За результатами наукової роботи зроблено висновки щодо актуальності й новизни її результатів, важливості подальшого теоретичного й практичного дослідження теми корекційного потенціалу настільної гри Dungeons&Dragons і характеру її впливу на особистість. Доведено наявність позитивного та підтримуючого впливу на особистість.

Роботу апробовано на II Міжнародній студентській науково-практичній конференції «Психологічні аспекти кроскультурної взаємодії у медіасередовищі» (місто Львів, Україна, 16–17 червня 2022 року), на I Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні умови благополуччя персоналу організації» (місто Львів, Україна, 27–28 жовтня 2022 року) і на II Міжнародній науково-практичній конференції «Наука і освіта в глобальному та національному вимірах: виклики, загрози, перспективи розвитку» (місто Полтава, Україна, 22–23 лютого 2024 року).

Ключові слова: *Dungeons&Dragons, психокорекційний потенціал, групова психокорекція, настільні ігри, рольові ігри.*

The scientific paper examines the phenomenon of the psychological impact of the Dungeons&Dragons board game on young people and investigates its psychocorrective potential.

The paper provides a theoretical analysis of game therapy, features of the Dungeons&Dragons board game, and its impact on personality. Hypotheses and results of empirical research are presented, the specifics of the influence of the board game Dungeons&Dragons on the personality of young people are described, the nature of this influence is analyzed and the corrective potential of the board game is assessed.

Based on the results of the scientific work, conclusions were made regarding the relevance and novelty of its results and the importance of further theoretical and practical research on the topic of the corrective potential of the Dungeons&Dragons board game and the nature of its impact on the individual. It has been proven that it has a positive and supportive effect on the individual.

The work was tested at the II International Student Scientific and Practical Conference “Psychological Aspects of Cross-Cultural Interaction in the Media Environment”, which took place in the city of Lviv, Ukraine on June 16–17, 2022, and at the III International Scientific and Practical Conference “Psychological Conditions of the Well-Being of Organizational Personnel”, held in the city of Lviv, Ukraine, on October 27–28, 2022 and at the II International Scientific and Practical Conference “Science and Education in Global and National Dimensions: Challenges, Threats, Development Prospects”, held in the city of Poltava, Ukraine, on February 22–23, 2024.

Key words: *Dungeons&Dragons, psychocorrective potential, group psychocorrection, board games, role-playing games.*

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.18>

Восковський А.А.

аспірант кафедри теоретичної та практичної психології
Національний університет
«Львівська політехніка»

Вступ. Проблема гри та її роль у психічному розвитку завжди посідала одне із центральних місць у психологічній літературі в силу її значимості, оскільки гра розглядається як особлива форма передачі досвіду, створена суспільством для управління розвитком дітей. Незважаючи на широкий спектр обговорюваних питань стосовно цієї проблеми, багато з них залишаються дискусійними або зовсім не обговорюваними. Одним із таких питань є психологічний аналіз настільних ігор, їх роль у психічному розвитку дітей, а також і їх психокорекційний потенціал, зв'язок з іншими видами ігор і навчальною діяльністю.

У цьому плані особливо можна виділити гру Dungeons&Dragons, яка поєднує елементи як звичайної настільної гри, так і казки, при цьому даючи гравцям великий простір у діях і створенні персонажів. Важливо зазначити, що сьогодні малодослідженими залишаються особливості психокорекційного потенціалу впливу вищезазначеної гри на людей підліткового й дорослого віку в контексті розвитку соціального інтелекту особистості.

Саме тому метою статті є дослідження специфіки психокорекційного впливу інтерактивної гри Dungeons&Dragons на особистість людини-гравця, а також власне корекційний

потенціал цієї гри серед молоді.

Аналіз останніх досліджень. Поширеність і роль різноманітних ігор у житті дітей і дорослих привертає до цієї проблеми увагу багатьох учених не тільки в психології, а й у філософії, логіці й інших науках (Е. Еріксон, Ж. Піаже, Й. Хейзінг).

Серед сучасних зарубіжних науковців питанням впливу та ролі настільних ігор (зокрема й гри Dungeons&Dragons) займалися Армандо Сімон (Armando Simon) [7], Майкл Саргент (Michael S. Sargent) [6], Уотчел (Watchel), Орбі Адамс (Aurbie S. Adams) [1], Сорен Хенріч і Рейчел Вортінгтон (Soren Henrich & Rachel Worthington) [4] та інші.

Виклад основного матеріалу. Ігрова психокорекція – метод психокорекційної дії на дітей і дорослих за допомогою гри. В основі різних методик, описуваних цим поняттям, лежить визнання того, що гра справляє сильний вплив на розвиток особи.

Гра сприяє створенню близьких стосунків між учасниками групи, знімає напруженість, тривогу, страх перед навколишнім середовищем, підвищує самооцінку, дає змогу перевірити себе в різних ситуаціях, знімаючи небезпеку соціально значущих наслідків.

Характерна особливість гри – її двоплановість, властива також драматичному мистецтву, елементи якого зберігаються в будь-якій колективній грі: з одного боку, гравець виконує реальну діяльність, виконання якої вимагає дій, пов'язаних із вирішенням цілком конкретних, часто нестандартних завдань, і тому засвоює нові навички або розширює свій поведінковий репертуар; з іншого – низка моментів цієї діяльності має умовний характер, що дає змогу відвернутися від реальної ситуації з її відповідальністю й численними обставинами.

Двоплановість гри зумовлює її розвивальний і психокорекційний ефект.

Dungeons&Dragons (D&D, DnD; Підземелля і дракони) – настільна рольова гра в жанрі фентезі, розроблена Гері Гайгексом і Дейвом Арнесоном [3]. Уперше видана в 1974 році компанією «Tactical Studies Rules, Inc.» (TSR), з 1997 року видається компанією «Wizards of the Coast» (WotC).

Основною особливістю Dungeons&Dragons є фентезійний світ, у який уведені фантастичні істоти й чарівні предмети. Ведучий (Dungeon Master) є арбітром та оповідачем. Гравці створюють групу з кількох персонажів, яка взаємодіє з навколишнім світом, вирішує різні конфлікти, бере участь у боях та отримує винагороди. На початку свого існування дія ігор відбувалася в підземеллях, але сьогодні ним не обмежується, тобто сюжет гри розвивається на будь-якій можливій вигаданій чи реальній локації.

Дослідження Армандо Сімона (Armando

Simon) [7, с. 330], проведене на шістьдесяти восьми волонтерах у вікових проміжках від 15 до 35 років, указує на те, що, незважаючи на негативне ставлення деяких батьків і медіа до інтерактивних і настільних ігор, гри Dungeons&Dragons зокрема, жодних негативних кореляцій із делінквентною чи аутодеструктивною поведінкою не помічено, так само як і наявних, на думку маркетологів і гравців, зв'язків із високим рівнем інтелекту гравців у цю гру.

Жодних зв'язків із тривалим досвідом гри й емоційною нестабільністю також не помічено. При цьому автор дослідження зауважує, що як настільні, так і комп'ютерні ігри мають позитивний і корекційний вплив на тих, хто в них грає.

У дослідженні Майкл Саргент (Michael S. Sargent) зі Smith College [6, с. 41] представлені результати інтерв'ю із шістьма учасниками-гравцями Dungeons&Dragons. Досліджувані вважали, що процес створення, написання й обговорення світу в межах гри, внутрішньогрових обставин, ситуацій, ігрових і неігрових персонажів стали вагомими аспектами емоційної прив'язаності до процесу гри.

Цей факт перегукується й із дослідженням Холброка (Holbrook) [5, с. 734] 1984 року, згідно з яким гра має передусім вербальний, а не візуальний характер. Саме уява й мова відіграють ключову роль у створенні ігрового наративу, даючи гравцям змогу взаємодіяти з ігровим контентом, так само власне уява може містити корекційний ефект (Smith, 2006) [8, с. 70].

Також дослідження Макла Саргента (Michael S. Sargent) дійшло висновків, що завдяки підтримці інших гравців і середовища, що створює відчуття безпеки, гравцям легше досліджувати власний внутрішній світ через ігровий процес. Фентезійний світ мінімізує страх наслідків за свою поведінку, що, у свою чергу, є безпечним середовищем для навчання.

Також, на думку автора, відігравання персонажа в контексті спільного оповідання та досвіду допомагає досліджуваним «просунутися в процесі індивідуальності» або «розвинути власну самість», вирішувати внутрішні конфлікти, випробувати нові моделі поведінки, які людина не могла б використати в інших умовах [6].

Дослідження Орбі Адамс (Aurbie S. Adams) [1, с. 76], проведене на ігровій групі з дев'яти людей, за якою спостерігали протягом 2-х років, виявило, що процес гри в D&D дає змогу задовольнити потреби гравця, завдяки чому він, окрім прямого задоволення від самого ігрового процесу, задовольняє й свої соціальні потреби, такі як участь у демократичній діяльності, збереження дружби та спілкування, отримання незвичного досвіду й участь

у боротьбі добра проти зла.

Дослідження, що вивчали негативні аспекти, які можуть бути пов'язані з грою в D&D, а саме: схильність до злочинної діяльності (Аб'єта й Форест (Abyeta & Forest), 1991) [9], депресії (включаючи суїцидальні думки) (Картер і Лестер (Carter & Lester), 1998) [4], відчуженості, замкнутості і сприйняття власного життя як безглузлого (ДеРенард і Клайн, 1990) [2], не виявили значущого зв'язку між цією грою та вищевказаними негативними наслідками, натомість автори помітили нижчий рівень психотизму досліджуваних гравців.

Чанг (Chung) (2013) порівняв креативність гравців у D&D з контрольною групою негравців, використовуючи тест дивергентного мислення Wallach & Kogan і кілька експериментальних умов праймінгу. Науковець зауважив, що учасники з досвідом рольових ігор загалом продемонстрували вищий рівень креативності, ніж інші учасники. Це проявлялося в основному у сферах оригінальності й унікальності відповідей, на відміну від гнучкості й плавності мислення [10, с. 403].

Ріверс та ін. (2016) досліджували стилі мислення, а саме емпатію гравців у D&D. Автори використовували індекс міжособистісної реактивності Девіса та шкалу сприйняття Теллегена. Ріверс та ін. висунули гіпотезу, що високий рівень сприйняття може сприяти більшому рівню співчуття не лише до інших людей, а й до вигаданих персонажів.

Результати виявили більш високі рівні обох змінних у вибірці гравців у рольові ігри порівняно з іншими досліджуваними зі значною кореляцією між емпатією та захопленням [10].

Райт та ін. (2020) провели нерандомізоване контрольне дослідження з двома часовими точками для оцінювання причинно-наслідкового зв'язку щодо D&D та його потенційних переваг. Автори досліджували, як гра може сприяти моральному розвитку.

Таким чином, студентів розподілили на групи гравців у D&D і негравців. Їхню моральну оцінку оцінювали за допомогою структурованого тесту «Визначення проблем» та інтерв'ю «Саморозуміння» (Бебо й Тома (Bebeau & Thoma)), при цьому вони стикалися з різноманітними моральними дилемами. Час вимірювання був до та після шести 4-годинних сеансів D&D (або у випадку контрольної групи після періоду без втручання).

Автори відзначили значну зміну моральних міркувань щодо вираження особистих інтересів за збереження стосунків і зосередженості на дотриманні встановлених норм зі значними відмінностями між групами гравців і негравців. Райт та ін. (2020) дійшли висновку, що D&D сприяє моральному розвитку, особливо вираженню та підтримці соціальних інтересів [10, с. 408].

Опис процедури й організація емпіричного дослідження.

Мета дослідження терапевтичного потенціалу гри Dungeons&Dragons для молоді полягає в емпіричному визначенні впливу цієї настільної гри на психіку особи молодого віку та визначенні характеру цього впливу.

Основні завдання дослідження:

1. Дослідити вплив настільної гри Dungeons&Dragons на психіку особи молодого віку в контексті розвитку соціального інтелекту особистості.

2. Дослідити характер цього впливу, визначити його значущість та отримати результати, що будуть свідчити про наявність чи відсутність корекційного потенціалу, а саме: зменшення тривожності, депресивності, показників Q-сортування.

Для проведення дослідження сформовано таку гіпотезу:

1. У настільної гри Dungeons&Dragons може бути корекційний потенціал, який полягає в тому, що вона може позитивно впливати на психологічний стан особи-гравця в контексті розвитку соціального інтелекту.

Респондентам було повідомлено про мету дослідження та про те, що дослідження є цілком анонімним, його результати конфіденційні й будуть подаватися в узагальненому вигляді.

Дослідження проводили у 2 етапи: пілотне й класичний експеримент, обидва проводили за спільною методологією, за допомогою однакових методів і процедур.

Під час проведення дослідження використано такі методи:

1. Психодіагностичні методи дослідження, що включають валідизовані й адаптовані психодіагностичні тести та опитування (оцінювання рівня ситуативної (реактивної) тривожності (тест Спілбергера-Ханіна), методика «Q-сортування» В. Стефансона для діагностики міжгрупової динаміки й зміни у взаємодії учасників групи між собою, шкала депресії Бека для діагностики зміни параметра депресивності учасників).

2. Методи обробки даних, серед яких:

а) кількісні методи (методи математичної статистики) (кореляційний аналіз, критерій нормальності розподілу Колмогорова-Смирнова, параметричний W-критерій Вілкоксона й параметричний t-критерій Стьюдента);

б) якісні методи (аналіз, синтез, аналіз відкритих відповідей, систематизація отриманих даних).

Для дослідження корекційного потенціалу гри ми обрали вивчити експериментальний вплив у вигляді короткої ігрової сесії (пілотне дослідження) і довготривалої ігрової кампанії (класичний експеримент) і зробити зрізи результатів до й після для простеження психокорекційного потенціалу.

У пілотному дослідженні брали участь 9 респондентів, серед них були 6 представників жіночої статі й 4 представники чоловічої статі. Вік респондентів варіювався від 21 до 29 років. Досліджувані були розбиті на 3 групи по 3 людини.

У класичному дослідженні брали участь 3 групи. Одна експериментальна й дві контрольні.

Експериментальна група складалася з 13 осіб, які були поділені на 4 ігрові групи: три – по три людини й одна – по чотири. Серед учасників експериментальної групи були 4 представники жіночої статі й 9 – чоловічої. Варто зазначити, що 3 учасники дослідження є вимушеними переселенцями й 5 учасників перебувають за кордоном. З усіма учасниками проведено лонгітудне дослідження.

Контрольну групу утворено із 44 людей у віковому проміжку 20–25 років. Серед учасників дослідження були 26 представників жіночої статі й 18 – чоловічої.

Також після впливу проведений якісний аналіз, у якому досліджуваних просили поділитися інформацією про емоції, отримані в процесі гри.

Результати дослідження. Дослідження проводили за схемою зрізу до та після експериментального впливу, тобто до та після ігрової сесії, що тривала від 1,5 до 2 годин

(залежно від групи). Проведено зрізи за обраними методиками, порівняні між собою та проаналізовані.

Після успішного пілотного дослідження ми провели класичний експеримент, щоб простежити ефект довготривалого впливу ігрових сесій на особистість і щоб зрозуміти вплив постійних сесій на особистість і відслідкувати зміни.

Класичний експеримент проводили шляхом зрізів до та після експериментального впливу – довготривалої ігрової кампанії, що тривала з початку лютого по вересень (32 ігрові сесії з кожною групою), і порівняння результатів із контрольною групою.

Експериментальний вплив проводили раз на тиждень, тривалість однієї ігрової сесії дорівнювала двом із половиною – трьом годинам. Зрізи експериментальної групи робили в ті самі часові проміжки, а саме: початок лютого – вересень 2022 року.

Порівнявши зміни в контрольній та експериментальній групах, ми простежуємо протилежні зміни в експериментальній і контрольній групах (див. рис. 1).

Передусім ми бачимо вагомий змiну в показниках депресії та тривожності, а саме в тому, що в представників експериментальної групи ці показники мають тенденцію до зниження, а в контрольній – до збільшення. В обох випад-

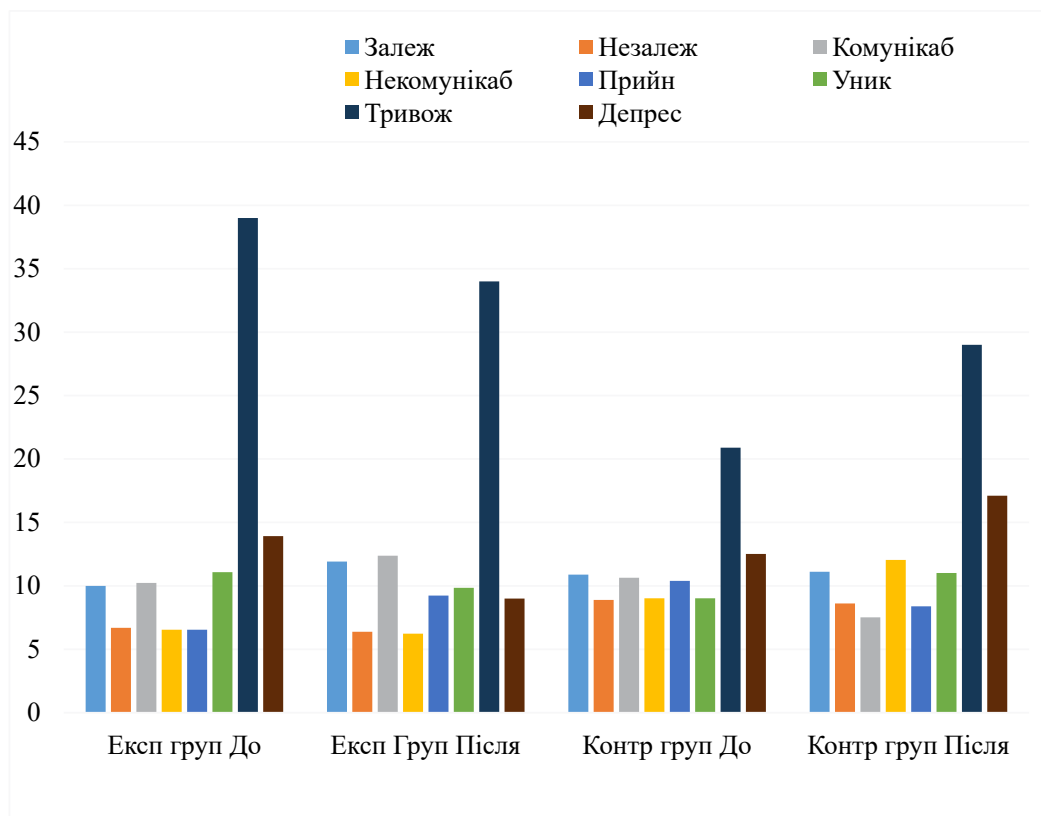


Рис. 1. Порівняння змін у контрольній та експериментальній групах до та після експериментального впливу

ках зміни є статистично значущими за критеріями Стюдента й Вілкоксона.

Також ми можемо простежити те, що порівняно з контрольною групою в експериментальній групі значно підвищилася комунікабельність і прийняття боротьби, за якими в контрольній групі простежено зменшені показники.

Таким чином, після проведення кількісного аналізу ми можемо дійти таких висновків: після експериментального впливу, а саме довготривалої кампанії в грі Dungeons&Dragons, ми бачимо статистично значущі зміни за низкою показників, а саме: збільшення комунікабельності (товариськості), прийняття боротьби, зменшення депресії і тривожності, незначне збільшення групової залежності.

Усі ці показники є протилежними до показників контрольної групи, що, вірогідно, пов'язано з початком війни, яка негативно вплинула на психіку досліджуваних.

Таким чином, ми можемо підтвердити наявність змін і їх статистичну значущість, що вказує на позитивний вплив гри в Dungeons&Dragons, що, у свою чергу, підтверджує гіпотезу про наявність психокорекційного потенціалу гри в контексті розвитку соціального інтелекту особистості.

Також, урахувавши результати контрольної групи, ми можемо стверджувати, що гра в Dungeons&Dragons мала також і підтримуючий вплив, зменшуючи психологічні наслідки подій повномасштабної війни, дали учасникам змогу вивільнити свої емоції й відволікатися від негативних думок, що, знову ж таки, підтверджує гіпотезу про наявність психокорекційного потенціалу.

Не менш значущим був якісний аналіз, під час якого досліджуваним було запропоновано відповісти на низку питань, пов'язаних зі ставленням до процесу гри, емоціями, станом і поведінкою під час і після проведених ігор.

Респонденти відзначали позитивний вплив можливості створення свого унікального персонажу і його програвання в рамках уявного світу, свободу дій і переживання сюжету й історії, можливість «випустити негативні переживання».

Не менш важливим є те, що досліджувани вказували на наявність позитивного впливу процесу гри на їхній настрій, підвищення активності як у межах гри, так і надалі в буденному житті. Отримані результати вказують на наявний психокорекційний ефект гри Dungeons&Dragons уже від першої ігрової сесії.

Після проведення емпіричного впливу (проведення ігрової сесії) на групу й порівняння результатів тестових вимірювань до та після сесії ми помітили низку таких змін: зниження ситуативної тривожності, зростання комуні-

кативності й залежності в членів експериментальної групи, що засвідчує наявність кореляційного зв'язку між такими змінними, як дипресивність, тривожність, залежність і комунікативність. Це свідчить про те, що дипресивність досліджуваних під впливом факторів може зменшуватися, але для цього, вірогідно, потрібен триваліший і сталий вплив, що вказує на необхідність лонгitudного дослідження.

Таким чином, можемо дійти висновку, що в настільній-рольовій грі наявний виражений психокорекційний ефект, що підтверджує початкову гіпотезу дослідження.

Корекційний потенціал гри Dungeons&Dragons доведено й підтверджено й за допомогою параметричних аналізів Вілкоксона і Стюдента, а також кореляційного аналізу.

Проведений кореляційний аналіз вказує на наявність високого прямого зв'язку тривожності з депресією. Аналіз статистичної значущості за критерієм Вілкоксона свідчить про вагому зміну за такими параметрами: статистично значущі зменшення депресії і тривожності, збільшення прийняття боротьби, що підтверджують гіпотезу про наявність корекційного потенціалу настільної гри Dungeons&Dragons.

Після проведення аналізу за параметричним t-критерієм Стюдента помічено статистично значущі зміни за критеріями в прийнятті й униканні боротьби, депресії, тривожності, комунікабельності (товариськості) залежності й незалежності.

Це вказує на те, що за цими критеріями настільна гра Dungeons&Dragons чинить вагомий вплив на особу, а саме: збільшує параметр прийняття боротьби та комунікабельність, зменшує тривожність і дипресивність, збільшує залежність групі один від одного.

Таким чином, ми можемо простежити позитивний психокорекційний вплив на особу в контексті розвитку її соціального інтелекту за низкою показників, що підтверджує гіпотезу про наявність корекційного потенціалу в настільній грі Dungeons&Dragons.

Проведене пілотне й класичне емпіричне дослідження довело наявність у настільній грі Dungeons&Dragons психокорекційного потенціалу для молоді, який дає змогу зменшити рівень ситуативної тривожності й дипресивності, збільшити комунікабельність, прийняття боротьби й взаємозалежності в групі, випробувати нові моделі поведінки, отримати позитивні емоції та відреагувати негативні емоції.

Урахувавши результати, отримані під час пілотного й повноцінного класичного експерименту, ми підтверджуємо дані, отримані під час аналізу літературних джерел, і приймаємо гіпотезу про наявність корекційного потенціалу гри Dungeons&Dragons і її вплив на особистість у контексті розвитку її соціального інтелекту.

Висновки. Отже, тема дослідження настільних ігор, особливо гри Dungeons&Dragons, і її корекційного впливу на молодь є мало дослідженою. Проведене нами емпіричне дослідження корекційного потенціалу гри Dungeons&Dragons для молоді підтвердило гіпотезу про наявний психокорекційний ефект від довготривалої ігрової кампанії.

Ми помітили низку статистично значущих змін серед досліджуваних, а саме: зниження ситуативної тривожності, депресивності, збільшення комунікативності й прийняття боротьби в групі. Таким чином, ми можемо засвідчити наявність змін і їх статистичну значущість, що вказує на позитивний вплив настільної гри Dungeons&Dragons і підтверджує гіпотезу про наявність корекційного потенціалу гри в контексті розвитку соціального інтелекту особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Adams A.S. Needs Met Through Role-Playing Games: A Fantasy Theme Analysis of Dungeons & Dragons. *Kaleidoscope: A Graduate Journal of Qualitative Communication Research*. 2013. Vol. 12. № 6. P. 69–86.
2. DeRenard L.A., Kline L.M. Alienation and the Game Dungeons and Dragons. *Psychological Reports*. 1990. Vol. 66. № 3. P. 1219–1222.
3. Dungeons & Dragons | Official Home of the World's Greatest Roleplaying Game. *D&D Official | Dungeons & Dragons*. URL: <https://dnd.wizards.com/>.
4. Henrich S., Worthington R. Let Your Clients Fight Dragons: A Rapid Evidence Assessment regarding the Therapeutic Utility of 'Dungeons & Dragons'. *Journal of Creativity in Mental Health*. 2021. P. 1–19.
5. Play as a Consumption Experience: The Roles of Emotions, Performance, and Personality in the Enjoyment of Games / M.B. Holbrook et al. *Journal of Consumer Research*. 1984. Vol. 11. № 2. P. 728–739.
6. Sargent M.S., College S. Exploring mental dungeons and slaying psychic dragons: an exploratory study. *Masters Thesis, Smith College*. 2014. P. 1–45.
7. Simón A. Emotional stability pertaining to the game of Dungeons & Dragons. *Psychology in the Schools*. 1987. Vol. 24. № 4. P. 329–332.
8. Smith C.W., Renter S.G. The Play Is the Thing. *Journal of Family Psychotherapy*. 1997. Vol. 8. № 3. P. 67–72.
9. The Role-Playing Game and the Game of Role-Playing / P. Williams et al. *Sociology and Role-Playing Games*. 2006. Vol. 1. № 12. P. 227–244.
10. Wilson B.J., Ray D. Child-Centered Play Therapy: Aggression, Empathy, and Self-Regulation. *Journal of Counseling & Development*. 2018. Vol. 96. № 4. P. 399–409.

ТЕОРЕТИЧНЕ ПІДҐРУНТЯ ДЕЗАДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ІНТЕРНАТНИХ УСТАНОВАХ

THEORETICAL FOUNDATIONS OF PERSONALITY DISADAPTATION IN BOARDING INSTITUTIONS

У статті висвітлено поняття дезадаптації в контексті наук людинознавства: біології, медицини, психіатрії, психофізіології, соціальної роботи, соціальної педагогіки, соціальної й вікової психології. Розкрито основні підходи до розуміння дезадаптації: медичний підхід розглядає дезадаптацію в континуумі «норма-патологія», урахуовуючи трикомпонентну модель функціонування особистості, що включає біологічний, психологічний і соціально-психологічний аспекти; соціально-психологічний підхід розглядає дезадаптацію як результат невдалої адаптації до соціального середовища, коли особистість втрачає соціальні зв'язки, руйнує адаптаційний бар'єр і «впадає» із соціального оточення; онтогенетичний підхід трактує дезадаптацію як процес проходження життєвої кризи особистістю та зміни ситуації її соціального розвитку. Розкрито психологічну суть поняття дезадаптації. Описано змістові й процесуальні характеристики цього поняття. Проаналізовано дезадаптацію як процес, прояв і результат. Охарактеризовано типи, форми, ознаки дезадаптації, урахуовуючи специфіку перебування особистості в системі інтернатних закладів. Описано особливості системи інтернатних закладів України, що зумовлюють її ізоляваність від суспільства. Систематизовано критерії щодо типологізації дезадаптації та визначено основні види дезадаптації особистості, яка перебуває в психоневрологічному інтернаті. Проаналізовано зріз поведінкового прояву дезадаптації на прикладі типів дезадаптивної поведінки особистості в умовах інтернатного закладу. Окреслено наслідки дезадаптації для особистості, наведено можливі шляхи подолання цього явища у зв'язку з проблемою функціонування системи психоневрологічних інтернатів на території України з урахуванням позитивного зарубіжного досвіду альтернативних форм піклування за особистістю, яка має психічні розлади, а саме сімейної й форми підтриманого проживання.

Ключові слова: адаптація особистості, дезадаптація особистості, адаптованість, неадапованість, соціально-психологічна дезадаптація, чинники дезадаптації, психоневрологічний інтернат, ізоляція.

The article highlights the understanding of the concept of disadaptation in the context of human sciences: biology, medicine, psychiatry, psychophysiology, social work, social pedagogy, social and age psychology. The main approaches to understanding disadaptation are revealed: the medical approach considers disadaptation in the 'norm-pathology' continuum, taking into account the three-component model of personality functioning, including biological, psychological and socio-psychological aspects. The socio-psychological approach considers disadaptation as a result of unsuccessful adaptation to the social environment, when a person loses social ties, destroys the adaptation barrier and 'falls out' of the social environment. The ontogenetic approach interprets disadaptation as a process of passing through a life crisis and changing the situation of a person's social development. The psychological essence of the concept of disadaptation is revealed. The content and procedural characteristics of this phenomenon are described. The article analyzes disadaptation as a process, expression and result. The types, forms, and signs of disadaptation are characterized, taking into account the specifics of a person's stay in the system of boarding institutions. The features of the system of boarding institutions in Ukraine that determine its isolation from society are described. The criteria for the typology of disadaptation are systematized and the types of disadaptation of a person in a psychoneurological boarding institution are determined on its basis. The article analyzes the behavioral expression of disadaptation on the example of types of disadaptive behavior of a person in a boarding institution. The article outlines the consequences of disadaptation for the individual, and provides possible ways to overcome this phenomenon in connection with the problem of the functioning of the system of psychoneurological boarding institutions in Ukraine, taking into account the positive foreign experience of alternative forms of care for individuals with mental disorders, namely family and supportive living.

Key words: personality adaptation, personality disadaptation, adaptability, disadaptability, socio-psychological disadaptation, factors of disadaptation, psychoneurological institution, isolation.

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.19>

Григор'єв О.В.

аспірант кафедри психології
Мукачівський державний університет

Постановка проблеми. Одним із найбільш критичних моментів для особистості є зміна ситуації її соціального розвитку, необхідність долати життєві кризи й адаптуватися до нового статусу, ролей, вимог і норм. Попри інтерес дослідників до проблеми дезадаптації (навчальної, професійної, побутової тощо), набагато менше уваги в наукових колах присвячено проблемі дезадаптації внаслідок набуття особистістю інвалідності, нового ментального статусу, а часто ще й необхідності адаптуватися у зв'язку з цим до нового сере-

довища, а саме до закладів для довготривалого проживання людей, які мають психічні розлади й потребують постійного стороннього догляду. Такі зміни в житті людини є безперебільшення переломними, вони зачіпають усі рівні її функціонування, позначаються на всіх сферах її життєдіяльності.

Незважаючи на розлогий обсяг досліджень щодо дезадаптації, існує значна кількість невирішених питань у розумінні сутності, видів і механізмів цього явища, а також у встановленні причин, які його викликають.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Деадаптація як явище охоплює широке коло проявів і сфер життєдіяльності людини. У науковому дискурсі проблема деадаптації є міждисциплінарною, посідає важливе місце серед досліджень вітчизняних і зарубіжних психологів, психіатрів, соціологів, соціальних робітників, педагогів. Прояви деадаптації вивчали у зв'язку з депривацією особистості (Я.О. Гошовський, Д.Т. Гошовська, Є.І. Головаха, Г.М. Бевз, Н.С. Дмитріюк), зі станами емоційної фіксації й фіксованими формами поведінки (П. Жане), порушеннями вищих психічних функцій (В.Н. Мясіщев, І.Я. Артемчук), девіантною й суїцидальною поведінкою (Т.М. Титаренко, С.В. Жабокрицький, В.П. Москалець, Е.В. Бархаленко), деадаптивними стратегіями опанувальної поведінки (І.О. Корнієнко). Для нас особливо важливим є розгляд проблеми деадаптації особистості, коли проявляється невідповідність вимог ситуації життя та психологічного й соматичного статусу людини, а саме в умовах перебування особистості в інтернатних закладах.

Мета статті – проаналізувати розуміння явища деадаптації особистості в умовах перебування в інтернатних установах.

Виклад основного матеріалу дослідження. Розгляд проблеми деадаптації неможливий без розкриття поняття адаптації як одного з полюсів цього континууму. Інтерпретаційне поле поняття адаптації варіативне: у широкому сенсі це поняття розуміється в природничих науках як пристосування живих організмів до умов існування, у вузькому сенсі – як підкорення індивіда оточенню, у якому той існує [1]. Поняття адаптації використовується в основі адаптаційної концепції, яка є важливою лінією в розвитку комплексного підходу до аналізу психіки людини. Під адаптацією розуміється цілісна, багатовимірна й саморегульована функціональна система, спрямована на забезпечення сталого балансу між гомеостазом організму та зовнішнім середовищем у процесі задоволення актуальних потреб індивіда [2]. У контексті соціально-психологічного процесу адаптації та деадаптації особистості науковці описують адаптацію як процес пристосування, задоволення, як форму соціальної активності та як функцію розвитку особистості. Зміст процесу адаптації полягає в активації індивідом стратегій і способів пристосування й освоєння ситуації, у якій він опинився, на різних рівнях саморегуляції.

Результатом успішного застосування особистістю в системі «особистість-навколишнє середовище» однієї з тенденцій адаптивної діяльності (пристосування своїх потреб до навколишнього середовища або перетворення навколишнього середовища відповідно до своїх потреб) є адаптованість. Адаптова-

ність передбачає гармонійну інтеграцію особистості до системи соціальних відносин водночас із реалізацією своїх цілей і збереженням своєї ідентичності, психічного й фізичного здоров'я. Розрізняють внутрішню адаптованість (перебудовуються функціональні структури), зовнішню, або поведінкову (проявляється гармонійними стосунками з оточенням, зі збереженням ідентичності, без внутрішньої змістовної перебудови) та змішану (поєднання змін внутрішніх структур і середовища) [3].

Адаптаційна активність залежить від злагодженої взаємодії багатьох підсистем, і порушення навіть одного з її елементів може призвести до порушення всієї функціональної системи. Зрушення балансу задіює компенсаторні й захисні механізми, однак у разі накопичення критичної кількості перепон для адаптаційної системи виникає дисфункція, неадапованість. Неадапованість передбачає «невідповідність між цілями й досягнутими результатами діяльності людини, неспроможність адаптуватися в цих умовах до пропонованої діяльності» [4, с. 7]. Адаптаційні можливості людини можуть коливатися, однак у разі зниження таких можливостей ми можемо говорити про деадаптацію.

Аналіз поняття деадаптації засвідчив неоднорідність його інтерпретації вченими. Однак у визначеннях цього поняття прослідковується й спільне: «незбіг» внутрішнього й зовнішнього, ідеального й реального, вимог і ресурсів, що проявляється на різних рівнях: психофізіологічному, психологічному (особистісному) і соціально-психологічному. Таке протиріччя описується через дисбаланс, невідповідність, дисгармонію, неготовність, відсутність оптимальності, порушення. Для ілюстрації наведемо кілька визначень поняття деадаптації. Її визначають як:

1) динамічне утворення, результат і процес пристосування організму або особистості до умов зовнішнього середовища, а також властивість будь-якої саморегулюючої системи (біологічної, соціальної або технічної), що полягає в здатності пристосування до умов зовнішнього середовища, що постійно змінюється [1];

2) «невідповідність» соціопсихологічного та психофізіологічного статусу людини вимогам ситуації життєдіяльності, який, у свою чергу, не дає йому змоги адаптуватися до умов середовища його існування, тобто зниження адаптаційних можливостей людини» [4, с. 20];

3) «процес дисгармонійного розвитку особистості, коли виникає неузгодженість цілей і результатів, що є джерелом психічного напруження й дискомфорту» [5, с. 67];

4) стан нездатності особистості пристосуватися до соціального середовища (Н.Ю. Максимова);

5) складний соціально-психологічний процес, що характеризується неадекватністю комунікативних навичок, дезорганізацією поведінки, невпевненістю у власних силах і недовірливим внутрішньоособистісним ставленням [11];

6) порушення пристосування людини до змін навколишнього середовища, що проявляється неадекватними характеру подразників реакціями [3]

Аналіз результатів наукових досліджень із проблеми дезадаптації дав змогу виділити різні підходи до визначення суті поняття «дезадаптація»:

1. Медичний підхід розглядає поняття дезадаптації в континуумі «норма-патологія». Науковці розрізняють дві форми дезадаптації: патологічну (існування організму можливе лише за умови переходу до патологічного існування) та непатологічну (існування організму можливе лише за умови функціонування в підсиленому режимі).

У медицині психічну адаптацію як системне явище досліджують переважно в рамках трикомпонентної моделі [3], що включає так:

а) розгляд адаптації як системи, що забезпечує оптимальне співвідношення між психічними та фізіологічними процесами адаптації (психофізіологічна адаптація);

б) розгляд адаптації як системи, що забезпечує збереження психічного гомеостазу і стабільної цілеспрямованої поведінки (власне психічна адаптація);

в) розгляд адаптації як системи адекватної взаємодії із соціальним оточенням (психосоціальна адаптація).

Цей підхід відображає логіку трирівневої моделі функціонування особистості, що включає біологічний (фізіологічний), психологічний (індивідуально-особистісний) і соціально-психологічний (особистісно-середовищний) аспекти [3].

У психіатрії поняття дезадаптації аналізується з таких позицій: а) розлади адаптації; б) передхворобливий стан (відхилення у здоров'ї людини, які не перевищують межі норми). Сутність дезадаптації полягає в тому, що, перебуваючи в проміжному стані між здоров'ям і хворобою, особистість модифікує свої звички та намагається набути нових. Причинами дезадаптації вважають психічні захворювання, неадекватне ставлення до внутрішніх проблем пацієнта, осіб, які його оточують, і суспільства загалом.

Л.О. Герасименко, аналізуючи причинно-наслідкові зв'язки дезадаптації, зазначає, що психосоціальна дезадаптація є самостійним явищем, що може виступати як прогностичний фактор психічної патології, так і стати її наслідком.

2. Соціально-психологічний підхід оперує поняттями соціально-психологічної адаптації та соціально-психологічної дезадаптації. Розробленням концепції соціальної дезадаптації займалися Ю.О. Бохонкова, Н.Є. Завацька, О.М. Кокун, Л.С. Пілецька, Т.Л. Шугурова, В.С. Бітенський, В.А. Глушков, С.В. Дворяк, Н.Ю. Максимова, Б.Г. Херсонський та ін. У соціальній психології термін «дезадаптація» розглядається як результат невдалого процесу соціальної адаптації, коли особа, замість інтеграції з навколишнім соціумом, визначенням свого місця в ньому, самореалізації, що означає реалізацію потенціалу в діяльності, особистісний розвиток, утрачає соціальні зв'язки і стає неспроможною взаємодіяти із середовищем, а також не може адаптуватися до власних потреб.

Соціальна дезадаптація, на думку дослідників у галузі соціальної роботи, є результатом руйнування адаптаційного бар'єру й «випадіння» із соціального оточення внаслідок настання кризових, проблемних і стресогенних ситуацій; характеризують дезадаптацію через невідповідність вікового періоду тим навичкам і формам діяльності, які мають здійснюватися на певному етапі дорослішання.

У процесі аналізу наукових досліджень проблеми дезадаптації в галузі соціальної педагогіки встановлено, що поняття «дезадаптація» визначається як комплексний стан індивіда, який характеризується його неспроможністю задовольнити власні потреби, а також виявляється в нездатності самоствердитися й самоактуалізуватися способами, що є прийнятними для соціального середовища. Цей стан може призводити до страждань індивіда або порушення встановлених норм і правил поведінки, а також до задоволення своїх потреб так, що завдає шкоди йому самому, природному середовищу або суспільству загалом.

Спеціалісти соціальної сфери визначають дезадаптацію як процес, що порушує соціальну адаптацію, коли поведінка індивіда стає неадекватною вимогам навколишнього середовища, а сам індивід утрачає здатність задовольнити основні потреби. Перебування в подібній ситуації загрожує як соціальному, так і фізичному існуванню особистості, причому вона не має можливості самостійно покращити її. Д. Бас і колеги визначають два шляхи виникнення соціальної дезадаптації: 1) унаслідок раптової зміни умов середовища, яка стала неочікуваною для індивіда; 2) як результат тривалого негативного впливу середовища або його власної поведінки. До наслідків соціальної дезадаптації дослідники зараховують соціальну ізоляцію, втрату соціального статусу або соціально-корисних зв'язків, а також девіантну або саморуйнівну поведінку.

3. Відповідно до онтогенетичного підходу до розгляду проблеми дезадаптації (П.П. Горностай, І.О. Черезова, Т.М. Титаренко, І.С. Булах), в основу механізмів дезадаптації покладено кризові моменти життя людини, у які відбувається зміна ситуації її соціального розвитку. Життєва криза – це переломний етап у житті особистості, рубіж між старим і новим досвідом, якісний перехід і одного стану в інший (П.П. Горностай). Зміни, зумовлені настанням життєвої кризи, призводять до змін життєвих ролей. П.П. Горностай розглядає життєву кризу через рольовий конфлікт. Одними з небажаних наслідків негармонійного переживання життєвої кризи є особистісні дисгармонії (особистісний інфантилізм, девіантна поведінка, дисгармонійність життєвого сценарію), які можуть призводити до дезадаптації або сурогатних форм адаптації.

Важливо зазначити, що дезадаптацію можна розглядати як процес, прояв і результат. Дезадаптація як процес супроводжується зниженням адаптаційних можливостей людини в умовах певного середовища (наприклад, в інтернатному закладі). У такому разі дезадаптація проявляється впродовж певного часу, має певний характер протікання й може призводити до різноманітних наслідків:

1) дезадаптація може протікати в'яло, бути практично непомітною, проте постаючи перед особистістю як серйозна проблема;

2) дезадаптація може проявлятися різко, коли людина не може пристосуватися до ситуації інтернатного закладу й знайти себе в нових умовах. У такому разі на вже наявний фон психічного та психологічного стану людини накладаються додаткові обтяження: затримка в розвитку, формування негативних установок, підвищення тривожності, збільшення частоти психотичних епізодів, поглиблення депресивних станів, замкнутість, відчуття перманентної фрустрованості тощо.

Дезадаптація як прояв являє собою зовнішню характеристику будь-якого стану невдалого функціонування особистості, її неблагополуччя, який виявляється в її нетипових поведінці, ставленні й ефективності діяльності в конкретних умовах середовища. Різноманітні форми дезадаптації проявляються в кожній особистості відмінним чином, і часто виявлення її за зовнішніми ознаками є надзвичайно складним завданням. Для успішної ідентифікації необхідно мати глибоке розуміння особистості, притаманних їй проявів у різних ситуаціях.

Дезадаптація як результат розуміється через порівняльне оцінювання нового якісного стану та прояву, які не відповідають умовам середовища й не є типовими для цієї особистості, ураховуючи її попередню поведінку і ставлення до діяльності, навчання й ото-

чення. Іншими словами, поведінка, ставлення та результативність діяльності особистості не відповідають поширеним у суспільстві соціальним нормам.

Для широти розуміння особливостей дезадаптації осіб у контексті перебування в інтернатних установах важливо розглянути види дезадаптації особистості [7]. Серед варіативності типологій звертає на себе увагу класифікація видів дезадаптації залежно від стійкості прояву, де виокремлюють таке:

1) стійку ситуативну дезадаптованість: цей тип дезадаптації залежить від того, наскільки особистість може знаходити шляхи та засоби для адаптації в певних соціальних ситуаціях. Дезадаптація виникає через відсутність у особистості механізмів адаптації навіть за наявності бажання до адаптації, але відсутності вміння це зробити. Це часто спостерігається в людей, які належать до певної групи, але не відчують себе частиною цієї групи;

2) тимчасову дезадаптованість: цей тип дезадаптації може регулюватися соціальними та внутрішніми психічними механізмами. Порушення балансу між особистістю й середовищем може спричиняти активність особистості, спрямовану на адаптацію;

3) загальну стійку дезадаптованість: цей вид дезадаптації формується через використання патологічних захисних механізмів унаслідок постійної фрустрованості. Повторне використання цих механізмів може призводити до розвитку невротичних і психотичних синдромів.

Учені виокремлюють такі форми дезадаптації [4]:

1. Патологічна, або патогенна, дезадаптація є результатом психопатологічних відхилень у психічному розвитку й нервово-психічних захворювань, в основі яких лежать функціонально-органічні ураження центральної нервової системи. Це може включати затримку психічного розвитку, розумову відсталість, шизофренію, аутизм та інші психічні розлади. Патологічна дезадаптація проявляється в неможливості особистості адаптуватися до соціального середовища й функціонувати адекватним чином. Іноді вона ускладнюється психофізіологічною неспроможністю самостійно піклуватися про себе в побуті, що може потребувати створення спеціальних соціально-педагогічних умов і довготривалої або постійної підтримки з боку інших осіб. Варто зазначити, що цей вид дезадаптації спостерігається в підопічних психоневрологічних інтернатів. Саме дезадаптованість через наявність порушень розвитку чи психічного розладу є однією з причин потрапляння до зазначених закладів.

2. Непатологічна дезадаптація виникає в результаті різноманітних психічних станів,

таких як фрустрація, що є особливим емоційним станом, що супроводжується дезорганізацією свідомості й діяльності в стані безнадійності й втрати перспективи. Ці стани можуть бути спричинені різними психотравмівними факторами, серед яких – конфлікти зі значущим оточенням, жорстоке й таке, що принижує гідність, поведіння, різного виду депривації, ізолюваність, збіднене середовище тощо. Така форма дезадаптації проявляється в змінах поведінки, переживаннях, розриві взаємин зі значущими для особистості людьми, обмеженні сфери діяльності та зменшенні її інтенсивності. Разом із тим не відбувається структурних змін або порушень механізмів, що відповідають за адаптацію та соціалізацію особистості; спостерігається лише їх обмеження, тоді як патологічна дезадаптація передбачає злам усієї адаптаційної діяльності.

Підопічні психоневрологічних інтернатів зазнають обох форм дезадаптації: через наявність психічного розладу, а також потрапляючи в деприваційне середовище інтернату. Подібні заклади є установами закритого типу, тобто такими, які неможливо самовільно залишити. Підопічні інтернатів зазнають різного виду депривацій, від психофізіологічного рівня, рівня задоволення базових потреб до депривації потреб вищих рівнів.

Аналіз критеріїв для типологізації дезадаптації дав змогу систематизувати й виділити такі види дезадаптації:

1) патогенна, психологічна, психосоціальна, соціально-психологічна й соціальна;

2) за розповсюдженістю у сферах життєдіяльності особистості: вузька, розповсюджена й широка;

3) за мірою охопленості особистості: поверхова, поглиблена, глибока;

4) за мірою виразності: прихована, відкрита та яскраво виражена;

5) за характером виникнення: первинна, вторинна;

6) за діяльністю протікання або інтенсивністю: ситуаційна, тимчасова і стійка;

7) за джерелом виникнення: екзогенна, ендогенна/комплексна, первинна, вторинна;

8) за характером прояву: поведінкова й прихована глибинна;

9) за проявом: світоглядна, діяльнісна, комунікативна, суб'єктно-особистісна;

10) за обсягом: загальна і приватна;

11) за чинниками: а) зумовлена середовищем (інститутами соціалізації, посередниками соціалізації, середовищем соціалізації): інституційна, міжособистісна, середовищна дезадаптація; б) зумовлена станами людини (фізіологічним, психічним і соціальним): патогенна, психічна й функціональна дезадаптація.

Люди, які мають психічні розлади, відхилення в розвитку та фізичну інвалідність, на

думку дослідників, зазнають дезадаптації, зумовленої станами людини, а саме патогенної й психічної дезадаптації. Однак, на нашу думку, підопічні психоневрологічних інтернатів належать також до категорії осіб, які відчувають на собі прояви дезадаптації, спричинені середовищними чинниками: інституційної дезадаптації (до психоневрологічних інтернатів потрапляють діти-сироти, соціальні сироти, безробітні, особи, які не отримали освіти) і міжособистісної дезадаптації (підопічні інтернатів у більшості мають розірвані соціальні зв'язки навіть за наявності родичів та опікунів, а тим паче в умовах ізолюваності закладу; на це накладається дезадаптація через низький соціальний статус безпосередньо в соціальній групі підопічних інтернату).

Під час комплексного аналізу дезадаптації особистості необхідно враховувати ознаки дезадаптації особистості (Т.М. Титаренко) [8]:

1. Об'єктивні ознаки дезадаптації особистості: зміни поведінки людини в середовищі найближчого соціального оточення, а також обмежені можливості суб'єкта успішно виконувати свої соціальні функції.

2. Суб'єктивні ознаки дезадаптації: проявляються в порушенні системи внутрішньої регуляції, ціннісних орієнтацій та атитюдів. Суб'єктивна дезадаптація включає широкий спектр психологічних змін, починаючи від негативних емоційних реакцій, таких як тривога, горе, образа, душевний біль, сором, злість, гнів, обурення, і закінчуючи клінічно вираженими психопатологічними синдромами, такими як астенія, дистимія, депресія, дисфорія тощо. Такі суб'єктивні ознаки можуть указувати на порушення психічного благополуччя й потребують уваги та відповідної психологічної підтримки.

Досить інформативними для аналізу дезадаптації особистості є зріз її поведінкового прояву в умовах психоневрологічного інтернату. Виокремлюють такі типи дезадаптивної поведінки людини [4]:

1. Поведінка агресивного типу: реакцію атаки на перешкоду або бар'єр, що постає перед особистістю. Однак в умовах свідомого або потенційного відчуття небезпеки агресія може спрямовуватися на будь-який об'єкт, включаючи осіб, які не мають прямого стосунку до її виникнення. Це може виявлятися у формі грубості, раптових вибухів гніву за незначних приводів або без видимої причини, у загальній незадоволеності життям, особливо стосовно вимог, які висуваються до агресивно налаштованої особистості. Разом із тим поведінка агресивного типу може трансформуватися з активної форми протесту в пасивну форму в міру виснаження психічних ресурсів людини в умовах довготривалого перебування в несприятливому середовищі інтернату.

2. Утеча від ситуації (замикання в собі): проявляється в зануренні людини у власні переживання, спрямовуючи всю її енергію на генерацію внутрішніх негативних станів, самоосуд, самозвинування й інші аспекти. Це може призводити до розвитку тривожних і депресивних симптомів, людина може стати переконаною, що вона є джерелом усіх своїх проблем і відчувати повну безвихідність, вважаючи, що вона не має змоги вплинути на своє оточення або ситуацію. Такі особи часто характеризуються замкнутістю, відстороненістю та глибокими роздумами про своє життя.

Під час оцінювання складності соціально-психологічної дезадаптації особистості до середовища необхідно брати до уваги такі основні компоненти (Т.М. Титаренко) [8]:

1) серйозність порушень звичних умов життя індивіда;

2) інтерпретація умов життя, які змінилися (наприклад, необхідність постійного стороннього догляду, настання життєвої кризи, безвихідна ситуація, поміщення людини в ізоляційні й деприваційні умови психоневрологічного інтернату);

3) бажання чи готовність індивіда виявляти зусилля щодо пристосування до нових умов життя, його «згода продовжувати життя» або «волю до життя».

Наслідки дезадаптації для особистості передбачувані й мають дуже розлогі межі прояву [4; 9], наприклад: особисті деформації, недостатній фізичний розвиток, затримка психічного розвитку, типові нервові розлади, ізолюваність і відчуття самотності, безпорадності, проблеми у взаєминах, відчуження від близького оточення, залежності, навіть суїцидальна поведінка. Н.В. Султанова зазначає: «... дезадаптація ..., що зумовлена закритими умовами утримання й виховання в інтернатних установах, спричиняє деформації соціальної поведінки дітей, їхнього психічного й емоційного стану» [10, с. 242]. Підопічні інтернатних установ утрачають навіть ті соціальні й побутові навички, які були збережені до їхнього потрапляння в заклад.

Висновки. Аналіз проблеми дезадаптації особистості засвідчив відсутність єдиного розуміння цього поняття й широту його трактування. Аналізуючи дезадаптацію особистості в умовах перебування в інтернатних установах, важливо системно підходити до її вивчення, ураховуючи різні рівні функціонування особистості. Система соціальної реабілітації підопічних психоневрологічних інтернатів має бути комплексною й ураховувати не лише чинники дезадаптації, зумовлені психіч-

ним станом підопічного, а й чинники середовища психоневрологічного інтернату, які за своєю природою є деструктивними й деприваційними. Ефективна система реабілітаційних заходів можлива за умов переходу до докорінно інших форм соціального супроводу підопічних – сімейної та форми підтриманого проживання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андросович К.А. Психологічні чинники соціальної адаптації першокурсників в умовах освітнього середовища професійно-технічного навчального закладу : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Сєверодонецьк, 2015. 274 с.
2. Schmitt D.P., Pilcher J. J. Evaluating evidence of psychological adaptation: How do we know one when we see one? *Psychological Science*. 2004. № 15. P. 643–649.
3. Герасименко Л.О. Психосоціальна дезадаптація. *Український вісник психоневрології*. 2018. Том 26. Випуск 1 (94). С. 62–65.
4. Актуальні питання теорії та практики соціальної роботи: навчально-методичний посібник / О.П. Песоцька, В.І. Степаненко, Н.О. Островська, Н.В. Маркова, І.П. Акіншева, Н.Б. Ларіонова, О.А. Мурашкевич, К.В. Ігнатенко ; Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2013. 528 с.
5. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості: наукове видання. Тернопіль : Економічна думка, 2000. 197 с.
6. Горностаї П.П. Розділи з книги: Психологія життєвої кризи / відп. ред. Т.М. Титаренко. Київ : Агропромвидав України, 1998. С. 69–96.
7. Корнієнко В.В. Про психологічні механізми дезадаптації осіб із фізичними вадами. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2011. Вип. 17. С. 98–105.
8. Психологія життєвої кризи / відп. ред. Т.М. Титаренко. Київ : Агропромвидав України, 1998. 348 с.
9. Глушко Н.В., Супрун М.О. Дезадаптація підлітків: причини й наслідки. *Теоретичні й методологічні проблеми юридичної психології та педагогіки. Серія «Юридична психологія та педагогіка»*. 2013. № 2. С. 30–39.
10. Султанова Н.В. Соціальне виховання дітей в інтернатних закладах освіти України (друга половина ХХ – початок ХХІ століття) : монографія. Херсон : КВНЗ «Херсонська академія неперервної освіти», 2018. 379 с.
11. Цумарева Н.В. Особливості прояву дезадаптивної поведінки в емоційно депривованих дітей молодшого шкільного віку. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 3 (19). С. 124–131.
12. Корнієнко І.О. Стратегії копінг-поведінки студентів у ситуації неуспіху : монографія. Мукачеве, 2011. 292 с.

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО МАТЕРИНСТВА МОЛОДИХ ЖІНОК У ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ

PSYCHOLOGICAL READINESS FOR MOTHERHOOD IN YOUNG WOMEN DURING THE PANDEMIC

У статті розглянута проблема психологічної готовності молодих жінок до материнства в період пандемії. Сучасний етап суспільного розвитку в Україні характеризується трансформацією традиційних стереотипів репродуктивної поведінки, загостренням демографічних проблем, зміною моделей сімейних стосунків тощо. Сьогодні суспільство зіткнулося з великими проблемами, тобто зростанням кількості здорових дітей, яких жінки залишають у пологовому будинку через пандемію, у деяких випадках мати перебуває у важкому стані й не має надії на одужання дитини (родичі не мають бажання брати на себе відповідальність за немовля), а також через воєнний стан (жінки відмовляються від своїх народжених дітей, тому що не впевнені у світлому майбутньому).

Багато вчених єдині в тому, що несформованість психологічної готовності до виконання материнських функцій призводить до перекидання моральних цінностей особистості жінки, до формування ідеології анти-материнства, мітофобії. Причиною цього є емансипація дівчат від родини і їхній фемінізм, настільки розвинутий у європейському суспільстві.

Виходячи з актуальності проблеми, ми поставили мету – проаналізувати наукову літературу з проблеми дослідження, визначити особистісні особливості молодих жінок, що впливають на їхню психологічну готовність до материнства в період пандемії, і розробити психокорекційну програму, орієнтовану на прийняття майбутнього малюка.

Для вирішення поставлених завдань застосовано комплексний підхід, що складається з об'єднання теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження. Використовували такі методи: спостереження, анкетування, стандартизовані питальники, бесіди, експертні оцінки. Аналіз отриманих результатів здійснювали комплексом сучасних методів математичної статистики (Pearson).

Отримані нами результати свідчать про те, що інстинкт не відіграє визначальної ролі в поведінці матері. Акцент на інстинкті відвертає увагу від проблеми власної активності жінки в рішенні стати матір'ю або відмовитися від материнства. Особистість за такого підходу з'являється як пасивна арена боротьби різних мотивів, а особистісний вибір стає результатом зіткнення різних сил, залишаючись не пов'язаним з активністю самої особистості.

Ключові слова: психологічна готовність до материнства, материнська сфера, мотиви вагітності, майбутня дитина.

In the article, the issue of young women's psychological readiness for motherhood during the pandemic is examined. The current stage of social development in Ukraine is characterized by the transformation of traditional stereotypes of reproductive behavior, exacerbation of demographic problems, and changes in family relationship models. Today, society faces significant challenges, such as the increase in the number of healthy children left in maternity hospitals due to the pandemic. In some cases, mothers are in critical condition, and there is no hope for their recovery (relatives are unwilling to take responsibility for the newborn). Additionally, there are challenges related to the military situation, where women may refuse their newborns due to uncertainties about a bright future.

Many scientists agree that the lack of psychological readiness for maternal functions leads to the distortion of the moral values of the woman herself, the formation of anti-motherhood ideology, and mythophobia. This is attributed to the emancipation of girls from the family and their feminism, highly developed in European society. Given the relevance of the problem, our goal is to analyze scientific literature on the research issue, identify the personal characteristics of young women influencing their psychological readiness for motherhood during the pandemic, and develop a psychocorrection program oriented towards embracing the future baby.

In this regard, we have set ourselves the goal of studying the influence of professional active women on the well-being of the family. To solve the assigned tasks, an integrated approach was used, which consists of combining the theoretical analysis of scientific literature and empirical research. The following methods were used: observation, interviews, standardized questionnaires, a questionnaire developed by us, and expert assessments. The analysis of the results obtained was carried out using a complex of modern methods of mathematical statistics (Pearson).

The results of our empirical research indicate that instinct does not play a determining role in a mother's behavior. It all depends on her activity in deciding to become a mother or refuse motherhood. A woman undergoes a struggle of different motives, and her personal choice becomes the result of the collision of different forces, remaining unconnected to the individual's activity.

Key words: psychological readiness for motherhood, maternal sphere, pregnancy motives, future child.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.20>

Денисенко А.О.

к. психол. н.,

доцент кафедри теорії та методики практичної психології

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені

К.Д. Ушинського»

Демешкан І.О.

магістрантка,

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені

К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми. Сучасний етап суспільного розвитку в Україні характеризується трансформацією традиційних стереотипів репродуктивної поведінки, загостренням демографічних проблем, зміною моделей сімейних стосунків тощо. Сьогодні суспільство

зіткнулося з великими проблемами, тобто зростанням кількості здорових дітей, яких жінки залишають у пологовому будинку через пандемію, у деяких випадках мати перебуває у важкому стані й не має надії на одужання дитини (родичі не мають бажання брати на

себе відповідальність за немовля), а також через воєнний стан (жінки відмовляються від своїх народжених дітей, тому що не впевнені у світлому майбутньому).

Отже, вагітність, якщо вона не бажана, часто вступає в суперечність із цінностями соціально-комфортної та статевої сфер, що призводить до психологічного конфлікту, який не завжди вирішується на користь дитини. Складність вибору, що вимагає співвідпорядкування особистісно-значущих мотивів, кожен із яких володіє спонукальною силою, може бути подолана тільки в разі досягнення суб'єктом певної особистісної зрілості. Але є пари, які не бажають мати дітей, тому що вони вважають, що діти завжди створюють великі проблеми в процесі виховання, що заважає щастю між подружжям. А це лише свідчить про низький рівень психологічної готовності до материнства або її повну відсутність [4; 5; 7; 8; 9].

Багато вчених єдині в тому, що несформованість психологічної готовності до виконання материнських функцій призводить до перекошування моральних цінностей особистості жінки, до формування ідеології антиматеринства, мітофобії. Причиною цього є емансипація дівчат від родини і їхній фемінізм, настільки розвинутий у європейському суспільстві [1; 3; 7; 11].

Закономірно, що серед пріоритетних цілей третього тисячоліття, які визначила ООН, більшість зорієнтовані на розв'язання проблем материнства. В Україні, як засвідчують останні рішення уряду, цей аспект соціального життя країни є одним із найбільш актуальних, оскільки проблема материнства розглядається не лише як медико-соціальна, а і як така, що потребує більш глобального вирішення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових публікацій засвідчує, що в дослідженнях учених висвітлювалися такі питання: психологічна готовність молоді до материнства в сучасних умовах і її особливості [2; 3]; толерантність жінок як передумова їхньої психологічної готовності до материнства [4]; цінності готовності до материнства [5]; феномен материнства в історичному аспекті [6]; психологічна готовність молодих жінок до материнства [8]; психологічний аналіз структури та критеріїв суб'єктивної готовності до материнства [9; 10]; чинники формування уявлень жінки про материнство і трансформація образу матері в період народження дитини [11].

Постановка завдання. Виходячи з актуальності проблеми, ми поставили мету – проаналізувати наукову літературу з проблеми дослідження, визначити особистісні особливості молодих жінок, що впливають на їхню психологічну готовність до материнства в період пандемії, і розробити психокорекційну програму,

орієнтовану на підвищення рівня психологічної готовності до материнства.

Для вирішення поставлених завдань застосовано комплексний підхід, що складається з об'єднання теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження. Використовували такі методи: спостереження, стандартизовані питальники, розроблена нами анкета, бесіди й експертні оцінки. Аналіз отриманих результатів здійснювали комплексом сучасних методів математичної статистики (Pearson).

Виклад основного матеріалу. Проблема материнства вивчається в руслі різних наук і являє собою складний феномен, що має фізіологічні механізми, еволюційну історію, культурні й індивідуальні особливості. Кожна наука вивчає та визначає материнство, виходячи зі своєї мети й завдань.

Е. Бадінтер, К. Бонне, М. Мід, Л. Стоун відзначають, що материнство – одна із соціальних жіночих ролей, тому, навіть якщо в жіночій природі закладена потреба бути матір'ю, суспільні норми та цінності впливають на прояви материнського ставлення [5; 6].

Вивчення готовності до материнства останніми роками ведеться в різних аспектах, але за всього різноманіття підходів реального систематичного дослідження не проводилося, тому питання залишається відкритим. Більшість фахівців вважають, що вона формується протягом усього життя, на цей процес впливають соціально-біологічні фактори, оскільки готовність до материнства має, з одного боку, потужну інстинктивну основу, а з іншого – виступає як особистісне утворення [3; 9; 10]. Однак на сучасному етапі материнство посідає незначне місце в ієрархії цінностей жінки. Помітне зростання прагнення до високого професійного статусу, підвищена тяга до добробуту, високого рівня споживання, утрата традиційних засобів передачі материнсько-дитячої взаємодії часто перешкоджають її формуванню [2; 8; 11].

Виходячи з мети роботи, ми провели емпіричне дослідження (дистанційно). У ньому взяли участь 40 заміжніх жінок у віці 25–30 років, які мають одну дитину.

Вивчаючи рівень психологічної готовності до материнства в молодих жінок під час пандемії (див. таблицю 1), ми дійшли висновку, що для загальної групи респондентів характерні низький (22,5%), середній (50,0%) і високий (27,5%) рівні її формування.

Подальший аналіз отриманих результатів виявив, що особистісні особливості молодих жінок, залежно від рівня психологічної готовності до материнства, представлені неоднозначно (див. таблицю 2). Так, жінки з низьким рівнем готовності характеризуються особистісною тривожністю (77,7%),

Таблиця 1

Рівень (%) психологічної готовності до материнства в молодих жінок

Психологічна готовність до материнства		
Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
22,5	50,0	27,5

Таблиця 2

Особистісні особливості молодих жінок

Показники	Не готові			Середній рівень готовності			Готові		
	Рівні (%)			Рівні (%)			Рівні (%)		
	низьк.	сер.	вис.	низьк.	сер.	вис.	низьк.	сер.	вис.
Ситуативна тривожність	11,1	55,5	33,3	15,0	25,0	60,0	45,4	27,2	27,2
Особистісна тривожність	11,1	11,1	77,7	25,0	35,0	40,0	18,1	36,3	45,4
Тривожність	11,1	22,2	66,6	35,0	35,0	30,0	27,2	36,3	36,3
Фрустрація	22,2	22,2	55,5	20,0	30,0	50,0	45,4	27,2	27,2
Агресія	11,1	22,2	66,6	20,0	40,0	40,0	45,4	36,3	18,1
Ригідність	33,3	33,3	44,4	30,0	45,0	25,0	54,5	27,2	18,1
Прийняття-відкидання	11,1	33,3	55,5	-	30,0	70,0	-	-	100
Кооперація	33,3	22,2	44,4	35,0	30,0	35,0	-	27,2	72,7
Симбіоз	11,1	11,1	77,7	10,0	15,0	75,0	27,2	36,3	36,3
Авторитарна гіперсоціалізація	-	22,2	77,7	15,0	25,0	60,0	18,1	36,3	45,4
Маленький невдаха	-	33,3	55,5	45,0	30,0	25,0	54,5	27,2	18,1

тривожністю (66,6%), агресією (66,6%), фрустрацією (55,5%), симбіозом (77,7%), авторитарною гіперсоціалізацією (77,7%), прийняттям дитини (55,5%) і ставленням до неї – «маленька невдаха» (55,5%), які виявлено на високому рівні. Водночас жінки із середнім рівнем готовності більш схильні до ситуативної тривожності (60,0%), фрустрації (50,0%), особистісної тривожності (40,0%), агресії (40,0%), використовують такі типи, як симбіоз (75,0%), прийняття (70,0%) та авторитарна гіперсоціалізація (60,0%). Що стосується молодих жінок із високим рівнем психологічної готовності, то в них виявлено такі показники: низький рівень ригідності (54,5%), високий рівень особистісної тривожності (45,4%), низький рівень ситуативної тривожності (45,4%), низький рівень фрустрації (45,4%), низький рівень агресії (45,4%), вони приймають свою дитину (100%), використовують кооперацію (72,7%) та авторитарну гіперсоціалізацію (45,4%).

Як ми бачимо з даних, поданих у таблиці 2, у молодих жінок яскраво виражені такі особистісні особливості, як особистісна тривожність, агресія, тривожність, фрустрація (неготових до материнства), ситуативна тривожність, фрустрація (жінки із середнім рівнем готовності), а також низький рівень ригідності, ситуативної тривожності, фрустрації та агре-

сії в жінок, готових до материнства. Стосовно своїх дітей жінки використовують такі типи: симбіоз, авторитарну гіперсоціалізацію, прийняття (неготові та із середнім рівнем готовності), а також прийняття й кооперацію (з високим рівнем готовності).

За результатами анкети «Ідеальні батьки», ми отримали такі дані щодо молодих жінок із різним рівнем психологічної готовності до материнства. На думку молодих жінок із низьким рівнем готовності, ідеальні батьки повинні мати такі якості, як строгість (100%), мудрість (77,7%), кохання (77,7%), уважність (77,7%), турботлива (66,6%), добра (66,6%), розуміюча (66,6%).

На питання «Ви бажаєте в період пандемії народжувати дітей» 100% молодих жінок відповіли: «Ні».

На питання «Ви вважаєте себе ідеальною мамою» 33,3% молодих жінок відповіли: «Ні».

Молоді жінки із середнім рівнем готовності вважають, що ідеальні батьки повинні зі своїми дітьми поводитися мудро (100%), бути люблячою (100%), відповідальною (85,0%), веселою (80,0%) і турботливою (80,0%).

На питання «Ви бажаєте в період пандемії народжувати дітей» 45,0% молодих жінок відповіли: «Так».

На питання «Ви вважаєте себе ідеальною мамою» 65,0% молодих жінок відповіли: «Так».

Взаємозв'язок психологічної готовності до материнства з особистісними проявами молодих жінок

Показники	Психологічна готовність до материнства (рівні)		
	низький	середній	високий
Ситуативна тривожність		0,709	
Особистісна тривожність			0,672
Тривожність	0,691		
Фрустрація	0,598	0,637	0,657
Агресія	0,656		
Ригідність		-0,550	
Прийняття-відкидання		0,597	0,559
Кооперація		-0,550	0,702
Симбіоз	0,614		-0,443
Авторитарна гіперсоціалізація	0,614		-0,460
Маленький невдаха	0,498		-0,515

Примітка: $p < 0,01$, при $r < 0,710$; $p < 0,05$, при $r < 0,550$.

Жінки останньої підгрупи, з високим рівнем психологічної готовності, відповіли, що ідеальні батьки володіють такими особливостями, як люблячі, відповідальні, турботливі, терплячі, уважні, добрі та розуміючі.

На питання «Ви бажаєте в період пандемії народжувати дітей» 72,7% молодих жінок відповіли: «Так».

На питання «Ви вважаєте себе ідеальною мамою» 54,5% молодих жінок відповіли: «Так».

Попередній аналіз засвідчує, що характер психологічної готовності до материнства в молодих жінок детермінується різними комплексами особистісних особливостей. Про це свідчить наявність у кожній підгрупі п'яти й більше кореляційних плеяд, що зв'язують різні діагностичні прояви (див. таблицю 3).

Відповідно до поданих даних, провідним показником кореляційних зв'язків на рівні ($p < 0,01$) у молодих жінок із низьким рівнем психологічної готовності до материнства є «психологічна готовність». Взаємодія її відбувається з високим рівнем тривожності ($r = 0,691$), високим рівнем агресії ($r = 0,656$), високим рівнем особистісної тривожності ($r = 0,614$), симбіозом ($r = 0,614$), авторитарною гіперсоціалізацією ($r = 0,614$) і високим рівнем фрустрації ($r = 0,598$).

У системі істотних кореляційних зв'язків у молодих жінок із середнім рівнем психологічної готовності до материнства знаходиться показник «психологічна готовність». На рівні ($p < 0,01$) він зв'язаний із ситуативною тривожністю ($r = 0,709$), фрустрацією ($r = 0,637$), прийняттям дитини ($r = 0,597$), а також простежуються в негативному зв'язку на рівні ($p < 0,05$) із ригідністю ($r = -0,550$), кооперацією ($r = -0,550$).

Важливе місце в кореляційній структурі в молодих жінок, готових до материнства, також посідає показник «психологічна готов-

ність до материнства». Він знаходиться в позитивній і негативній взаємодії на рівні ($p < 0,01$) й особистісною тривожністю ($r = 0,672$), фрустрацією ($r = 0,657$), прийняттям дитини ($r = 0,559$), кооперацією ($r = 0,702$), а також на рівні ($p < 0,05$) із симбіозом ($r = -0,443$), авторитарною гіперсоціалізацією ($r = -0,460$), маленькою невдахою ($r = -0,515$).

Отже, можна констатувати, що в усіх підгрупах молодих жінок визначено показники, які утворюють плеяду позитивних і негативних кореляційних зв'язків на рівнях ($p < 0,01$) та ($p < 0,05$). Так, молоді жінки з низьким рівнем психологічної готовності характеризуються особистісною тривожністю, тривожністю, агресією, симбіозом, прийняттям. Жінки із середнім рівнем готовності до материнства більш схильні до ситуативної тривожності, тривожності й прийняття. Жінки, у яких повністю сформована материнська сфера, відрізняються від перших фрустрацією, прийняттям дитини та кооперацією.

Також можна припустити, що психологічна готовність до материнства є особистісною властивістю і її формування не залежить від ситуацій, а також захворювань, які наявні в країні.

Отримані результати послугували основою для розроблення програми, спрямованої на підвищення рівня психологічної готовності до материнства, головне завдання якої полягає в тому, щоб допомогти молодим жінкам із низьким рівнем психологічної готовності до материнства в розвитку особистісного потенціалу, а також прийнятті майбутнього малюка й відповідальності за нього.

Висновки з проведеного дослідження. Виходячи з результатів дослідження серед молодих жінок із різним рівнем психологічної готовності до материнства, можемо сказати таке.

Психологічно готові до материнства молоді жінки більш схильні до особистісної тривожності, приймають своїх дітей і використовують прийняття й кооперацію, не бояться народжувати під час пандемії. На нашу думку, у них повністю сформована материнська сфера та серед провідних мотивів вагітності можна виділити такий мотив, як вагітність заради дитини.

Жінки із середнім рівнем психологічної готовності до материнства відрізняються від перших такими особистісними особливостями, як ситуативна тривожність, фрустрація. Стосовно дитини вони більше використовують симбіоз. Можливо, це пов'язано з моделлю поведінки матері або з особистісними особливостями, які треба досконально розглянути. Більша кількість із них не готова народжувати дітей у період пандемії, незважаючи на це, вони вважають себе ідеальними батьками.

Жінки, які психологічно не готові до материнства, незважаючи на свій вік і виховання дітей, характеризуються такими особливостями, як особистісна тривожність, агресія та фрустрація. Деякі з них до дітей ставляться як до маленьких невдах. Народжувати дітей у період пандемії не збираються, однак більша частина цих жінок вважає себе ідеальною матір'ю, що свідчить про несформованість їхньої материнської сфери. Мабуть, більше думають про себе, а також не відчули від своїх батьків емоційного тепла.

Виконане дослідження дало змогу висунути низку актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми. Наприклад, дослідити істотний вплив етнічних традицій на психологічну готовність до материнства; виявити психологічну готовність до материнства в осіб, що мають визначені відхилення в стані здоров'я; створити комплексну соціально-психологічну програму, орієнтовану на профілактику ранньої вагітності на всіх етапах виховного процесу в навчальних закладах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анчева І.А. Сучасний погляд на психологічну готовність жінок до материнства *Актуальні теми*. 2017. № 6 (122). С. 50–52.
2. Баранюк О.М. Дослідження психологічної готовності молоді до материнства в сучасних умовах. Тернопіль : ТНТУ, 2023. 66 с.
3. Гомонюк О.М. Особливості психологічної готовності до материнства. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологія»* : електрон. наук. фахове вид. Хмельницький, 2017. № 4. С. 8–12.
4. Канюка С.І. Система формування толерантності жінок як передумови їх психологічної готовності до материнства. *Гуманітарний вісник. Серія «Психологія»*. Переяслав-Хмельницький, 2017. Вип. 38. С. 57–68.
5. Козира П.В., Легка А.І. Теоретико-методологічні засади вивчення цінностей готовності до материнства. *Молодий вчений*. 2022. № 4 (104). С. 55–60.
6. Кулик А.В. Вивчення материнства в історичному аспекті. *Філософія в сучасному світі* : мат. І Міжнар. наук-практ. конференції, 20–21 листопада 2020 р. Харків, 2020. 282 с.
7. Куц С.В. Формування особистісної готовності жінок до материнства / Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя. Тернопіль, 2017. 114 с.
8. Томаржевська І.В. Теоретичні аспекти проблеми психологічної готовності до материнства молодих жінок. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2020. С. 141–145.
9. Туриніна О.Л., Круз Б.М. Особливості формування психологічної готовності жінок до материнства. *Modern science: innovations and prospects : the 1st International scientific and practical conference*. Stockholm, Sweden, 2021. С. 330–336.
10. Шмілик Н. Психологічний аналіз змісту, структури та критеріїв суб'єктивної готовності до материнства. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2017. С. 253–259.
11. Чепелева Н.І. Чинники формування уявлень жінок про материнство та трансформація образу матері в період народження дитини. *Габітус*. 2023. Вип. 45. С. 278–284.

ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ ТРАВМАТИЧНОЮ АМПУТАЦІЄЮ В УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

TECHNOLOGICAL ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL REHABILITATION AND RESOCIALIZATION OF MILITARY PERSONNEL – COMBATANTS WITH TRAUMATIC AMPUTATION IN THE CONTEXT OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Стаття присвячена нагальним проблемам психологічної реабілітації та ресоціалізації військовослужбовців – учасників бойових дій із травматичною ампутацією в Україні. У статті обґрунтовано поняття «реабілітація» та «ресоціалізація». Повернення до звичного способу життя для військовослужбовців – учасників бойових дій передбачає поєднання психологічних, фізіологічних і соціальних чинників під час проведення реабілітації. Обґрунтовано перспективи вирішення психофізіологічних проблем військовослужбовців – учасників бойових дій із травматичною ампутацією засобами фізичної культури та спорту, що позитивно впливають на їхній загальний рівень здоров'я та емоційний стан.

Зазначено, що для усунення наслідків минулих переживань, тривоги з приводу можливості погіршення фізичного стану та для їх подальшого ресоціалізації в суспільство військовослужбовці мають бути здатними інтегруватися в різні соціальні групи і спільноти, бути готовими сприйняти власну змінювану ідентичність. Реабілітаційні технології – це насамперед способи покращення стану людини, а саме: прогнозування можливих наслідків зниження рівня психологічного здоров'я й повернення кожного військовослужбовця до суспільства, діючи на рівні сучасних технологій для їхнього відновлення. Зазначено, що ядром здорової особистості кожного військовослужбовця є особистісна цілісність, самореалізованість і його саморегульованість. Перераховані показники є базовими, так як ці властивості становлять основу здорової особистості кожного військовослужбовця.

Відповідно, фізичний дискомфорт, спричинений травмуванням (травматичною ампутацією), без кваліфікованого лікування руйнуватиме психоемоційний стан будь-якого військовослужбовця (індивіда) і загальну якість життя учасника бойових дій, особливо з травматичною ампутацією, і більшість намагань з боку психологічної реабілітації матимуть низький рівень ефективності.

Ключові слова: реабілітація, технологія реабілітації, ресоціалізація військовослужбовців, учасник бойових дій із травматичною ампутацією, соціально-психологічні процеси.

The article is devoted to the urgent problems of psychological rehabilitation and resocialization of military personnel – combatants with traumatic amputations in Ukraine. The article substantiates the concepts of “rehabilitation” and “resocialization”. Returning to a normal lifestyle for servicemen – combatants involves a combination of psychological, physiological and social factors during rehabilitation. The prospects of solving the psychophysiological problems of military personnel – combatants with traumatic amputation by means of physical culture and sports, which positively affect their overall health and emotional state, are substantiated.

It is noted that this is to eliminate the consequences of past experiences, anxiety about the possibility of deterioration of physical condition and for their further re-socialization into society, military personnel should be able to integrate into different social groups and communities and be ready to accept their changing identity. Rehabilitation technologies are primarily ways to improve the human condition, namely: predicting the possible consequences of a decrease in the level of psychological health and the return of each serviceman to society, acting at the level of modern technologies to restore them. It is noted that the core of a healthy personality of each serviceman is personal integrity, self-realization and self-regulation. The listed indicators are basic, since these properties form the basis of a healthy personality of each serviceman.

Accordingly, physical discomfort caused by injury (traumatic amputation) without qualified treatment will affect the psycho-emotional state of any serviceman (individual) and the overall quality of life of a combatant, especially those with traumatic amputation, and most psychological rehabilitation efforts will be ineffective.

Key words: rehabilitation, rehabilitation technology, resocialization of servicemen, combatant with traumatic amputation, socio-psychological processes.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.21>

Дубровський Д.П.

слухач

Національний університет оборони України

Хайрулін О.М.

к.психол.н.,

доцент кафедри внутрішніх комунікацій

Національний університет оборони України

України

працівник Збройних Сил України

Збереження й відновлення фізичного, психічного, соціального, особистісного здоров'я військовослужбовців – учасників бойових дій із травматичною ампутацією є одним із важливих завдань для Збройних Сил України (далі – ЗС України). Відповідно, відновлення фізичного та психічного здоров'я, поєднання фізіологічних, психологічних і соціальних чинників, що забезпечать ресоціалізацію зазначеної категорії в суспільство. Під час тривалої травматизації

психологічне здоров'я особистості зменшується, а в результаті реабілітаційних впливів може повертатися й навіть зміцнюватися.

Поняття «технологія реабілітації» застосовують досить часто. У соціальній інтерпретації технологія є специфічним способом організації й доцільної діяльності на практиці, поєднанням прийомів, досягнення запланованого результату. Вивчення концепцій процесу реабілітації доцільно проводити системно.

Аналіз наукових джерел дає змогу наголосувати, що питання у сфері реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій із травматичною ампутацією висвітлено в роботах Я. Безуглої, А. Єгорова, П. Пилипенка, Л. Шумної та ін. Праці таких вітчизняних науковців, як В. Алещенко, О. Караман, М. Маслова, Н. Олексюк, Н. Пономаренко, О. Савченко, В. Турбан та ін., заслуговують на увагу щодо реабілітаційної роботи з військовослужбовцями. Окремо можна виділити працю Г. Гозуватенко, у якій розглянуто «чинники, що впливають на морально-психологічне забезпечення військовослужбовців служби за контрактом Збройних сил України у миротворчих операціях». Аналізом соціально-психологічної реабілітації ветеранів бойових дій займався В. Березовець. Використання засобів соціокультурної реабілітації військовослужбовців в ігрових технологіях досліджував А. Бурлак, який вважає, що реабілітацію необхідно впроваджувати як науку для відновлення особистості до минулого рівня соціальної активності.

Психологічні чинники впливу бойових дій на стан військовослужбовців відображено в багатьох дослідженнях українських науковців: А. Бородія, О. Блінова, О. Бойка, В. Крайнюка, О. Макаревича, Є. Литвиновського, А. Романишина та ін. Варто наголосити на дослідженні Ю. Кучина й В. Горошка «Больовий синдром у пацієнтів із вогнепальними пораненнями кінцівок та посттравматичними стресовими розладами». Безліч фахівців, які займаються реабілітацією військовослужбовців, вважають, що для досягнення запланованого результату необхідна наступність між діями, тобто ранній початок і своєчасність успішного проведення реабілітації. «Психологічну допомогу потрібно надавати якомога швидше після появи симптомів розладу (як медичну допомогу після поранення), оскільки відновлювальний потенціал людини з часом суттєво зменшується. Ранній початок реабілітації і своєчасне надання допомоги зменшують травмування членів сім'ї, кількість розлучень, ризик суїцидів, поліпшує якість життя» [3]. Багато дослідників збігаються на думці, що соціально-педагогічні аспекти реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій, особливо з травматичною ампутацією, вивчені

не достатньо. Отже, повноцінна психологічна реабілітація та ресоціалізація військовослужбовців – учасників бойових дій із травматичною ампутацією – це необхідний складник військово-професійної компетентності.

Сьогодні гострого значення набуває фізична й фізкультурно-спортивна реабілітація в сучасних умовах – умовах російсько-української війни. Отже, констатуємо: методи фізичної та фізкультурно-спортивної реабілітації, що в більшості увібрали природні фактори лікування, є не лише ефективними, а й доступними.

Найбільш дієвий і поширений вид рухової активності – це зайняття фізичною культурою і спортом. Для військовослужбовців, які зазнали травматичної ампутації, це адаптивні види спорту, тобто розроблені для людей з особливими потребами.

Реабілітація (від лат. re – основа + *habilitas* – відновлення, здібність, змога, здібність, придатність) – комплекс медичних, педагогічних, професійних, юридичних, соціальних заходів, спрямованих на відновлення (компенсацію) порушених (утрачених) функцій організму і працездатності осіб з особливими потребами.

Технологічно реабілітаційна робота передбачає таке:

можливості дослідження соціально-психологічних процесів реабілітації з досить високою точністю;

прогнозування можливих наслідків зниження рівня психологічного здоров'я особистості з тим, щоб запобігти їм;

передбачення можливих помилок у використанні корекційних і профілактичних методів, щоб їх мінімізувати [7].

Під реабілітацією, як правило, розуміють залучення (повернення) осіб з інвалідністю до соціального життя; вона вважається однією з проблем охорони здоров'я, хоча її доречніше розглядати як один з елементів соціальної політики країни.

«Реабілітація – це цілеспрямована діяльність колективу в медичному, педагогічному й економічному аспектах з метою збереження, відновлення та прояв здатностей людини брати активну участь у суспільному житті» [7].

Реабілітація включає всі заходи, які спря-

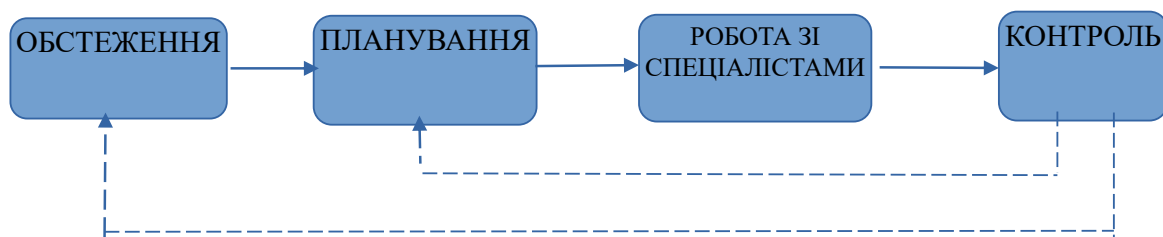


Рис. 1. Функціональна система фізкультурно-спортивної реабілітації учасників бойових дій

мовані на зменшення дії травмивних факторів та умов, що призводять до фізичних та інших дефектів, а також на забезпечення можливостей для людей з особливими потребами досягнути соціальної інтеграції [2].

Ресоціалізація розглядається як активна участь осіб з особливими потребами в основних напрямках соціального життя й діяльності суспільства. Для досягнення цієї мети, маємо забезпечити повноцінну реабілітацію.

Чинники, які відіграють винятково важливу життєву роль у ресоціалізації в суспільстві:

- соціальний (взаємини між колегами, з родиною);

- психологічна внутрішня налаштованість кожного військовослужбовця на виконання фізичних вправ, що позитивно впливає на загальний рівень здоров'я, емоційний стан, запобігає загостренню хвороб, засобами фізичної культури та спорту;

- індивідуальний обсяг рухової активності, здатний істотно вплинути на зміцнення потенціалу здоров'я.

Всесвітня організація охорони здоров'я (далі – ВООЗ) визначає пошкодження як «труднощі, що мають місце під час виконання одного або кількох видів діяльності, які, відповідно до віку, статі й соціальної ролі ураженого, розглядаються взагалі як суттєві й вирішальні в повсякденному житті, як і самозабезпечення, суспільні зв'язки й економічна активність» [1]. Зміна статусу індивіда, визнано ВООЗ, виникає внаслідок довготривалого або постійного функціонального обмеження чи пошкодження. Іншими словами, отримане травмування перешкоджає військовослужбовцям виконувати ті функції й обов'язки, які від них очікують, тобто унеможливорює стабільно виконувати свою звичну соціальну роль. Отже, травматизація внаслідок участі в бойових діях призводить до функціонального порушення, функціональне порушення – до інвалідності, інвалідність – до фізичних та інших дефектів.

Фізичні й інші дефекти – це недолік або дефект особи з обмеженими можливостями, який виникає як результат порушення функції або інвалідизації, що викликають обмеження або створюють перешкоду виконанню ролі, що є нормою (з урахуванням віку, статі, професійних, соціальних і культурних факторів) для індивіда.

Не викликає сумнівів, що існує єдність фізичних і психічних функцій організму, тісний взаємозв'язок свідомості й волі з роботою м'язів, серця, легень та інших органів людини. Добре відомо, що особи різного віку, які займаються фізичними вправами, дотримуються гігієнічних вимог (норм) щодо харчування, сну й загартовування, не потребують практично ніякого лікування. Фізичні вправи сприяють

утворенню механізму ефективної лікувальної дії на організм [4].

Широкий спектр фізичних методів лікування – лікувальна фізкультура (далі – ЛФК), фізкультурно-спортивна робота, лікувальний масаж, мануальна терапія, фізіотерапія, рефлексотерапія, механотерапія, загартовування, працетерапія тощо – демонструє наявність широких можливостей фізичної реабілітації. Засоби фізичної реабілітації здатні значно поліпшити якість перебігу лікування, запобігти можливим ускладненням при захворюваннях і травмах різної етимології, пришвидшують відновлення функцій органів і систем, тренують і загартовують, повертають працездатність, допомагають особам з особливими потребами отримати нові спроможності щодо самообслуговування, дають можливість отримати іншу професію, компенсувати незворотні зміни, пристосовуватися до нових обставин, які стали реаліями в житті військовослужбовця.

Адаптивний спорт – вид адаптивної фізичної культури, що задовольняє потреби людей з особливими потребами в самоактуалізації (самоствердженні), реалізації й зіставленні власних здібностей зі здібностями інших людей, у комунікативній діяльності й соціалізації. Адаптивний спорт може бути єдиною для них можливістю самоактуалізації – однієї з найважливіших потреб людини [6].

Метою адаптивного спорту є формування спортивної культури осіб з особливими потребами, залучення їх до суспільно-історичного досвіду певної сфери, засвоєння мобілізаційних, інтелектуальних цінностей фізичної культури. Основу адаптивного спорту становлять змагальна діяльність і цілеспрямована підготовка до неї, досягнення максимальних результатів, удосконалення індивідуальної спортивної техніки завдяки збереженню функціям. Зміст адаптивного спорту спрямований на формування в осіб з особливими потребами спортивної майстерності й досягнення результатів у змаганнях із людьми, які мають аналогічні проблеми зі здоров'ям [6].

Так, проведення й популяризація змагань серед ветеранів російсько-української війни з адаптивних видів спорту як один з обраних методів реабілітації для військовослужбовців – учасників бойових дій поліпшують перебіг фізичної реабілітації, тому що питання ресоціалізації та надання їм можливостей, засобів фізично-спортивної та психологічної реабілітації – це головна мета, яка має бути в держави для підтримки військових.

Існує багато чинників, що дають змогу адаптивний спорт, адаптивну фізичну культуру, адаптивну фізичну реабілітацію зробити дієвими формами реабілітації військовослужбовців, насамперед у межах адаптивного спорту ставлення до людини не як до хворого чи пацієнта.

ента, а як до здорової людини.

Спорт і фізична активність відіграють одну з головних ролей у процесах реабілітації та ресоціалізації військовослужбовців – учасників бойових дій, особливо з травматичною ампутацією, багато в чому можуть бути ефективнішими, ніж пряма медична реабілітація, оскільки більшість травмованих захисників не хочуть почуватися хворими.

Національним законодавством визначено таке: спорт ветеранів війни – це напрям спорту, що забезпечує залучення ветеранів війни та членів їхніх сімей до занять спортом з метою їхньої психологічної та соціальної адаптації, участь і підготовку спортивних команд ветеранів війни в усеукраїнських і міжнародних спортивних заходах. З визначення можемо бачити, що головним завданням визначеного напряму роботи з військовослужбовцями є залучення ветеранів війни та членів їхніх сімей до занять спортом з метою їх психологічної та соціальної адаптації [5].

Спорт передбачає участь у змаганнях і конкуренцію, тому саме заходи фізкультурно-спортивної реабілітації як системи заходів, розроблених із застосуванням фізичних вправ для відновлення здоров'я особи та спрямованих на відновлення й компенсацію за допомогою занять фізичною культурою і спортом функціональних можливостей організму для поліпшення фізичного й психологічного стану, цікавлять нас як засіб відновлення й ресоціалізації ветерана [7].

Сьогодні існують багато громадських організацій, що працюють із ветеранами, військовослужбовцями, які зазнали травматичних ампутацій під час участі в бойових діях, найвідомішими з яких є Всеукраїнська асоціація фізичної медицини, реабілітації і курортології (ВАФК), Ігри нескорених (англ. *Invictus Games*).

Прикладом організації та проведення фізкультурно-спортивних заходів є започаткована Федерацією стронгмену України (далі – ФСУ) серія турнірів «Сильні України», до яких залучали різні категорії учасників: ветеранів із травмами різного ступеня складності й без, чинних військовослужбовців. Протягом 2023 року було організовано та проведено 7 спортивних заходів такими містами України, Київ, Полтава, Івано-Франківськ, Славське, Житомир, Ужгород і Рівне. Кульмінацією спортивного сезону стало встановлення світового рекорду з перетягування чотирьох вантажівок вагою 35 т військовослужбовцями з травматичними ампутаціями однієї чи двох нижніх кінцівок, де й були представлені респонденти.

Учасники спортивних заходів змагалися в таких адаптивних видах спорту, як веслування на тренажері, жим лежачи, витривалість на айрбайці.

З метою з'ясування стану, з яким військо-

вослужбовець починає шлях реабілітації та ресоціалізації через заняття адаптивним спортом або фізкультурно-спортивною реабілітацією, проведено дві презентативні методики. Важливо з'ясувати наявну ресурсоемність людини, що дасть змогу зберігати адаптаційну спроможність військовослужбовця (індивіда).

Ресурси – це все те, що людина використовує, щоб задовольнити вимоги середовища (фізичні, психологічні, соціальні тощо). Успішність подолання складних життєвих ситуацій безпосередньо залежить від розуміння власних ресурсів, від різноманітності, характеру й міри використання наявних і доступних ресурсів людини. З метою визначення, розвитку й ефективного використання ресурсів респондентів нам може допомогти розроблена професором Мулі Лахадом і його колегами модель стресоподолання «BASIC Ph». На думку авторів моделі, ресурс і потенціал подолання кризи є в кожного, для цього запропоновано використовувати весь спектр особистісних можливостей людини. Зазначена модель є важливою та корисною, оскільки базується на глибоких теоретичних та емпіричних розвідках, а також широко використовується психологами в практиці.

Ідея моделі полягає в тому, що в людини існує свій потенціал, досвід у подоланні стресової події в шести модальностях: B – Belief & values – віра, переконання, цінності, філософія життя; A – Affect – вираження емоцій і почуттів; S – Socialization – соціальні зв'язки, соціальна підтримка, соціальна належність, спілкування; I – Imagination – уява, мрії, спогади, творчість; C – Cognition, thought – розум, пізнання, когнітивні стратегії; Ph – Physical – фізична активність, тілесні ресурси.

Чим вища буде отримана сума балів, тим більш розвинутою є відповідна стратегія.

Хронічна стресова ситуація виснажує адаптивні можливості людини, після чого відбувається так званий злам адаптаційного бар'єра. Згідно з наявними науковими поглядами, час появи хвороби розподілений не рівномірно, а накопичується навколо певних подій, коли вони сприймаються як такі, що загрожують, надмірно напружують, звідси знижується рівень психологічного здоров'я людини, загострюються хронічні захворювання [9].

Результати за методикою ресурсорієнтованої моделі стресодолання BASIC Ph відображено на рис. 2.

У свою чергу, український учений О. Чабан визначає, що хронічний стрес змінює якість життя людини. Процес змін дотичний як до зменшення амортизаційних можливостей, так і до можливих змін особистості.

Значення якості й наповненості життя вирішальне в боротьбі за здоров'я людини, осо-

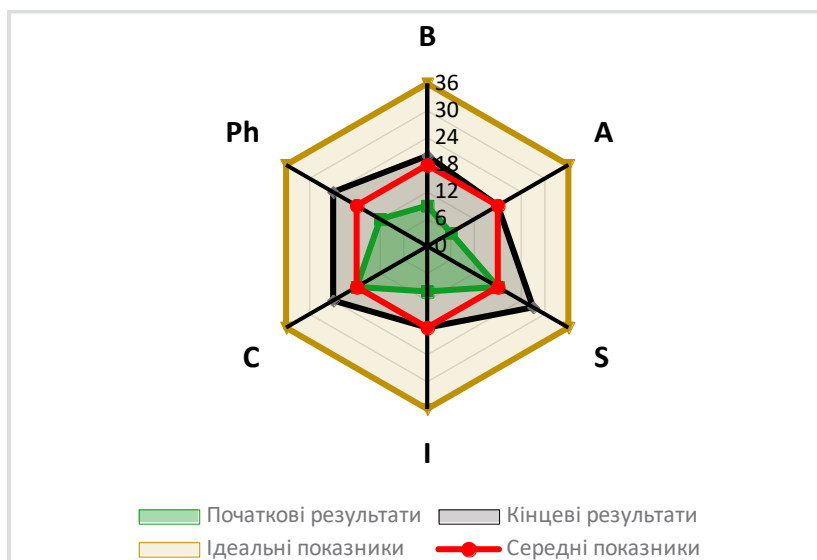


Рис. 2. Результати за методикою ресурсорієнтованої моделі стресодолання BASIC Ph

Таблиця 1

Результати за методикою ресурсорієнтованої моделі стресодолання BASIC Ph

Шкали	ПОКАЗНИК	Початкові результати (червень 2023)	Кінцеві результати (грудень 2023)	Середні показники	Ідеальні показники
B	Віра, переконання, цінності, філософія життя	9	20	18	36
A	Опосередковане вираження почуттів	6	18	18	36
S	Соціальні зв'язки, соціальна підтримка, спілкування	18	27	18	36
I	Уява, мрії, спогади, творчість	10	18	18	36
C	Розум, пізнання, когнітивні стратегії	18	24	18	36
Ph	Фізична активність, тілесні ресурси	12	24	18	36

бливо в ситуації, коли розв'язати патогенетичні проблеми хворої людини неможливо, а от змінити якість життя на краще можна [8].

Результати оцінювання рівня якості життя за методикою О. Чабана відображено на рис. 3.

Характеристика вибірки. Учасники зазначеної серії турнірів змагалися з кількох спортивних дисциплін, демонстрували силу й витривалість. Учасників було розподілено за категоріями залежно від зазначених травм.

Початково представниками ФСУ було проведено відкрите тренування, продемонстровано військовослужбовцям техніку виконання вправ. На перший етап у м. Полтаву було подано 50 заявок на участь.

Участь ветеранів у фізкультурно-спортивному заході надихнула настільки позитивно, що вони зголосилися їхати до інших міст, таких виявилось 20 осіб, само вони й стали основою вибірки. Поряд із цим можна відстежити позитивну динаміку зростання кількості учасників змагань: 1 етап – 50 осіб; 2 етап – 60 осіб; 3 етап – 72 особи; 4 етап – 85 осіб; 5 етап – 100

осіб; 6 етап – 120 осіб; 7 етап – 150 осіб.

На рис. 4 відображено динаміку розвитку фізичних якостей військовослужбовців із травматичною ампутацією, які брали участь у змаганнях на всіх семи етапах.

Фізичне навантаження потужно протидіє низці функціональних порушень. Отже, існує потреба в застосуванні методів фізичної, спортивної та психологічної реабілітації. Це сприятиме загальному зміцненню організму, нормалізації функціонального стану вегетативних функцій.

Можемо бачити, що динаміка постійно зростала. Системні фізичні навантаження, які виконували військовослужбовці – учасники бойових дій, позитивно позначилися на їхньому фізичному стані. Відповідно, цей вид реабілітації виявив свою дієвість.

Динаміку розвитку фізичних якостей військовослужбовців – учасників змагань у відсотках показано в таблиці 3.

Можемо спостерігати зростання динаміки від 18% до 62%, тобто внутрішня психологічна

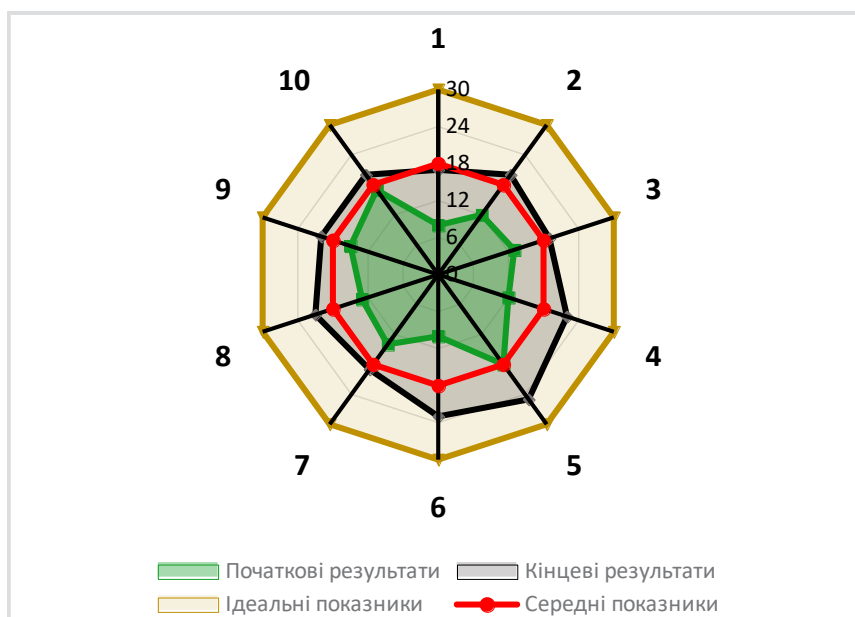


Рис. 3. Результати за методикою оцінювання рівня якості життя за методикою О. Чабана

Таблиця 2

Результати за методикою оцінювання рівня якості життя за методикою О. Чабана

№ шкали	ПОКАЗНИК	Початкові результати (червень 2023)	Кінцеві результати (грудень 2023)	Середні показники	Ідеальні показники
1	Оцінювання себе здоровим	8	17	13–18	25–30
2	Реалізованість	12	20	13–18	25–30
3	Любов	13	19	13–18	25–30
4	Гедонія	12	22	13–18	25–30
5	Друзі	18	25	13–18	25–30
6	Соціальна активність	10	23	13–18	25–30
7	Фінансове благополуччя	14	19	13–18	25–30
8	Спільне проведення часу в сім'ї, з друзями	13	21	13–18	25–30
9	Задоволення від роботи	15	20	13–18	25–30
10	Соціальний статус	17	20	13–18	25–30

налаштованість людини до фізичних навантажень позитивно вплинула на загальний рівень здоров'я, сприяла своєчасному коригуванню здоров'я засобами фізичної культури і спорту.

На рисунку 5 ми бачимо, що динаміка перебуває приблизно на одному рівні. Навантаження, які отримували учасники заходів, були разові, відповідно, позитивної динаміки не відбулося або виражена слабо. Отже, важливо дотримуватися основних принципів: дозування фізичних навантажень, ураховуючи медичний діагноз кожного військовослужбовця й рівень функціональних і фізичних можливостей організму.

Динаміку розвитку фізичних якостей змінного складу військовослужбовців, які брали участь у змаганнях, наведено на рис. 5.

У таблиці 4 відбито динаміку розвитку

фізичних якостей змінного складу військовослужбовців – учасників змагань у відсотках.

У таблиці 4 видно, що динаміка розвитку фізичних якостей перебуває приблизно на одному рівні – від 8% до 38%. Такі великі стрибки в показниках означають, що фізично військовослужбовець не невідготовлений, а кожен із них виконував нормативи вперше.

Порівняльний аналіз динаміки розвитку фізичних якостей військовослужбовців, які постійно брали участь у всіх етапах змагань, і тих, хто не мав такої можливості (змінний склад), у відсотках свідчить, що в постійних учасників значення зросли від 18% до 69%, у змінного складу – від 8% до 38%.

Можна зазначити, що учасники демонстрували справжню боротьбу. На подив глядачів, їх було важко зупинити, адже військовослуж-

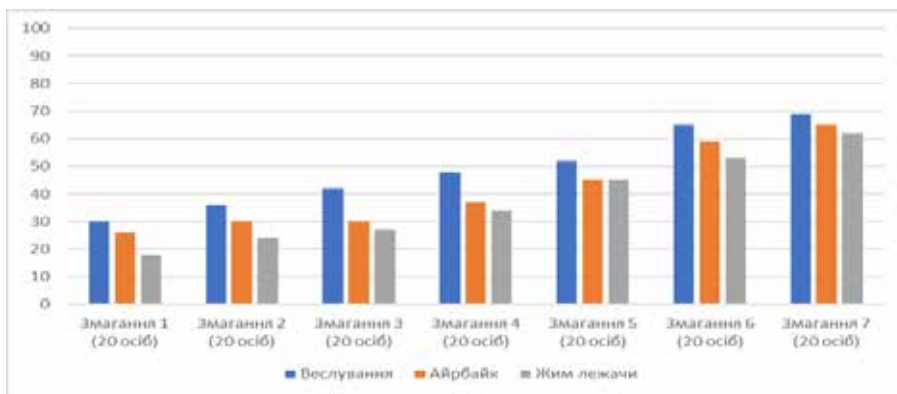


Рис. 4. Динаміка розвитку фізичних якостей у військовослужбовців – постійних учасників змагань

Таблиця 3

Динаміка розвитку фізичних якостей військовослужбовців постійного складу (%)

№ з/п	Номер етапу	Веслування	Айрбайк	Жим лежачи
1	1 етап (20 осіб)	30	26	18
2	2 етап (20 осіб)	36	30	24
3	3 етап (20 осіб)	42	30	27
4	4 етап (20 осіб)	48	37	34
5	5 етап (20 осіб)	52	45	45
6	6 етап (20 осіб)	65	59	53
7	7 етап (20 осіб)	69	65	62

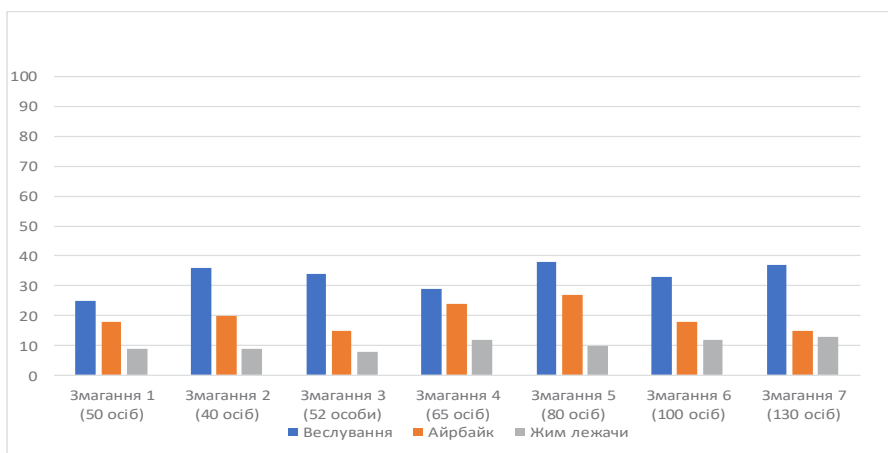


Рис. 5. Динаміка фізичних якостей військовослужбовців – учасників змагань змінного складу учасників

Таблиця 4

Динаміка розвитку фізичних якостей військовослужбовців змінного складу (%)

№ з/п	Номер етапу	Веслування	Айрбайк	Жим лежачи
1	1 етап (50 осіб)	25	18	9
2	2 етап (40 осіб)	36	20	9
3	3 етап (52 осіб)	34	15	8
4	4 етап (65 осіб)	29	24	12
5	5 етап (80 осіб)	38	27	10
6	6 етап (100 осіб)	33	18	12
7	7 етап (130 осіб)	37	15	13

бовцям саме таких вправ не вистачало. Відповідно, як метод реабілітації його необхідно включати в медичний протокол.

Ми бачимо високий результат учасників (у відсотках), які постійно брали участь у змаганнях, тренувалися в період між змаганнями, тому швидше відбувалися процеси відновлення та перебігу ресоціалізації до нових умов і нового колективу.

З огляду на те що результати семи етапів змагань для двох груп дають яскраво виражену різницю отриманих результатів, можемо стверджувати, що нам вдалося дійти доволі об'єктивних висновків, які можуть стати опорними для реформування галузі психологічної адаптації та ресоціалізації військовослужбовців – учасників бойових дій з травматичною ампутацією в суспільство.

Результати дослідження виявили, що у зв'язку зі зростанням кількості військовослужбовців – учасників бойових дій з травматичною ампутацією потреба у фізичній реабілітації зростатиме. Методи фізичної та фізкультурно-спортивної реабілітації є не тільки ефективним, а й доступнішими для всіх верств населення й людей з особливими потребами.

Фізична, фізкультурно-спортивна й медична реабілітація вирішують певну кількість складних не тільки медичних, а й соціальних проблем, тому що відокремити тіло від психіки неможливо. Фізичний дискомфорт, спричинений травмуванням (травматичною ампутацією), без кваліфікованого лікування руйнуватиме психоемоційний стан будь-якого військовослужбовця (індивіда) і загальну якість життя учасника бойових дій, особливо з травматичною ампутацією, і більшість намагань з боку психологічної реабілітації матимуть низький рівень ефективності.

Доцільно системно поєднувати різні види реабілітації та комплексно застосовувати різноманітні методики, форми й засоби в процесі проведення реабілітаційних заходів із військовослужбовцями – учасниками бойових дій.

Визначено, що необхідно передбачити цілеспрямоване розроблення комплексної реабілітації, до складу якої включити заходи медичної, психологічної та фізичної реабілітації, процедури, інструкції й протоколи практичних дій. Зазначений комплексний підхід передбачає налагодження взаємозв'язків між

різними соціальними структурами, що опікуються питаннями реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій з травматичною ампутацією.

Командна співпраця фахівців соціальних служб і медичних структур допоможе процесу ресоціалізації військовослужбовцям – учасникам бойових дій до нових умов мирного життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Берко В.Г. Становлення і розвиток реабілітації взагалі і фізичної реабілітації зокрема. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. Вища освіта в Україні: від інтеграції до інклюзії : збірник.* 2007. № 4 (6). С. 242.
2. Бриндіков Ю.Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій в системі соціальних служб : автореф. дис. ... докт. пед. наук / Хмельницький нац. ун-т ; МОН України. Тернопіль, 2019. 42 с.
3. Дубровський, Д.П. Система психологічної реабілітації та ресоціалізації військовослужбовців – учасників бойових дій з травматичною ампутацією. *Габітус.* 2023. Вип. 56. С. 136.
4. Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» щодо спорту ветеранів України ... : Закон України ; Про фізичну культуру і спорт : Закон України. https://ips.ligazakon.net/document/view/t222048?ed=2022_02_15.
5. Загальні основи адаптивного фізичного виховання : навчальний посібник / Н.В. Москаленко, А.О. Ковтун, О.А. Алфьоров, О.І. Кравченко, Я.В. Малойван ; Дніпропетровський держ. інститут ФКіС. Дніпропетровськ, 2013. С. 137.
6. Мухін В.М. Фізична реабілітація : підручник для студ. ВНЗ фіз. виховання та спорту. Київ : Олімп. л-ра, 2000. 424 с.
7. Реабілітаційно-спортивні заходи серед осіб з інвалідністю / Міністерство молоді та спорту України (mms.gov.ua). <https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi>.
8. Чабан О.С. Практична психосоматика: діагностичні шкали : навчальний посібник. Київ, 2019. С. 89.
9. The Stress of Life. N.Y. 216 p. Lahad M. & Leykin D. (2013). Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи / Видавець Organization for Security and Co-operation in Europe. Том 2.
10. Yahupov V., Kyrychenko O. Diagnostic competence of future officers – specialists in speaking and sport of the armed forces of Ukraine: concepts, contents and content. *Innovative Solutions In Modern Science.* 2022. № 1 (53). [http://DOI: 10.26886/2414-634X.1\(53\)2022.2](http://DOI: 10.26886/2414-634X.1(53)2022.2) (дата звернення: 15.02.2024).

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ

RESILIENCE OF PERSONALITY AS A PROBLEM OF MODERN PSYCHOLOGICAL SCIENCE

Стаття присвячена актуальній проблемі дослідження резильєнтності особистості в сучасній психологічній науці. Обґрунтовано важливість психічного відновлення особистості особливо в умовах війни, оскільки травматизація знижує здатність людини до соціальної адаптації та психологічного благополуччя. Тому для сучасної психологічної науки й практики існує нагальна потреба в комплексних і цілеспрямованих дослідженнях проблеми резильєнтності особистості. Здійснено ґрунтовний теоретичний аналіз основних підходів до визначення поняття «резильєнтність особистості» у вітчизняній і зарубіжній психології; розкрито особливості трактування феномена резильєнтності в теоретико-емпіричних дослідженнях сучасних українських і зарубіжних науковців; охарактеризовано спільне й відмінне в поняттях «резильєнс», «життєстійкість», «резильєнтність»; систематизовано фактори, що сприяють розвитку резильєнтності особистості; описано особливості теорії резильєнсу й означено її характеристики. Резильєнтність є потужним психологічним ресурсом, який визначає задовільний стан психічного здоров'я людини, мінімізує виникнення стресу та сприяє поступовій адаптації до нових умов життя після травми. На основі аналізу наявних підходів до визначення структури резильєнтності виокремлено її ключові компоненти й охарактеризовано їх показники: адаптивні навички (саморегуляція, стійкість, самоконтроль, прагнення до досягнень і позитивні стратегії подолання), когнітивні характеристики (оптимістичне сприйняття реальності, когнітивна гнучкість, осмисленість життя, зосередженість на досягненні певних цілей), емоційний інтелект (здатність контролювати свої емоції), соціально-поведінкові характеристики (міжособистісні стосунки, сформований соціальний капітал).

Ключові слова: резильєнс, резильєнтність, життєстійкість, адаптація, відновлення.

The article is devoted to the actual problem of research of personality resistance in modern psychological science. The importance of mental recovery of the individual, especially in conditions of war, is substantiated since traumatization reduces a person's ability to social adaptation and psychological well-being. Therefore, for modern psychological science and practice, there is an urgent need for comprehensive and targeted studies of the problem of personality resistance. It is provided a thorough theoretical analysis of the main approaches to the definition of the concept of "personality resistance" in domestic and foreign psychology. It is revealed the peculiarities of interpretation of the phenomenon of resistance in theoretical and empirical studies of modern Ukrainian and foreign scientists. It is described the general and distinctive concepts of "resilience", "hardiness". It is systematized factors contributing to the development of personality resiliency. It is described the features of the theory of resistance and indicates its characteristics. Resilience is a powerful psychological resource that determines the satisfactory state of a person's mental health, minimizes the occurrence of stress, and promotes gradual adaptation to new living conditions after injury. On the basis of the analysis of existing approaches to the definition of the structure of resistance as an integral property of personality, its key components are allocated and their indicators are characterized: adaptive skills (self-regulation, stability, self-control, striving for achievements and positive coping strategies), cognitive characteristics (optimistic perception of reality, cognitive flexibility, meaningfulness of life, focus on achieving certain goals), emotional intelligence (ability to control one's emotions), socio-behavioral characteristics (interpersonal relationships, formed social capital). **Key words:** resilience, hardiness, adaptation, recovery.

УДК 159.96

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

2024.58.22

Затерта З.В.

аспірантка кафедри психології розвитку та консультування
Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

Нинішню ситуацію в українському суспільстві можна охарактеризувати як кризову, адже після повномасштабного вторгнення в Україну сучасні українці переживають багато болючих утрат. Як наслідок, багато з нас уже сьогодні потребує психологічної допомоги й підтримки, і ця потреба буде тільки зростати надалі. Довготривала травма знижує соціальну й адаптаційну спроможність людини, її психологічне благополуччя. Через цю причину вважаємо необхідним ретельне та цілеспрямоване дослідження резильєнтності особистості як актуальної проблеми сучасної психологічної науки й практики.

Термін «резильєнтність» зазвичай асоціюється зі здатністю психіки відновлюватися після несприятливих умов. Розуміння того, як

і в який спосіб деякі люди виживають, одужують і навіть психологічно зростають і стають сильнішими після важких життєвих подій або катастроф, уже давно цікавить психологів і психотерапевтів, а також тих, хто працює в суміжних професіях. Дослідження резильєнтності є важливими, оскільки розуміння здатності людини психологічно адаптуватися до несприятливих обставин може сприяти розробленню ефективних методів для психологічної профілактики, підвищення життєстійкості, стресостійкості, резильєнтності й розвитку здатності самостійно справлятися зі стресовими ситуаціями [5].

Сам термін «резильєнтність» у наукову психологічну термінологію введено ще в ранніх працях Е. Вернера та Р. Сміта. З того часу тер-

мін активно застосовують і з великим інтересом вивчають науковці, теоретики та практики в різних галузях.

Буде доречним звернути увагу на розмежування понять «стійкість», «стресостійкість», «резилієнс», «резильєнтність».

Так, на думку К. Болтона, інтерес, що зростає, до стійкості підживлюється відходом від традиційної медицини, де більшість досліджень і втручань були спрямовані на вивчення природи й лікування патологій і різних розладів. Це збігається зі зміною парадигми від моделі до постмодерністської моделі або «нового наукового руху», яка дає можливість об'єднати альтернативні підходи, основані на вивченні й усвідомленні внутрішніх сил людини, освітні методи та якісно нові напрями терапії для ефективного психотерапевтичного втручання [13].

Згідно зі Словником Американської асоціації психологів АРА, резилієнс – це здатність реагувати на складні життєві події або виклики, особливо опираючись на когнітивну, емоційну чи поведінкову гнучкість, а також процеси й результати успішної адаптації до зовнішніх і внутрішніх вимог [10]. Можна виокремити низку факторів, що мають вплив на здатність адаптуватися до складних подій:

а) сприйняття світу людьми та їхня взаємодія;

б) доступність і якість соціальних ресурсів;

в) конкретні стратегії подолання труднощів.

Як зазначено в Словнику, дослідження показують, що ресурси й навички, пов'язані з більшою позитивною адаптацією (тобто більшою стійкістю), можна розвивати й тренувати [12].

Термін «життєстійкість» уперше з'явився в дослідженнях С. Кобейс та С. Мадді, які розглядають життєстійкість як операціоналізацію екзистенційного конструкту «мужності бути». Це набір установок, спрямованих на подолання стресових ситуацій, адаптацію у фізичній, психологічній і соціальній сферах здоров'я особистості та збереження балансу під час подолання стресових ситуацій [19].

С. Мадді також зазначає, що життєстійкість – це система переконань про себе, світ і свої стосунки зі світом, яка включає три основні конструкти (атрибути): участь, контроль і прийняття ризику. Їх надійність запобігає виникненню внутрішнього напруження в стресових ситуаціях, долає стрес у стійкий спосіб і визнає, що стрес не такий уже й важливий:

1) залучення (commitment) – це прихильність, тобто переконання, що активна участь і залученість у реальному житті дає людині найкращий шанс дізнатися, що є цінним і цікавим для неї самої;

2) контроль (control) – переконання, що лише боротьба як вибір власної стратегії дій

може вплинути на реальні результати чи підсумки, хоча гарантії успіху немає, а власний потенціал впливу обмежений; люди з розвиненим елементом контролю відчують, що вони самі обирають свою діяльність і шляхи; протилежністю до контролю є безсилля, безпорадність і невпевненість у собі;

3) прийняття ризику (challenge) – віра в те, що все, що відбувається, є досвідом, необхідним для зростання; при цьому негативний досвід так само цінний, як і позитивний. Протилежністю до прийняття ризику є невпевненість, відмова від нових можливостей на користь безпеки [18; 19].

Сьогодні зарубіжні науковці застосовують більш комплексний і змістовний підхід до вивчення резильєнтності. Варто розглянути деякі з найбільш актуальних сьогодні наукових трактувань. Так, Г. Вагнілд і Г. Янг визначають резильєнтність як особистісну рису людини, що пом'якшує вплив стресорів і сприяє успішній адаптації людини [23].

С. Лютар, Д. Чікетті, Б. Бекер розглядають резильєнтність через поняття динамічного процесу, що передбачає успішну адаптацію в загрозливих ситуаціях, які переживає людина [18].

К. Коннор, Дж. Девідсон стверджують, що резильєнтність включає особистісні якості, які забезпечують можливість розвитку людини в несприятливих ситуаціях і збагачують особистість стресостійкими характеристиками [15].

Г. Боннано трактує резильєнтність як багатовимірний і динамічний внутрішній комплекс характеристик людини. Саме динамічність уособлює гнучкість душі, здатність адаптуватися до змін [14].

Р. Ньюман розуміє резильєнтність як здатність людини адаптуватися до травм, життєвих негараздів і постійних життєвих стресів [22; 28].

С. Фергус, М. Цімерман указують не лише на здатність до адаптації, а й на успішну особистісну перебудову, розвиток особистості й набуття нових конструктивних стратегій подолання стресових ситуацій [16].

А. Мастен має подвійний погляд на це питання. З одного боку, він описує здатність динамічних систем успішно адаптуватися до несприятливих ситуацій, таких, які дезорганізують та унеможливають повноцінне функціонування й розвиток особистості, з іншого боку, описує розвиток під несприятливими впливами [21].

У свою чергу, С. Лютар вважає, що термін «резилієнс» доречно використовувати стосовно процесу або явища демонстрації компетентності, незважаючи на несприятливі обставини, тоді як термін «резильєнтність» використовується лише для опису певних рис особистості. На думку дослідниці, «резилієнс»

означає позитивну адаптацію перед обличчям несприятливих подій. Цікавою є думка, що рівень резилієнсу людини може бути визначений лише в одній зі сфер або життєвих етапів: резилієнс в особистісному розвитку, резилієнс після травми чи стресу, резилієнс у стосунках, резилієнс у групі чи спільноті, до якої людина належить, резилієнс на роботі тощо [18].

Тому, з огляду на важливість вивчення цього явища для збереження психічного здоров'я та нормального розвитку людини, наприкінці ХХ століття відбувся вибух досліджень, присвячених проблемі резильєнтності. У цей період дослідники почали генерувати велику кількість ідей та розробляти різноманітні психотехнології для профілактики й розвитку резильєнтності [9].

Г. Лазоса, здійснивши концептуалізацію резильєнтності й огляд сучасних досліджень у сфері психології національної та внутрішньої безпеки, висвітлює відмінність між поняттями резилієнс (*resiliency*) і резильєнтність (*resilience*) [5]. Дослідниця зазначає, що резилієнс використовується в контексті особистісних рис, а резильєнтність є механізмом подолання, адаптивним захистом, особистісним загартовуванням, повноцінним функціонуванням захисту й життєстійкості в більш широкому розумінні, включаючи потенціал для посттравматичного зростання [5].

Резилієнс у широкому розумінні визначають як здатність системи адаптуватися до змін, які загрожують її функціонуванню, виживанню й подальшому розвитку. Це визначення можна застосувати до будь-яких систем різних рівнів, наприклад, до імунної системи людини. Воно також може застосовуватися, коли стійкість є властивістю складних адаптивних систем, таких як окремі особи, сім'ї, економіки, екосистеми, спільноти й організації, місцеві громади й навіть нації. При цьому його значення залишається практично незмінним [4].

Варто зауважити доцільність використання терміна «резилієнс» щодо процесу чи феномена компетентності особистості в складних умовах. Термін «резильєнтність» варто використовувати лише в тому випадку, коли описуємо специфічну рису особистості.

Поширення емпіричних і теоретичних досліджень із питань резильєнтності ще більше загострило проблему визначення самого феномена, тому О. Хамініч, узагальнюючи погляди сучасних науковців, констатує, що відсутність загальноприйнятого визначення резильєнтності є перешкодою для подальшого прогресу в дослідженнях із цієї тематики. Дослідниця вказує на суперечності в семантичному розумінні резильєнтності як риси особистості та життєстійкості як процесу подолання стресу і пропонує використовувати поняття «резильєнтність» як описову характеристику динаміч-

ного процесу в контексті адаптації та саморегуляції [9].

Важливий внесок у розмежування понять «резилієнс» і «життєстійкість» зробила С. Кравчук, яка вважає, що концепт «резилієнс» варто перекладати як психологічну стійкість і розуміти під нею динамічний процес, спрямований на підтримку стабільного рівня психологічного та фізичного функціонування в кризових ситуаціях, подолання таких ситуацій без стійкого погіршення стану й успішну адаптацію до несприятливих змін [4].

Концепт «життєстійкість» дослідниця розглядає як психологічний феномен, який на змістово-структурному рівні аналізу є складною та інтегральною характеристикою особистості, що охоплює різні психологічні рівні: емоційний, когнітивний, моральний, вольовий і поведінковий [4].

Зокрема, на думку О. Руденко та Я. Гонтар, резилієнс – це складний конструкт, основна сутність якого постає як адаптивний динамічний процес повернення до початкового психосоціального функціонування після дезадаптивного впливу психотравматичних факторів [7].

Резильєнтність необхідна для подолання труднощів і виживання. Люди, яким бракує резилієнсу, можуть легко впасти у відчай і використовувати нездорові стратегії подолання труднощів. Стійкі люди використовують свої сильні сторони й системи підтримки, щоб долати труднощі та вирішувати проблеми [1].

Теорія резилієнсу стосується ідеї, як люди впливають на складні ситуації, такі як катастрофи, зміни, втрати й ризики, і як вони адаптуються до них. Ця теорія вивчалася в різних галузях, таких як психіатрія, людський розвиток, управління змінами. У цьому контексті резилієнс не є стабільними характеристиками (ці здібності можна розвивати й практикувати). Вони також мінливі, тому люди можуть проявляти більшу стійкість, коли зустрічаються з певним викликом, але більшу вразливість, коли мають справу з іншим стресором. Гнучкість, адаптивність і наполегливість допомагають людям розвивати життєстійкість, змінюючи певні думки та поведінку. Дослідження показують, що, якщо люди вірять, що інтелектуальні й соціальні навички можна розвивати й удосконалювати, їхня життєстійкість підвищується завдяки зменшенню стресової реакції на виклики та покращенню успішності [8].

Під поняттям психологічної стійкості дослідники схильні розуміти позитивну адаптацію, тобто здатність підтримувати чи відновлювати власне психічне здоров'я, ураховуючи труднощі, які переживаються [10].

На думку Е. Грішина, резильєнтність – це психологічний ресурс, який використовується для подолання стресу й адаптації до нових ситуацій, зумовлений регуляторними

здібностями (саморегуляція, гнучкість, самоконтроль, воля до успіху, активні копінгі), когнітивними (оптимістичний атрибутивний стиль, когнітивна гнучкість, сенс життя, спрямованість на досягнення конкретних цілей, розвиненість духовних інтересів), емоційними (перевага позитивних емоцій, гарний настрій, уміння регулювати емоції) та соціально-поведінковими (ефективна поведінка в дитинстві, гарне виховання, розвинені духовні інтереси) якостями та здатностями [2].

О. Романчук зазначає, що резильєнтність – це психологічна стійкість, здатність долати життєві виклики, зберігаючи психічне здоров'я й особистісну цілісність. Психологічна стійкість – це завжди про цінності та сенс. З нами правда, з нами Бог і з нами перемога. Ми боремося за свободу й за вільне майбутнє на нашій землі [6]!

В. Чернобровкін та О. Морозова розглядають резилієнс як здатність людей, що зазнали впливу потенційно важких і руйнівних подій (смерть близької людини, небезпечні для життя ситуації), зберігати відносно стабільний і здоровий стан, психологічне й фізичне благополуччя, успішно справлятися з дуже несприятливими ситуаціями, а також здатність до швидкої стабілізації й відновлення (або зростання) за несприятливих умов [11].

Таким чином, здійснений нами теоретичний аналіз основних підходів до визначення поняття «резильєнтність особистості» у вітчизняній і зарубіжній психології дає змогу зробити висновок, що резильєнтність є потужним психологічним ресурсом, який визначає задовільний стан психічного здоров'я людини, мінімізує виникнення стресу та сприяє поступовій адаптації до нових умов життя після травми. Остання гарантує повноцінне функціонування особистості й визначається певними компонентами. До них належать [3]:

- адаптивні навички, такі як саморегуляція, стійкість, самоконтроль, прагнення до досягнень і позитивні стратегії подолання;

- когнітивні характеристики – оптимістичне сприйняття реальності, когнітивна гнучкість, осмисленість життя, зосередженість на досягненні цілей;

- емоційний інтелект, здатність розпізнавати й контролювати свої емоції;

- соціально-поведінкові характеристики – належне виховання й соціалізація, добрі стосунки з дорослими, однолітками та друзями в дитинстві, сформований соціальний капітал.

Перед обличчям складних викликів сьогодні кожному з нас важливо розвивати риси, які забезпечують належний рівень життєстійкості. Резильєнтність сприяє високій адаптивності особистості, є потужним чинником забезпечення психологічного благополуччя й соціального успіху.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балахтар К.С. Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка. Психологія»* : збірник наукових праць. Київ : Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 1 (20). С. 55–62.

2. Грішин Е. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 64. С. 62–81.

3. Грубі Т.В. Резильєнтність як запорука збереження психічного здоров'я особистості. *Освіта України в умовах воєнного стану: управління, цифровізація, євроінтеграційні аспекти* : збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції (наукове електронне видання), 25 жовт. 2022 р. Київ : ДНУ «Інститут освітньої аналітики», 2022. С. 227–230.

4. Кравчук С.Л. Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. № 1 (1). С. 99–105.

5. Лазос Г.П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вінниця, 2018. Вип. 14. Том 3 : Консультаційна психологія і психотерапія. С. 26–64.*

6. Романчук О. Психологічна стійкість в умовах війни: індивідуальний та національний вимір. URL: <https://health.ucu.edu.ua/news/oleg-romanchuk-psyhologichna-stijkist-u-chasy-vijny-individualnyj-ta-natsionalnyj-vymir/> (дата звернення: 14.04.2023).

7. Руденко О.В., Гонтар Ю.В. Структура резилієнсу у контексті розвитку резильєнтності особистості. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. 2022. Том 33 (72). № 2. С. 73–78.

8. Станіславська Д.І. Резильєнтність особистості як чинник збереження психічного здоров'я. *Перспективи розвитку сучасної психології* : збірник наукових праць. Переяслав : УГСП, 2022. Вип. 11. С. 237–242.

9. Хамініч О.М. Резильєнтність: життєстійкість, життєздатність або резильєнтність? *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 6. Т. 2. С. 160–165.

10. Цюман Т., Нагула О., Адамська З. Психологічні умови резильєнтності педагога в період воєнного стану. *Педагогічна освіта. Серія «Теорія і практика. Психологія. Педагогіка»*. 2022. № 38 (2). С. 83–89.

11. Чернобровкін В.М., Морозова О.Б. Аналіз сучасних підходів до розвитку і посилення резилієнс особистості. *Технології розвитку інтелекту*. 2021. № 5 (1). URL: https://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/547 (дата звернення: 15.03.2023).

12. APA Dictionary of Psychology. URL: <https://dictionary.apa.org/resilience> (дата звернення: 20.04.2023).

13. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. *University of Texas at Arlington*. 2013. 118 p.

14. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity

to thrive after extremely aversive events? *Psychological trauma: theory, research, practice, and policy*. 2008. № 1. P. 101–113.

15. Connor K.M., Davidson J.R.T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*. 2003. Vol. 18. № 2. P. 76–82.

16. Fergus S., Zimmerman M.A. Adolescent resilience: a framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual review of public health*. 2005. Vol. 26. № 1. P. 399–419.

17. Hurley K. Young A. What Is Resilience? *Your Guide to Facing Life's Challenges, Adversities, and Crises Reviewed*. 2022. July 14. URL: <https://www.everydayhealth.com/wellness/resilience/> (дата звернення: 18.04.2023).

18. 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.

19. Maddi S.R. Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*. 2006. № 1 (3). P. 160–168.

20. Maddi S.R. On hardiness and other pathways to resilience. *American Psychology*. 2005. № 60 (3). P. 261–262.

21. Masten A.S. *Ordinary magic: resilience in development*. Guilford Publications, 2014.

22. Neman R. APA's resilience initiative. *Professional psychology: research and practice*. 2005. № 36. P. 227.

23. Wagnild G.M., Young H.M. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1993. № 1. P. 165.

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

PSYCHOLOGICAL REHABILITATION AND SOCIAL ADAPTATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS

Війна в Україні актуалізувала проблему психологічної реабілітації та соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб. Кризові умови життєдіяльності таких громадян призводять до зростання кількості стресових і травматичних ситуацій. У статті зазначається, що в значній кількості внутрішньо переміщених осіб, які пережили евакуацію, втрату близьких, рідних людей, проблеми у сфері психічного здоров'я виникатимуть не відразу, а можуть з'явитись через певний проміжок часу. Наголошено, що ці проблеми проявляються не тільки як посттравматичний стресовий розлад, а й у формі депресії, тривоги, гніву, порушенні самоконтролю. Зазначено вимагає оперативного оцінювання їхнього стану, пояснення й донесення необхідної інформації про деструктивний вплив травми на психічне здоров'я та своєчасного проведення всіх можливих заходів психологічної реабілітації задля поліпшення якості життя, що є інтегральною характеристикою ефективності соціально-психологічної адаптації переміщених осіб. Зазначається, що реабілітаційні інтервенції пом'якшують негативні психічні стани, формують активну позицію щодо подолання труднощів соціально-психологічної адаптації. Орієнтація на якість життя визначає зміст та інтенсивність реабілітаційних впливів. Психологічна реабілітація передбачає врахування як характеру отриманої травми, так і природи особистості, її життєвої історії, значущого оточення, наявного потенціалу. Зазначається, що важливим завданням психологічної реабілітації внутрішньо переміщених осіб є оптимізація психологічних ресурсів життєстійкості. Наголошується, що завдяки життєстійкості людина стає здатною більш ефективно використовувати ресурси структурування й моделювання власного майбутнього. Щоб ефективно відновитися після пережитих травматичних подій і повернутися до мирного життя внутрішньо переміщені особи мають упоратися з емоційними переживаннями, подолати тривожне сприйняття світу. Профілактику вторинної травматизації важливо провадити на основі психоедукації. Психологічна реабілітація спрямовується на відновлення втрачених (порушених) психічних функцій, оптимальної працездатності, соціальної активності, відновлення (корекцію) ресурсів особистості й соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Ключові слова: психологічна реабілітація, внутрішньо переміщені особи, кризова ситуація, соціальна адаптація, психологічний ресурс, життєстійкість, психокорекція,

арттерапія, психоедукація, деструктивні психічні стани, психологічна травма, посттравматичний стресовий розлад.

The war in Ukraine actualized the problem of psychological rehabilitation and social adaptation of internally displaced persons. Crisis living conditions of such citizens lead to an increase in the number of stressful and traumatic situations. The article notes that a significant number of internally displaced persons who have survived evacuation, the loss of loved ones, mental health problems will not arise immediately, but may appear after a certain period of time. It is emphasized that these problems manifest not only as post-traumatic stress disorder, but also in the form of depression, anxiety, anger, and impaired self-control. This requires prompt assessment of their condition, explanation and delivery of the necessary information about the destructive impact of trauma on mental health and timely implementation of all possible psychological rehabilitation measures to improve the quality of life, which is an integral characteristic of the effectiveness of social and psychological adaptation of displaced persons. It is noted that rehabilitation interventions alleviate negative mental states, form an active position in overcoming difficulties of social and psychological adaptation. Orientation to the quality of life determines the content and intensity of rehabilitation effects. Psychological rehabilitation involves taking into account both the nature of the trauma received and the nature of the individual, his life history, significant environment, and available potential. It is noted that an important task of psychological rehabilitation of internally displaced persons is the optimization of psychological resources of vitality. It is emphasized that thanks to vitality, a person becomes able to more effectively use the resources of structuring and modeling his own future. In order to effectively recover from experienced traumatic events and return to a peaceful life, internally displaced persons must cope with emotional experiences and overcome their disturbing perception of the world. It is important to conduct secondary trauma prevention on the basis of psychoeducation. Psychological rehabilitation is aimed at restoring lost (disrupted) mental functions, optimal working capacity, social activity, restoration (correction) of personal resources and social adaptation of internally displaced persons.

Key words: psychological rehabilitation, internally displaced persons, crisis situation, social adaptation, psychological resource, resilience, psychocorrection, art therapy, psychoeducation, destructive mental states, psychological trauma, post-traumatic stress disorder.

УДК 159.9.62

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

2024.58.23

Кириченко Т.В.

к. психол. н., доцент,

доцент кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти

Університет Григорія Сковороди

в Переяславі

Вступ. Кризові ситуації сьогодення стосуються не тільки військовослужбовців, а й значної кількості різних категорій населення. Ситуація, у якій опинилася наша країна, є складною, непередбачуваною, загрозливою для життя. Особливо вразливою категорією цивільного

населення є внутрішньо переміщені особи, які в результаті переїзду втратили значні матеріальні ресурси й переживають наслідки психологічної травми різного ступеня тяжкості.

Згідно з нормативними документами, внутрішньо переміщеною особою є «громадянин

України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру» [4].

Внутрішньо переміщені особи (далі – ВПО) зазнали й зазнають значних утрат, але втрати рідних і близьких людей є найболючішими. Основне завдання психологів сьогодні – надати своєчасну допомогу постраждалим і сприяти їхній психологічній реабілітації та соціальній адаптації [5].

Психологічна реабілітація та соціальна адаптація – взаємопов’язані поняття, адже мають спільні цілі – це допомогти особі пристосуватися до середовища, відновити психічне здоров’я. Якщо ми говоримо про соціальну адаптацію ВПО, то варто урахувати, що такі особи покинули й/або втратили житло, роботу, зв’язки з рідними та близькими [10].

Починати життя на новому місці – це неабиякий виклик для кожної людини, пов’язаний із чималим психологічним навантаженням. Адаптація до нових умов стала серйозним випробуванням для ВПО.

Найбільший тягар лягає при цьому на плечі жінок, адже найчастіше саме вони з різних причин виїжджають на підконтрольну Україні територію і змушені повністю брати на себе турботу про родину – дітей, літніх родичів, а часто й про матеріальне забезпечення [11].

Для здійснення якісної психологічної реабілітації для осіб, що зазнали вимушеного переселення, необхідно насамперед урахувати їхні нагальні потреби, а саме:

- перебування в постійному стресі внаслідок втрати;
- підвищена тривожність і страх через невпевненість у майбутньому;
- фіксація на втратах та обмеження комунікативних зв’язків [9].

Варто зазначити, що допомога вимушеним переселенцям зазвичай зводиться до забезпечення одягом, продуктами, житлом, а менше уваги надається психологічній допомозі. Психологічна підтримка – до різних масових заходів, семінарів, із вислуховування скарг і претензій [7; 8]. Організуючи психологічну допомогу ВПО, спочатку потрібно забезпечити їхні базові потреби, зокрема потреби в безпеці, лише потім можна вирішувати завдання психологічного супроводу. Основна психологічна допомога полягає в сприянні адаптації до нових умов життєдіяльності й подоланні деструктивних наслідків пережитої психотравми.

Виклад основного матеріалу. Ключове поняття психологічної реабілітації – якість життя [2; 3]. Орієнтація на якість життя ВПО визначає зміст та інтенсивність реабілітаційних впливів. Психологічна реабілітація передбачає варіативність інтервенцій з урахуванням як характеру отриманої травми, так і природи особистості, її життєвої історії, значущого оточення, наявного потенціалу.

Психологічна підтримка – важливий складник реабілітації, адже вона спрямована на людей, які, попри певні симптоми психологічного травмування (знижена самооцінка, відчуття соціальної ізоляції, проблеми зі сном), загалом зберегли ефективно функціонування, отже, потребують невеликої за обсягом і висококваліфікованої допомоги психолога. Перший етап психологічної підтримки людей, які пережили травматичні події, – етап стабілізації. Цей етап передбачає використання методів релаксації, медитації й техніки активізації внутрішніх ресурсів. Наступний етап – опрацювання травматичних переживань – передбачає використання різних технік емоційного відредагування подій. Третій етап – інтеграція набутого досвіду. Це етап рефлексії прожитого епізоду, пошуку його особистісного смислу й місця в життєвій історії. У кожному разі варто пам’ятати, що, якщо клієнт/група демонструють підвищену тривожність та емоційну нестійкість, варто повертатися на етап стабілізації [2].

Важливо пам’ятати, що психологічна підтримка має бути індивідуалізованою та орієнтованою на потреби конкретних осіб. Комплексний підхід до психологічної підтримки, що включає діагностику, планування й виконання інтервенцій, сприяє покращенню психологічної адаптації ВПО.

Актуальним в умовах воєнного стану є й питання соціально-психологічної адаптації ВПО. Адаптація ВПО враховує різні параметри, що впливають на їхнє успішне пристосування. У процесі соціально-психологічної адаптації основним параметром є подолання психологічного стресу, який виникає внаслідок переміщення на нове місце проживання. Це можуть бути почуття невпевненості, страху, тривоги, втрати ідентичності або відчуття віддаленості від рідної домівки й навколишніх. Важливим аспектом є розвиток механізмів подолання стресу, установлення нових соціальних зв’язків і побудова позитивного самоусвідомлення. Це включає усвідомлення доступних умов проживання, пошук роботи або можливостей для заробітку, доступ до освіти, медичних послуг, соціальних допомог та інших ресурсів, які необхідні для задоволення основних потреб ВПО [6; 8; 11]. Освоєння цих ресурсів допомагає створити стабільні умови життя й забезпечує більш успішну адаптацію.

Швидкість і якість пристосування особистості до життя в таких умовах залежать від адаптаційного потенціалу, психологічного ресурсу, життєстійкості, що дає змогу долати стрес-фактори певної тривалості й інтенсивності. Видатний австрійський психотерапевт Віктор Франкл пов'язує мотивацію до виживання й відновлення з наявністю в людини того, для чого їй це робити, тобто зі смыслом. В. Франкл стверджує, що в житті не існує ситуацій, які були б позбавлені смыслу. Це пояснюється тим, що ті сфери людського існування, які видаються нам негативними (зокрема трагічна тріада, яка містить страждання, провину й смерть), також можуть бути перетвореними в дещо позитивне, у досягнення, якщо підійти до них із правильної позиції та з адекватною установкою [12].

Реабілітаційна діяльність психолога з мотивацією людини є однією з центральних, ефективність реабілітаційних заходів безпосередньо залежить від внутрішньої активності, прагнення людини до відновлення. У практичній площині пробудження й підтримка мотивації до реабілітації відбувається, як правило, на міжособистісному рівні, тому встановлення контакту та довірливих стосунків із людиною, яка потребує реабілітації, є невід'ємним складником цього процесу. Основне завдання психолога в роботі з мотивацією – відновлення внутрішньої мотивації, адже саме вона є вирішальним чинником ефективності реабілітації людини [3].

Важливим завданням психологічної реабілітації ВПО є спрямованість до самостійного вирішення життєвих проблем, активізувати психологічні ресурси для формування відповідальності за своє життя й життя родини.

Ще на етапі задоволення потреби в безпеці варто активізувати перехід від моделі «жертви» до моделі «відповідального». Застрагання на першій моделі призводить до фіксації втрати, на споживацькій життєвій позиції. І лише перехід до стратегії людини, здатної брати відповідальність за власне життя й життя своїх близьких, дає змогу розглядати вимушене переселення як складне життєве завдання, що потребує творчого вирішення й зорієнтовано на отримання позитивного результату [9].

Важливо психологу дотримуватися принципу відповідальності й не обіцяти неможливого, адже розчарування для ВПО може бути не меншим стресом, ніж переїзд. Сприяння формуванню відповідальності варто розпочати з роботи над ресурсами. Цьому може допомогти «ресурсна карта». Ресурсна карта дає можливість проаналізувати наявні матеріальні, психологічні, соціальні, духовні ресурси й допомогти людині побачити ситуацію не лише з позицій психотравмивного досвіду, а й із позицій відповідальності за своє життя,

перспектив соціально-психологічної адаптації та власного розвитку в нових умовах життєдіяльності.

Першу групу реабілітаційних ресурсів життєздатності утворюють ресурси життєстійкості. Відомо, що життєстійкість амортизує вплив сильного стресу, є тим психологічним ресурсом, який великою мірою дає особистості змогу вибудовувати життєві перспективи [8].

Розвинена життєстійкість зумовлює вибір певних стратегій розподілу особистісних ресурсів під час постановки й реалізації життєвих завдань, а саме: спрямованість самоздійснення на здобуття освіти й побудову кар'єри; економний розподіл суб'єктної активності під час реалізації життєвих завдань; утримання балансу між насиченістю життєвих завдань і часом їх реалізації. Така стратегія розподілу особистісних ресурсів має реабілітаційний потенціал у ситуаціях із підвищеним рівнем травматизації.

Завдяки життєстійкості людина стає здатною більш ефективно використовувати ресурси структурування й моделювання власного майбутнього. Нестача ресурсів часто перешкоджає ефективному самоздійсненню особистості, зумовлюючи зростання тривоги і страху перед можливими змінами в житті. Обмеженість ресурсів самопрогнозування може утримувати людину в теперішньому, а іноді навіть у минулому, стримувати її особистісне зростання, так би мовити, «закривати» для неї майбутнє.

Як відомо, різні ситуації вимагають застосування різних стратегій опанування, а зберегти здоров'я та адаптуватися за складних життєвих обставин удається завдяки розподілу ресурсів.

Потужний відновлюваний ефект досягається завдяки таким психологічним ресурсам життєздатності, як діалогічне спілкування, підтримувальна поведінка та здатність керувати ризиками.

Можна цілком погодитися з ученими, які відмічають, що з усіма деструктивними станами людина може впоратися завдяки життєстійкості – інтегральній особистісній характеристиці людини особистісному ресурсу, що забезпечує їй успішність у подоланні життєвих труднощів і здатність витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню впевненість, збалансованість, не знижуючи успішності діяльності [2], досягти успіху, зберегти в собі такі риси, як товариськість, прямування за громадською думкою, організованість, емоційна стійкість, просоціальність, рефлексія, здатність ставити й ієрархізувати цілі, конкурентоспроможність [11].

Отже, реабілітаційні ресурси життєздатності особистості є тим внутрішнім енергетичним резервом кожної людини, що зменшує ризик

розвитку негативних посттравматичних розладів, забезпечує стійкість і цілісність життєвого світу, додає оптимістичності щодо збереження власного психологічного здоров'я, дає надію на досягнення благополуччя в майбутньому.

Небезпека травматичного стресу позначається передусім на емоційній сфері особистості, що часто призводить до порушення звичного способу життя. За таких умов оволодіння техніками підтримання емоційної рівноваги, здатності керувати власними емоціями, зберігати спокій під тиском стресу позитивно впливає на продуктивність людини та її психологічне здоров'я.

Відновити емоційний баланс допомагають дихальні вправи, вправи тілесно орієнтованої терапії, численні арттерапевтичні техніки. Проте, попри таку різноманітність засобів психологічного відновлення, працюючи з травмованою особистістю, варто зважати на можливість виникнення сильних негативних емоцій, викликаних хворобливим усвідомленням невідворотності того, що відбулося, визнанням власного безсилля й самозвинуваченнями

У процесі психологічної реабілітації ВПО арттерапія посідає особливе місце. На відміну від інших видів психологічної допомоги, арттерапія немає протипоказань. Малювання, ліплення, створення колажів як бездоганні засоби інтеграції розрізаних частин переживань і почуттів, думок, запахів і звуків активізують усвідомлення всіх сенсорних каналів. Окрім того, артметоди можна застосовувати на великих групах, що в ситуації браку спеціалістів і часу є доцільним. Тому потрібно добирати прості у використанні, легкі для виконання арттехніки [1].

Варто пам'ятати, що значна частина переселенців переживають ситуації втрати рідних через розлуку з ними, особливо болючими є фізичні втрати. Надаючи реабілітаційну допомогу в ситуації втрати близької людини, потрібно враховувати таке:

- комунікативні особливості людини, що переживає втрату;
- вік, зокрема дитина це чи доросла людина;
- етап горювання [9].

У процесі психологічної реабілітації необхідно враховувати, який саме етап горювання проходить людина: первинної взаємодії з втраченою, безпосередньо горювання, одужання. Конструктивність переживання втрати залежить від обраної стратегії виживання, а саме:

- орієнтації на подолання складної життєвої ситуації;
- пасивної життєвої позиції;
- фіксації на втраті більше ніж 40 днів [9].

Залежно від психологічного стану, етапу горювання, індивідуальних особливостей людини, ефективними можуть бути такі реабілі-

таційні інтервенції: підтримка близьких людей, когнітивно-поведінкові підходи, духовно орієнтована підтримка, арттерапія, застосування методів активного слухання, сімейне консультування.

Профілактику вторинної травматизації важливо провадити на основі психоедукації [2; 6; 9; 10].

Психоедукація – це просвіта, пояснення й донесення до людей необхідної інформації про їхнє психічне здоров'я. У контексті психологічної травми психоедукація повинна інформувати про природу травми, про те, як вона впливає на когнітивну, емоційну, духовну та соціальну сфери. Психоедукація орієнтована на таке:

- загальну картину психічних розладів із їх позитивними, негативними симптомами й емоційними наслідками;
- різні типи захворювань, їх перебіг, причини захворювань;
- розпізнання індивідуальних ранніх симптомів порушення психічного здоров'я;
- визначення факторів, що впливають на стан здоров'я.

Отже, насамперед психолог повинен розповісти про травму. Завдяки психоедукації можливо нормалізувати травматичну симптоматику.

Висновки. Процес психологічної реабілітації та соціальної адаптації ВПО до нового середовища є складним етапом у їхньому житті. Для продуктивного інтегрування індивіда в нове суспільство й подолання можливих труднощів важливим є своєчасне надання психологічної допомоги. Визначення психологічних проблем, що виникають в осіб із таким особливим статусом у процесі їхньої адаптації, а також вивчення соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя ВПО, розкриття їхньої комунікативно-інтерактивної природи є необхідною передумовою для реабілітаційної діяльності психолога з особами цієї групи з підвищення рівня їхньої якості життя.

Таким чином, психологічна реабілітація та соціальна адаптація ВПО в умовах війни на основі досвіду України є складним і важливим процесом. Війна негативно впливає на психічний стан цих осіб, спричиняючи стрес, травми, депресію і тривогу. Особливо психологічної підтримки й реабілітації потребують діти, які є найбільш вразливою категорією серед ВПО.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вознесенська О., Сидоркіна М. Арттерапія у подоланні психічної травми : практичний посібник. Київ : Золоті ворота, 2015. 148 с.
2. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до одужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів : Видавництво Старого Лева, 2015. 416 с.

3. Дуб В. Соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій вимушених переселенців. *Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 49. С. 61–71.

4. Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб : Закон України. 2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18>.

5. Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я : Закон України. 2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1053-20>.

6. Лазоренко Б.П. Технологія реінтеграції та реадптації особистості фрагментованої внаслідок психотравматизації. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2017. Вип. 39 (42). С. 168–177.

7. Луценко О.Л. Втрачена та нова адаптивність: сучасні психологічні особливості, що пов'язані з еволюційним минулим. Харків : ХНУ ім. В.М. Каразіна, 2018. 312 с.

8. Нестеренко М.О. Роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов

життя. *Гуманітарні студії: історія та педагогіка*. 2021. № 1 (01). С. 200–202.

9. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : початковий посібник / загальна редакція Л. Царенко. Київ, 2018. Том 2. 240 с.

10. Плєскач Б.В., Уркаєв В.С. Соціально-психологічні аспекти психотерапевтичної допомоги внутрішньо переміщеним особам. *Актуальні проблеми психології*. 2017. Вип. 13. Том 3 : Консультативна психологія і психотерапія. С. 74–91.

11. Степаненко Л.В. Особливості взаємозв'язку адаптивних властивостей та механізмів психологічного захисту у переселенців. *Психолого-педагогічні координати розвитку особистості* : збірник наукових матеріалів II Міжнар. наук.-практ. конф., 3–4 червня 2021 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2021. С. 206–210.

12. Франкл В. Людина у пошуках справжнього сенсу. Харків : КСД, 2022. 160 с.

ТРАНСФОРМАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ЧОЛОВІЧОЇ МАСКУЛІННОСТІ В КІБЕРПРОСТОРІ

TRANSFORMATION OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MALE MASCULINITY IN CYBERSPACE

Автор подав результати дослідження процесу трансформації чоловічої маскулінності в соціальних мережах і її вплив на психологічний досвід чоловіків у сучасному цифровому світі. Ураховуючи поширення соціальних медіа та їх вагомий вплив на формуванні ідентичності, зазначено важливість розуміння того, як окреслений контекст впливає на трактування й демонстрацію маскулінності. Зазначено наявність позитивної динаміки зростання популярності соціальних мереж і їх впливу на статеві ролі, стереотипні уявлення. Вивчено ідеали маскулінності, які відтворюються через віртуальні платформи, зокрема акцент на зовнішності, фізичній привабливості і статусному показникові. Зазначаються позитивні й негативні наслідки трансформації чоловічої маскулінності в соціальних мережах: висвітлюються можливості для конструювання нових ідентичностей, підтримки й обміну ідеями в межах віртуальних спільнот; звертається увага на психологічний тиск, порівняння з ідеалами, почуття невпевненості й низької самооцінки як деструктивні наслідки впливу. Автор аналізує роль гендерних стереотипів у трансформації чоловічої маскулінності. З'ясовано, що соціальні мережі можуть посилювати традиційні уявлення про маскулінність. З використанням методу контент-аналізу встановлено, як маскулінність презентована на аватарах користувачів соціальних мереж. Указано на необхідність освіти, усвідомлення статевих стереотипів і розбудови гендерної чутливості у віртуальному середовищі. Також відзначено важливість досліджень, спрямованих на вивчення впливу соціальних мереж на психологічний стан чоловіків і суспільства загалом. Наукова стаття містить результати актуального дослідження трансформації чоловічої маскулінності в соціальних мережах, має велике значення для дослідження статевих ролей і психологічного благополуччя в сучасному цифровому світі.

Ключові слова: гендерна соціалізація, маскулінність, цифрова комунікація, соці-

альні мережі, гендерна ідентичність, віртуальна реальність, стереотип.

The author presents the results of a study on the transformation process of male masculinity in social networks and its impact on the psychological experience of men in the modern digital world. Considering the prevalence of social media and their significant role in identity formation, the importance of understanding how this context influences the interpretation and demonstration of masculinity is emphasized. The author notes the presence of a positive trend in the increasing popularity of social networks and their influence on gender roles, stereotypical perceptions. The ideals of masculinity that are reproduced through virtual platforms, particularly focusing on appearance, physical attractiveness, and status indicators are studied. Positive and negative consequences of the transformation of male masculinity in social networks are mentioned: opportunities for constructing new identities, support, and exchange of ideas within virtual communities are highlighted; attention is drawn to psychological pressure, comparison with ideals, feelings of insecurity, and low self-esteem as destructive consequences of influence. The author analyses the role of gender stereotypes in the transformation of male masculinity. It was found that social networks can reinforce traditional perceptions of masculinity. Using content analysis, it was determined how masculinity is presented on the avatars of social network users. The author of the article points out the need for education, awareness of gender stereotypes, and the development of gender sensitivity in the virtual environment. The importance of studies aimed at exploring the impact of social networks on the psychological state of men and society as a whole is also noted. Overall, the presented scientific article contains the results of a topical study of the transformation of male masculinity in social networks, and is of great significance for the study of gender roles and psychological well-being in the modern digital world.

Key words: gender socialization, digital communication, social networks, gender identity, virtual reality, stereotype.

УДК 159.922.7:004.738
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.24>

Коваль Г.Ш.

к. психол. н.,
доцент кафедри диференціальної та спеціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Вступ. Кіберпростір стає все більш впливовим середовищем для формування особистісної ідентичності та взаємодії з іншими. Актуалізація гендерної належності в кіберпросторі є важливою, оскільки окреслений контекст впливає на психологічний стан і поведінкові патерни чоловіків. Онлайн простір дає нові можливості для самовираження, створення віртуальних ідентичностей і виявлення маскулінних рис. Зміни в способі комунікації через цифрові канали можуть вплинути на самооцінку, стереотипи й соціальну поведінку осіб чоловічої статі. Крім цього, трансформація маскулінності в кіберпросторі має свої

наслідки, як позитивні, так і негативні. Цифрові технології, з одного боку, можуть сприяти розвитку нових позитивних аспектів маскулінності, таких як сприйняття різноманітності та гнучкості гендерних ролей; з іншого боку, генерувати появу негативних явищ, наприклад, шкідливих стереотипів, токсичної чоловічої конкуренції чи залучення до онлайн-екстремізму. Отже, трансформація психологічних характеристик чоловічої маскулінності в кіберпросторі є актуальною проблемою, яка потребує конструктивного дослідження й аналізу.

Окреслена проблематика не представлена в українських наукових джерелах. Відповідно,

це зумовило доцільність звернення до іншомовних джерел.

Метою статті є виявлення сучасних тенденцій трансформації психологічних характеристик чоловічої маскулінності в кіберпросторі.

Виклад основного матеріалу. Самопрезентація відіграє критичну роль у тому, як люди сприймають власний досвід і своїх партнерів по спілкуванню у віртуальному середовищі. З появою соціальних мереж чоловіки перебувають у новому соціальному контексті, де вони мають змогу продемонструвати свою маскулінність через фотографії, статуси, коментарі й інші онлайн-прояви. Це створює можливість для віртуального конструювання, підсилює роль образу чоловіка в онлайн-середовищі.

Одним із явних проявів трансформації чоловічої маскулінності в соціальних мережах є підсилення акценту на зовнішності й фізичній привабливості. Фільтри, ретушування фотографій та інші інструменти редагування дають змогу створювати ідеалізовані образи, які можуть змінювати сприйняття чоловіків себе самих і своєї маскулінності. Це може викликати певний тиск на чоловіків, щоб відповідати стандартам краси та схожості з ідеалами, які часто встановлюють соціальні медіа.

Для досягнення поставленої мети використано метод контент-аналізу, що дав змогу проаналізувати аватари користувачів соціальних мереж чоловічої статі й визначити основані тенденції. Для дослідження обрано такі соціальні мережі, як Instagram і Facebook. Загальна кількість проаналізованих сторінок – 180.

Користувачі схильні приписувати переважно чоловічі характеристики своїм аватарам у кіберпросторі, які сприймаються як маскулінні. Користувачі акцентують увагу на певних характеристиках аватарів залежно від контексту діяльності й пов'язаних із нею вимог.

Аватари мають тенденцію бути більш фізично привабливими в контексті онлайн-знайомств і більш інтелектуальними на офіційних сторінках. Водночас вони переважно відображають реальну фізичну зовнішність користувача в контексті блогів. Крім того, порівнявши створення зовнішнього вигляду аватара (тіло, одяг та аксесуари) для особистих цілей і соціальної мережі, присвяченої роботі, можемо зазначити, що зовнішній вигляд, особливо одяг, змінювався, коли контекст діяльності переходив від особистого користування до соціальних мереж, призначених для контактів із роботодавцями.

Крім того, створення аватара залежить від статі користувача та аудиторії самопрезентації: користувачі чоловічої статі менш схильні змінювати свій аватар, коли очікують спілкування з друзями, а не з незнайомцями.

З іншого боку, соціальні мережі також можуть впливати на перегляд маскулінності через комунікацію та обмін ідеями. Чоловіки можуть шукати підтримки, поради й визнання у віртуальних спільнотах, де обговорюються питання, пов'язані зі статевою рольовою ідентичністю. Такі форуми можуть стати площадкою для обговорення нових поглядів на маскулінність, а також переосмислення традиційних рольових стереотипів.

Чоловіки часто ідеалізують свій зовнішній вигляд в аватарі, ставлячи акцент на фізичній привабливості. Вони можуть використовувати фотографії, на яких представлені з найкращого ракурсу, з виглядом, який відповідає загальноприйнятому стандарту привабливості [8].

Ідеалізація аватара також може проявлятися через показ високого соціального статусу. Чоловіки прагнуть продемонструвати власне успішність, матеріальне благополуччя, важливі події або знайомство з впливовими особистостями.

Деякі чоловіки ідеалізують свій аватар, щоб підкреслити свою маскулінність і силу. Іміджева самореалізація проявляється у використанні специфічного стилю одягу, аксесуарів або фону, які відображають їхні інтереси, хобі чи особистість.

Загалом ідеалізація аватара в соціальних мережах чоловіків відображає бажання продемонструвати свої кращі сторони, досягнення, створити позитивне враження, відповідати загальноприйнятим стандартам привабливості й маскулінності. Однак варто пам'ятати, що аватари не завжди повністю відображають реальну особистість людини, можуть бути лише образом, створеним для віртуального світу соціальних мереж [9].

Розглянемо основні тенденції, що виявлено в процесі дослідження, більш детально.

30% аватарів містять пряме посилання на активну спортивну позицію в житті. Це проявляється в зовнішньому вигляді (одязі, підкресленій гарній фізичній формі), а також обрані фотографії з тренувань, змагань, важкого фізичного зусилля або виставлення м'язів. Такі аватари можуть указувати на важливість фізичної форми й активності як складника маскулінності. Ці зображення демонструють наполегливість, дисципліну та визначеність чоловіка в досягненні своїх фізичних цілей. Демонстрація м'язів також може слугувати як спосіб підкреслити власну силу й фізичну потужність.

Аватари такого змістового наповнення можуть відображати спрямованість на підтримку й покращення фізичного стану, що є важливим складником маскулінності в багатьох культурах. Фізична активність і спорт сприяють розвитку м'язів, покращенню здоров'я та забезпеченню енергії, що може бути

пов'язано з ідеалами силової й активної маскулінності.

Однак важливо враховувати, що такі аватари можуть підтримувати стереотипи маскулінності, які обмежують чоловіків у їхньому виборі способів самовираження. Це може впливати на тих, хто не відповідає стандартам фізичної сили чи не проявляє інтересу до спорту [7].

60% аватарів проаналізованих сторінок чоловіків поєднують дві тенденції: «стиль одягу й зовнішній вигляд» і «соціальна позиція й статус», проте з діаметрально протилежними тенденціями.

Деякі аватари відображають стиль одягу або зовнішній вигляд, які пов'язуються зі стереотипами маскулінності. Наприклад, це можуть бути фотографії в костюмах, спортивному одязі або інших елементах, які відтворюють традиційні уявлення про «сильного» чоловіка.

Одяг і зовнішній вигляд можуть виконувати роль символів маскулінності, що базуються на встановлених стереотипах. Наприклад, костюм може асоціюватися з успішністю, професійним статусом і владою, а спортивний одяг може відображати фізичну силу, активність і витривалість [4].

Вибір стилю одягу й зовнішнього вигляду в аватарах може бути зумовлений культурними нормами й очікуваннями, що визначають, як чоловік повинен виглядати, щоб відповідати ідеалам маскулінності. Ці стереотипи можуть змінюватися залежно від соціального та історичного контексту.

Аватари, які відображають соціальний статус і владу, можуть створювати враження про наявність упевненості, успішності й впливу в соціальному оточенні користувача соціальної мережі. Фотографії з важливих подій дають змогу підкреслити активну участь у соціальному житті та налагодження важливих зв'язків. Демонстрація матеріального достатку, така як фотографії розкішних машин, вілл або подорожей, можуть сигналізувати про фінансовий успіх і стабільність. Проте важливо розуміти, що ці аватари можуть не лише відтворювати реальний статус і соціальну позицію, а й створювати вигляд чи враження про це. Використання аватарів для вияву соціального статусу може бути способом підтримки своєї ідентичності, бажанням отримати прийняття й підтримку в соціальному середовищі [3].

Дослідження в галузі психології вказують на необхідність критичного мислення та розуміння, яке враховує, що вияв маскулінності в соціальних мережах може бути редагованим і відігравати роль у формуванні уявлень про себе та взаємодії з іншими.

Така тенденція в зовнішніх проявах орієнтована на відображення успіху, соціального статусу й влади. Це можуть бути фотографії з важливих подій, відомих осіб або демонстрація

матеріального достатку. Такі аватари вказують на бажання показати себе успішним і впливовим, що часто пов'язується з ідеалами маскулінності [2].

Проте досить часто можна зустріти фотографії чоловіків на фоні автомобіля, будинку красу люкс, проте їхній одяг і зовнішність не відповідають обраним об'єктам розкоші. Це викликає неоднозначну реакцію сприйняття, оскільки прагнення чоловіка підкреслити власну маскулінність за рахунок чужих досягнень тільки зменшує та знецінює самопрезентаційне враження.

Важливо зауважити, що стиль одягу й зовнішній вигляд не є визначальними факторами маскулінності. Вони можуть бути лише одними з варіативних способів самовираження, які необхідно розглядати в контексті інших факторів, таких як особисті цінності, поведінкові характеристики та взаємодія зі спільнотою [5].

Однією з найбільш поширених тенденцій є «емоційна виразність», що властива 85% користувачів соціальних мереж чоловічої статі.

Аватари відображають емоційну виразність, демонструючи широкий спектр почуттів та емоцій. Це можуть бути фотографії з усмішками, емоційними позами, що виражають наявність великої кількості позитивних почуттів. Такі аватари вказують на важливість емоційної виразності й відкритості в прояві маскулінності.

Емоційна виразність в аватарах може бути способом самовираження й комунікації своїх емоційних станів з іншими користувачами соціальних мереж. Фотографії, на яких чоловіки виражають радість, смutek, захоплення або інші емоції, можуть допомогти встановити контакт і зблизитися з іншими людьми. Важливо зазначити, що це необхідно розглядати в контексті соціокультурного оточення й індивідуальних особливостей кожної людини.

Кіберпростір дав можливість чоловікам виражати власні емоції та почуття більш відкрито. Раніше в традиційних ролях маскулінності висловлення емоцій могло бути обмеженим або пригніченим. Але в соціальних мережах чоловіки знаходять платформу для спілкування, обміну емоціями та знайомства з різноманітними почуттів.

Також це може бути свідченням важливості сприйняття й вияву емоцій у чоловічій маскулінності. Демонстрування різних емоцій може допомогти переосмислити традиційні стереотипи про маскулінність, де чоловікам нерідко приписують лише обмежений спектр емоцій. Вияв емоційної виразності в соціальних мережах може сприяти позитивним змінам у сприйнятті чоловіків як емоційно чутливих і різноманітних особистостей.

У кіберпросторі спостерігається поступове зміщення стереотипних уявлень про чоловічу

маскулінність. Традиційні рольові моделі чоловіків поступово розширюються, що дає змогу більшої свободи самовираження й уникає упереджених стереотипів.

Ідентифікація з надмірно ідеалізованим аватаром і його використання може бути пов'язано з низькою самооцінкою та ігровою залежністю, депресією та депресивними симптомами [13], а також розладом інтернет-залежності [12]. Крім того, ігровий розлад пов'язаний із негативними уявленнями про себе, які можуть компенсуватися через надмірне використання й ідентифікацію з ідеалізованим аватаром [6]. Ці взаємозв'язки між низькою самооцінкою, невідповідністю себе, ідентифікацією з ідеалізованим аватаром і надмірним використанням медіа здебільшого вивчали в контексті Інтернет розладів.

Соціальні порівняння можуть негативно впливати на самооцінку та психічне здоров'я, як показали попередні дослідження [11]. У деяких роботах також підкреслюють негативний вплив ідеалізованих аватарів на образ тіла й задоволеність тілом [10].

Однак важливо розуміти, що соціальні мережі можуть також сприяти поширенню шкідливих стереотипів і місцевих норм, які викликають проблеми, пов'язані зі статевою рівністю й психологічним благополуччям. Наприклад, це може включати уявлення про маскуліність, яка обмежує виразність емоцій, підтримку насильства або ставлення до жінок як до об'єктів.

Окрім того, великий обсяг інформації та порівнянь у соціальних мережах може викликати в чоловіків почуття невпевненості й порівняння з іншими. Це може призводити до появи тривоги, низької самооцінки й недоліків у самооцінці [1].

Варто зазначити, що мінімізація деструктивних наслідків є досить важливим питанням, що потребує системної роботи. Освіта відіграє важливу роль у свідомому формуванні й поширенні нових уявлень про маскуліність. Школи й університети мають активно включати в свої програми навчання курси, що спрямовані на розуміння гендерних ролей, статевих стереотипів і позитивного самовизначення. Це може допомогти студентам розробити глибше розуміння сучасних концепцій маскуліності, виробити критичне мислення щодо впливу соціальних мереж на їхню самоідентифікацію.

Усвідомлення статевих стереотипів важливе для подолання шкідливих очікувань та обмежень, пов'язаних із маскуліністю. Усвідомлення впливу цих стереотипів на сприйняття маскуліності у віртуальному середовищі може допомогти чоловікам розрізнати реальність від ідеалів, а також розвивати більш гнучку й індивідуалізовану ідентичність.

Гендерна чутливість є ключовою для створення безпечного віртуального середовища. Відповідно, соціальні мережі та їх користувачі повинні усвідомлювати гендерні відмінності, сприяти рівноправному представництву, запобігати статевій дискримінації та навчатися ефективного спілкування відповідно до різних маскуліних ідентичностей.

Загалом розуміння важливості освіти, усвідомлення статевих стереотипів, розбудови гендерної чутливості й проведення досліджень є важливими кроками в підтриманні здорової та позитивної трансформації чоловічої маскуліності в кіберпросторі. Ці заходи можуть сприяти створенню більш рівноправного й підтримуючого віртуального середовища для чоловіків і суспільства загалом.

Висновки. Отже, можна зробити висновок, що обговоренням кіберпростору, основаного на трансляції гендерної ідентичності, стане все більш важливою темою в контексті вивчення різноманітних віртуальних середовищ, які зосереджуються на інструментах самопрезентації. У цьому контексті виявили сильну тенденцію до створення аватарів з ідеалізованими мускулінними рисами, а також значні відмінності в ступені ідеалізації особистості в різних контекстах онлайн-активності.

Дослідження, спрямовані на вивчення впливу соціальних мереж на психологічний стан чоловіків і суспільства, мають велике значення для розуміння цього явища. Вони можуть виявити шкідливі наслідки підвищеної експозиції до ідеалів маскуліності, а також указати на можливість позитивного впливу соціальних мереж на розвиток здорової маскуліності. Детальний аналіз таких досліджень може надати наукові підстави для розроблення програм та інтервенцій, спрямованих на підтримку психологічного благополуччя чоловіків і побудову гендерно рівних суспільних стандартів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Facebook profiles reflect actual personality, not self-idealization / M.D. Back, J.M. Stopfer, S. Vazire, S. Gaddis, S.C. Schmukle, B. Egloff, S.D. Gosling. *Psychological Science*. 2010. № 21 (3). P. 372–374.
2. Brunskill D. Social media, social avatars and the psyche: Is Facebook good for us? *Australasian Psychiatry*. 2013. № 21 (6). P. 527–532.
3. People, places, and time: a large-scale, longitudinal study of transformed avatars and environmental context in group interaction in the metaverse / E. Han, M.W. Miller, C. DeVeaux, H. Jun, K.L. Nowak, J.T. Hancock, N. Ram, J. Bailenson. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2023. № 28 (2). URL: <http://surl.li/hfvio>.
4. Kaspar K., Fuchs L.A.M. Who likes what kind of news? The Relationship between characteristics of media consumers and news interest. *SAGE Open*. 2021. № 11 (1). P. 1–12.

5. Kauttonen J. Pitman Morgan Test (x, y). In MATLAB central file exchange, 2021. URL: // www.mathworks.com / matlabcentral / fileexchange / 67910-pitmanmorgantest-x-y.
6. Lemenager T., Neissner M., Sabo T., Mann K., Kiefer F. "Who Am I" and "How Should I Be": A Systematic review on self-concept and avatar identification in gaming disorder. *Current Addiction Reports*. 2020. № 7 (2). P. 166–193.
7. Self-presentation and gender on MySpace / A.M. Manago, M.B. Graham, P.M. Greenfield, G. Salimkhan. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 2008. № 29 (6). P. 446–458.
8. Nowak K.L., Fox J. Avatars and computer-mediated communication: a review of the definitions, uses, and effects of digital representations. *Review of Communication Research*. 2018. № 6. P. 30–53.
9. Nowak K.L., Rauh C. The Influence of the Avatar on Online Perceptions of Anthropomorphism, Androgyny, Credibility, Homophily, and Attraction. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2005. № 11 (1). P. 153–178.
10. Park J. The effect of virtual avatar experience on body image discrepancy, body satisfaction and weight regulation intention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2018. № 12 (1). URL: <https://cyberpsychology.eu/article/view/9524>.
11. Social comparisons, social media addiction, and social interaction: An examination of specific social media behaviors related to major depressive disorder in a millennial population / A. Robinson, A. Bonnette, K. Howard, N. Ceballos, S. Dailey, Y. Lu, T. Grimes. *Journal of Applied Biobehavioral Research*. 2019. № 24 (1). e12158.
12. T'ng S.T., Pau K. Identification of avatar mediates the associations between motivations of gaming and internet gaming disorder among the Malaysian youth. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2020. P. 1–16.
13. You S., Kim E., Lee D. Virtually real: Exploring avatar identification in game addiction among massively multiplayer online role-playing games (MMORPG) players. *Games and Culture*. 2017. № 12 (1). P. 56–71.

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ НА ВИБІР МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЇ СТУДЕНТІВ

PECULIARITIES OF THE INFLUENCE OF GENDER STEREOTYPES ON THE CHOICE OF FUTURE PROFESSION OF STUDENTS

У статті презентовано результати комплексного теоретико-емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення впливу гендерних стереотипів на вибір майбутньої професії. Основна мета полягала в тому, щоб з'ясувати, як гендерні стереотипи впливають на вибір майбутньої професії студентів. Виявлено, що гендерні стереотипи є поширеною причиною дискримінації та порушення прав людини. У нашому суспільстві існує упереджене ставлення до різних галузей трудової діяльності, присутня нерівномірна кількість працівників чоловічої та жіночої статі у соціономічній сфері, наявні гендерна сегрегація на ринку праці та економічна й гендерна дискримінація. Результати емпіричного аналізу однозначно свідчать про великий вплив гендерних стереотипів на вибір майбутньої професії серед учасників дослідження. Більшість респондентів, навіть якщо не акцентують увагу на стать, усе ж розподіляють професії відповідно до гендерних ознак. Гендерні стереотипи формують певне упереджене ставлення до різних професійних галузей та можливостей для кар'єрного зросту. Дискримінація на основі статі турбує багатьох студентів, зокрема представниць жіночої статі, які найчастіше стикалися із цією проблемою. Незважаючи на те, багато респондентів дійшли висновку, що стать не повинна бути визначальним чинником у керівництві. Також працівниками соціономічної сфери частіше вбачають жінок. Гендерні стереотипи значно впливають на уявлення про різні професії та формують певну поведінкову модель у майбутньому. Доведено, що гендерні стереотипи все-таки впливають на вибір майбутньої професії студентів, у їхній свідомості існують упередження, які базуються на гендерних стереотипах, а вони, своєю чергою, приписують характеристики, притаманні лише жінкам або чоловікам. Безпосередньо ці стереотипні уявлення створюють упереджене ставлення як до оточуючих, так і до вибору майбутньої професійної діяльності й продукують думку, що соціономічні професії – це суто жіноча сфера.

Ключові слова: гендер, стереотипи, гендерні стереотипи, вибір професії, гендерна сегрегація праці, соціальні ролі.

The article presents the results of a comprehensive theoretical and empirical study aimed at examining the influence of gender stereotypes on the choice of future profession. The main goal was to find out how gender stereotypes influence students' choice of future profession. It was found that gender stereotypes are a common cause of discrimination and human rights violations. In our society, there is a biased attitude towards different areas of labor activity, an uneven number of male and female employees in the socio-economic sphere, gender segregation in the labor market, and economic and gender discrimination. The results of the empirical analysis clearly indicate that gender stereotypes have a significant impact on the choice of future profession among the study participants. The majority of respondents, even if they do not focus on gender, still categorize professions according to gender. Gender stereotypes create a certain bias towards different professional fields and career opportunities. Gender-based discrimination is a concern for many students, particularly for women, who have faced this problem most often. Nevertheless, many respondents concluded that gender should not be a determining factor in management. Also, women are more often seen as social workers. Gender stereotypes have a significant impact on perceptions of different professions and shape certain behavioral patterns in the future. It is proved that gender stereotypes do influence the choice of future profession of students, there are prejudices in their minds based on gender stereotypes, and they, in turn, attribute characteristics inherent only to women or men. Directly, these stereotypical ideas create a biased attitude towards others and towards the choice of future professional activity and produce the idea that socio-economic professions are a purely female sphere.

Key words: gender, stereotypes, gender stereotypes, choice of profession, gender segregation of labor, social roles.

УДК 305:316.647.8:[331.54:37]
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.25>

Красілова Ю.М.

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

Ільчук А.М.

здобувач вищої освіти II магістерського
рівня за спеціальністю 231 «Соціальна
робота» за освітньою програмою
«Соціальна педагогіка»
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві проблема гендерних стереотипів набуває особливої актуальності, поширюючись на різні сфери життя, включаючи вибір майбутньої професії. Сьогодні у буденній свідомості закріпилися усталені уявлення про статеві ролі, що визначають «правила» поведінки для чоловіків і жінок. Поруч із цим уявлення та стереотипи, які існують у суспільстві, не лише визначають взаємини між гендерами в повсякденному житті, а й суттєво впливають на професійний вибір. Невипадково у стереотипах відображаються уявлення про «чоловічі» та «жіночі» професії, що змушують людей сві-

домо чи несвідомо дотримуватися визначених соціокультурних очікувань. Ця проблема стає ще більш актуальною, оскільки відбувається переосмислення ролей чоловіків і жінок у сучасному суспільстві. У буденній свідомості існують стереотипи, які визначають, як повинні взаємодіяти чоловіки та жінки, і це безпосередньо впливає на їхній вибір майбутньої професії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Українське законодавство визначає гендер як соціальний аспект відносин між чоловіками і жінками, що охоплює усі сфери життя: політику, економіку, право, ідеологію, культуру,

освіту й науку. Мета закону полягає у забезпеченні рівних прав і можливостей для обох статей та у протидії будь-якій формі дискримінації за статевою ознакою [5]. У наказі Мінсоцполітики гендер визначається як суспільно прийняті ролі, поведінка і характерні ознаки для чоловіків та жінок [6].

Поняття «гендер» було предметом багатьох дискусій, але в широкому розумінні воно описує систему цінностей, норм і характеристик чоловічої та жіночої поведінки, що формуються у суспільному, політичному, економічному і культурному контексті [4]. «Гендер» – це аналітична категорія, що допомагає розуміти, як складена наша ідентичність, і політичне поняття, що розглядає розподіл влади у суспільстві. Це важливо не лише для розуміння особистості, а й для політики, права, культури, інших аспектів життя, а також для соціальних та політичних заходів у різних культурних умовах.

Американський психолог Д. Мацумото у книзі *Culture and Psychology* описує гендерні стереотипи як типові психологічні та поведінкові характеристики, традиційно приписувані чоловікам або жінкам [8]. С.М. Оксамитна розглядає «гендерні стереотипи» як узагальнені уявлення про чоловіків і жінок, які виявляються, насамперед, як гендерно-рольові стереотипи, що стосуються прийнятності різноманітних ролей і видів діяльності для чоловіків та жінок, а також як стереотипи гендерних рис, тобто психологічних та поведінкових характеристик, притаманних чоловікам і жінкам [4]. Вона стверджує, що уявлення про психологічні та поведінкові відмінності статей є основою формування й відтворення гендерно-рольових стереотипів.

Дослідники виділяють три групи гендерних стереотипів. Перша базується на психологічних рисах чоловіків та жінок – masculine – feminine, де чоловіки вважаються активними, компетентними, а жінки – покірними, емоційними. Друга група стосується професійних ролей: жінки повинні займатися сім'єю, а чоловіки – професійною діяльністю. Третя група стереотипів асоціює жіночу працю з виконавчою, а чоловічу – з творчою [1]. Ці стереотипи міцно вкорінені в суспільстві, вони сприяють формуванню і підтримці традиційної гендерної поведінки і важко коригуються через їх приховану природу.

Гендерні стереотипи у суспільстві грають значну роль у формуванні індивідуальних та професійних ідентичностей. Вони виникають із подій, спостережень, виховання і переконань, відображаючи статеві ролі та статуси, які люди набувають і відтворюють. Ці усталені стереотипи стають нормами для чоловіків і жінок, формуючи основу гендерної рольової соціалізації наступного покоління. Вплив гендерних

стереотипів на вибір професійної діяльності є досить суттєвим, що можна спостерігати у так званих «чоловічих» і «жіночих» професіях.

Уже з дитинства діти оточені гендерно-специфічними очікуваннями щодо своєї майбутньої ролі в суспільстві. Дівчатка можуть чути, що їхня основна функція полягає у бутті «гарною господинею», тоді як хлопчики можуть відчувати тиск статевих стереотипів, які пропонують їм бути «сильними захисниками». Іграшки, книги та мультфільми також можуть впливати на формування статевих уявлень про професії, де лікар, інженер або пілот зазвичай асоціюються з чоловіками, тоді як учителі та вихователі найчастіше представлені жінками. Ці стереотипи усвідомлюються й закріплюються у свідомості дитини, а згодом впливають на їхній професійний вибір.

Гендерна сегрегація праці відображається у нерівномірному розподіленні чоловіків і жінок у різних галузях економіки. Це може бути як вертикальна сегрегація, коли одна стать переважає на певних рівнях професійної ієрархії, так і горизонтальна сегрегація, коли статеві групи концентруються у різних сферах діяльності. Горизонтальна сегрегація – так звані «скляні стіни», коли жінки мають менший доступ до професій, які забезпечують кар'єрне зростання. «Скляні стіни» концентрують жінок у менш дохідних галузях, обмежуючи їхні можливості у владних структурах [7]. Наприклад, бухгалтерський облік, де переважно на посадах перебувають жінки, рідко дає можливість їм стати топ-менеджерами. Також зі «скляною стелею» пов'язане явище «липкої підлоги» – жінки довше залишаються на початкових позиціях. Чоловіки швидше просуваються, отримуючи більше досвіду, що дає їм змогу обігнати жінок на вищих посадах [4].

Через гендерну сегрегацію праці жінки частіше за чоловіків знаходяться у менш оплачуваних сферах, що зменшує їхні можливості для кар'єрного зросту та матеріального самовдосконалення. Ба більше, гендерні стереотипи можуть позначитися на самореалізації чоловіків і жінок, обмежуючи їхні можливості для розвитку індивідуальності та встановлюючи чіткі рамки для соціальних ролей. Таким чином, необхідно постійно працювати над усуненням гендерних стереотипів та створенням рівних умов для всіх громадян у сфері праці, щоб кожна людина мала змогу здійснювати свої потенційні можливості незалежно від статі.

Постановка завдання. Мета роботи визначення впливу гендерних стереотипів на вибір майбутньої професії студента.

Виклад основного матеріалу дослідження. Організація дослідження була розпочата з формування вибірки. Вибірка становила 42 респонденти, це студенти Київського національного університету імені Тараса Шевченка

факультетів соціології, психології, географії, журналістики, кібернетики, економічного факультету, інституту міжнародних відносин та військового інституту.

Респондентська група складалася зі студентів перших четвертих курсів ОР «Бакалавр» та першого другого курсів ОР «Магістр». Ураховувалися різні факультети й інститути нашого університету, серед яких найбільша кількість відповідей була з факультету психології – 55%. Переважна більшість респондентів була жіночої статі – 62% і 38% чоловічої.

Для того щоб провести об'єктивне емпіричне дослідження, у нашій роботі ми опирались на теоретичні дослідження, і нами було розроблено опитувальник, який містив питання відкритого й закритого характеру. На основі теоретичного матеріалу ми виокремили чотири блоки питань:

1. Соціально-демографічний блок.

2. Уявлення про гендерну відмінність у професійній кар'єрі.

3. Уявлення стосовно динаміки кар'єрного зросту.

4. Уявлення про вибір майбутньої професії.

Перший, «соціально-демографічний», блок стосувався самої респондента факультету, на якому навчається, і відповідно, курсу. Нас цікавила думка й позиція респондентів як чоловічої, так і жіночої статі. Показники «факультет» і «курс» були вибрані, щоб зрозуміти, що саме студенти соціономічних професій брали участь у нашому опитуванні.

Другий блок «Уявлення про гендерну відмінність у професійній кар'єрі» містив питання, які стосувалися думки респондентів щодо їхніх власних уявлень про риси характеру, професії, які переважно підходять чи притаманні чоловікам або жінкам. Також ми хотіли дізнатися, чи поділяють професії на чоловічі й жіночі, хто готовий пожертвувати годинами спілкування із сім'єю заради кар'єри, і наостанок які саме гендерні стереотипи відомі студентам. За допомогою другого блоку ми можемо проаналізувати рівень стереотипізованості респондентів.

Третій блок «Уявлення стосовно динаміки кар'єрного зросту» присвячений дослідженню стосовно кар'єрного зростання чоловіків і жінок. Власне, ми хотіли дізнатися, чи впливає стать на майбутні професійні досягнення, навантаження, чи однаково рівні можливості у представників обох статей. Якщо респондент мав досвід роботи – дізнатися, чи дотримуються роботодавці рівності в оплаті праці. Тому ми виділили такі питання: «Чи мають рівні можливості чоловіки й жінки у просуванні щаблями посадової ієрархії?», «Як ви гадаєте, чи має бути однаковим робоче навантаження на чоловіків і жінок?», «Чи була однако-

вою заробітна плата у працівників одного фаху й посади незалежно від статі?», «Хто є кращим керівником в організації – чоловік чи жінка?», «Чи стикалися студенти з гендерною дискримінацією під час навчання чи на роботі?».

За допомогою четвертого блоку «Уявлення про вибір майбутньої професії» ми мали на меті дослідження бачення студентів щодо того, чи притаманна професія їхній статі, і дізнатися, хто переважно працює у вибраній ними професійній галузі. Питання, які ми віднесли до цього блоку: «Хто переважно працює у сфері діяльності, яку ви вибрали, – чоловіки чи жінки?», «Вибираючи професію, ви звертали увагу на те, що вона притаманна безпосередньо вашій статі?».

Метод опитування показав, що 62% респондентів жінки, 55% студенти психології. Найбільше відповідей отримали з четвертого (38%) та другого (33%) курсів бакалаврату. Проаналізувавши відповіді щодо гендерних відмінностей у професійній кар'єрі, було виділено 79 рис характеру, що приписуються жінкам, і 75 чоловікам. Відповіді відображають традиційні стереотипи маскулітності й фемінітності. У питанні щодо суто жіночих та чоловічих професій 55% респондентів висловили думку, що обмежень немає через право вибирати професію залежно від навичок та інтересів, незалежно від гендерної ідентичності. 45% погоджуються з існуванням таких професій, пояснюючи це фізичними особливостями жінок. Такі роботи вимагають фізичної сили, але сучасне суспільство все більше відмовляється від стереотипних уявлень про гендерні професії.

Аналізуючи питання: «Назвіть професії, які, на вашу думку, підходять жінкам», варто відзначити, що респонденти виділили такі професії: вчителька, вихователька, няня, викладачка, психологиня, менеджерка, бухгалтерка, медична сестра, швачка, стилістка та ін. Усього було виділено 66 професій для жінок. У питанні «Професії, які підходять переважно чоловікам» були названі такі професії: водій, будівельник, вантажник, шахтар, пожежник, механік, інженер, машиніст, рятувальник, військовий та ін. Загалом студенти виділили 61 професію для чоловіків та 66 професій для жінок. На рис. 1 можемо побачити найбільш типові відповіді стосовно професій, якими студенти наділяли чоловіків та жінок.

Отже, до «жіночих» більшість віднесла професії, які пов'язані з навчанням, обслуговуванням, вихованням, типу «людина – людина». Щодо «чоловічих», то тут можна провести аналогію з результатами попереднього запитання, а саме що чоловікам найчастіше приписують професії, пов'язані з фізичною силою та екстремальними ситуаціями. Цікавим є той факт, що 33% студентів відповіли, що всі про-

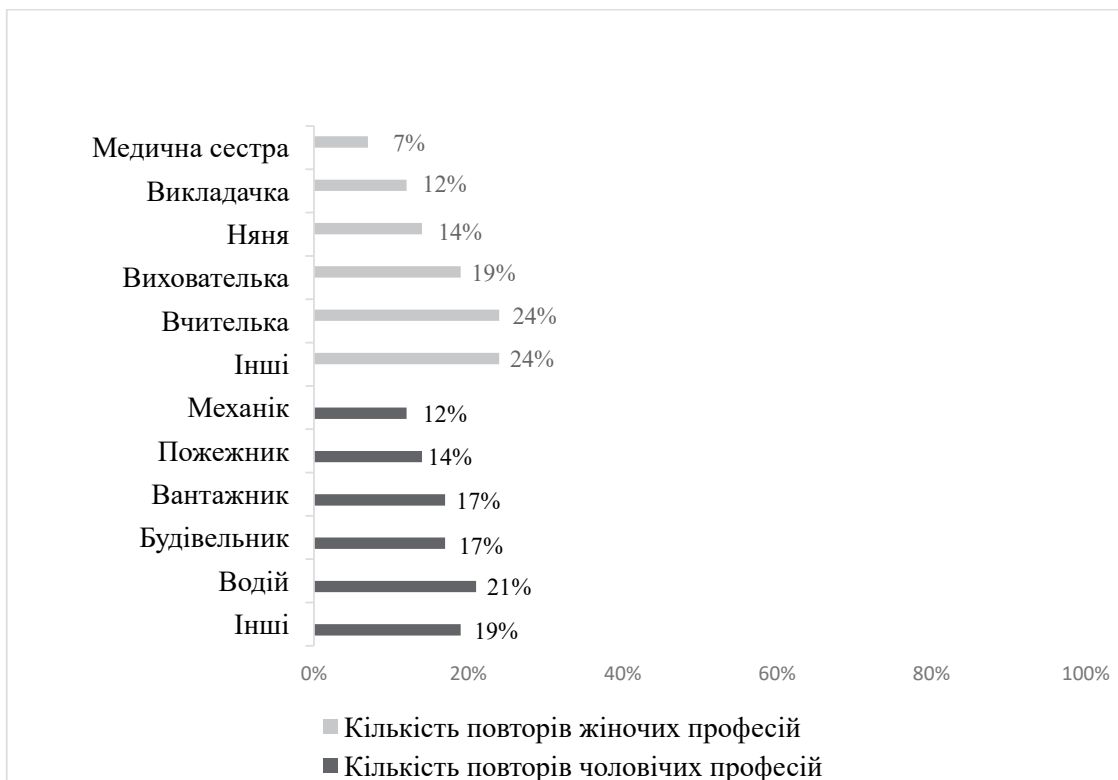


Рис. 1. Найуживаніші професії, які виділили респонденти у відповідях на питання: «Професії, які підходять переважно чоловікам» та «Професії, які підходять переважно жінкам»

фесії підходять як чоловікам, так і жінкам залежно від індивідуальних характеристик. Також деякі студенти, які раніше вважали, що не існує суто жіночих та суто чоловічих професій, нині-таки поділили їх на «притаманні жінкам» й «притаманні чоловікам». У питанні щодо готовності жертвувати годинами спілкування із сім'єю заради кар'єрного зросту 45% відповіли на користь чоловіків, вважаючи їх кар'єристами, але 43% вважають, що обидва члени сім'ї повинні жертвувати залежно від цінностей і відносин у сім'ї.

У процесі нашого дослідження ми хотіли дізнатися, які саме гендерні стереотипи знають респонденти. Отримали такі результати. Більшість відповідей стосовно гендерних стереотипів, які знають студенти, звеличують чоловіків, а жінок же, навпаки, описують негативно. З іншого боку, робимо висновок, що респонденти виділяють такі риси характеру для чоловіків, як сміливість, рішучість, мужність; відповідно, для жінок: емоційність, ніжність, відповідальність. Студенти також поділяють професії на суто «чоловічі» та суто «жіночі». Більшість студентів зазначає, що чоловіки кар'єристи й готові жертвувати сімейним часом заради власної кар'єри. Ми дізналися, що студенти розуміють, що таке гендерні стереотипи і можуть навести приклади.

У третьому блоці, який стосувався «уявлення стосовно динаміки кар'єрного зросту», більшість респондентів відповіла, що незалежно від професії робоче навантаження повинно бути однаковим. Варто звернути увагу на те, що у попередніх питаннях їхні відповіді показали інші результати, які стосувалися того, що жінки не повинні працювати у професіях, що вимагають фізичної сили. Ми поставили питання: «Чи мають рівні можливості чоловіки та жінки у просуванні шаблями посадової ієрархії?», результати якого представлено на рис. 2. Переважна більшість студентів, а саме 64%, відповіли, що і жінки, і чоловіки не мають рівних можливостей у просуванні шаблями посадової ієрархії, тобто це свідчить про те, що присутня гендерна сегрегація на ринку праці. Простежити це можна за допомогою відповідей на питання: «Назвіть професії, які, на вашу думку, підходять жінкам», де можна виділити присутність дихотомії, що переважно жінки зайняті у соціальній сфері, а чоловіки – у сфері, яка вимагає від них наявності фізичної сили.

Наступне питання було таким: «Хто кращий керівник в організації – чоловік чи жінка?». Результати показали, що 69% вважають, що немає різниці між чоловіком та жінкою як керівниками. Відповіді розділилися на дві групи: перші керувалися зовнішніми чинниками, такими як авторитет керівника та політика

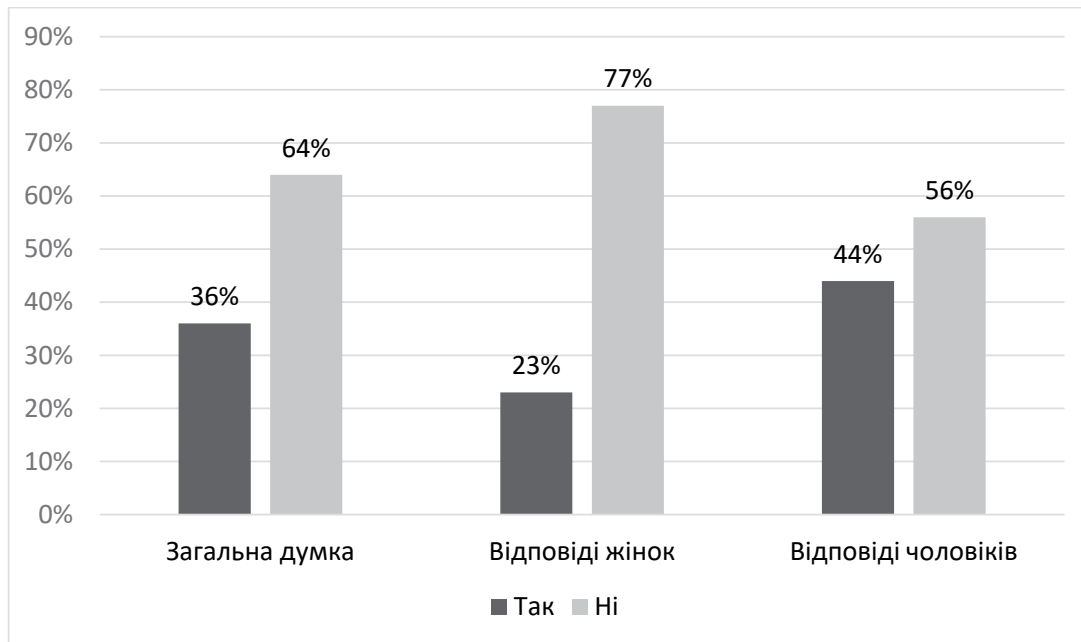


Рис. 2. Чи мають рівні можливості чоловіки та жінки у просуванні щаблями посадової ієрархії?

організації; другі звертали увагу на особисті якості, зазначаючи, що стать не впливає на організаторські здібності. Ці відповіді показують, що люди переважно оцінюють лідерські якості, а не стать керівника.

Отже, отримані нами результати до четвертого блоку дають змогу зробити висновок, що студенти вважають, що не звертали увагу на статеву приналежність до певної професії. Також можна зазначити, що вплив гендерних стереотипів на вибір майбутньої професії є опосередкованим, непрямим і вагомим.

Таким чином, у результаті нашого дослідження ми можемо сказати, що студенти мають упереджене ставлення до представників обох статей і виділяють такі риси характеру для чоловіків, як сміливість, рішучість, мужність; відповідно, для жінок: емоційність, ніжність, відповідальність. Також можемо зазначити, що студенти поділяють професії на суто «чоловічі», а саме: водій, будівельник, вантажник, шахтар, пожежник, машиніст, механік, та суто «жіночі»: вчителька, вихователька, няня, викладачка, психологиня, менеджерка, медична сестра. Переважна більшість студентів зазначає, що саме чоловіки є кар'єристами і вони готові пожертвувати сімейним часом заради кар'єри. Ми вияснили, що студенти знають і розуміють, що таке гендерні стереотипи, а також можуть навести чіткі приклади.

До того ж результати третього блоку свідчать про те, що попри біологічні відмінності людей робоче навантаження повинно бути однаковим, а у нашій країні присутня гендерна сегрегація на ринку праці, а також можна про-

стежити гендерну й економічну дискримінацію. Є й позитивні боки: думка більшості респондентів співпадає у тому, що немає різниці, хто буде кращим керівником в організації.

Опираючись на отримані результати у четвертому блоці, можна зробити висновок, що загалом під час вибору майбутньої професії студенти не звертали увагу на статеву приналежність до певної професії. Разом із тим, без сумніву, можна зазначити, що гендерні стереотипи впливають на вибір майбутньої професії, однак вплив є опосередкованим, непрямим, але вагомим.

Відповідно до питання про заробітну плату, 31% студентів відповіли, що стикалися з різницею у заробітній платі для працівників одного фаху та посади. Також було цікаво дізнатися, що 55% респондентів відчули гендерну дискримінацію під час навчання або на роботі, причому більше жінок, ніж чоловіків.

Отже, у третьому блоці ми побачили, що статева рівність на ринку праці є проблемою, зокрема у рівній заробітній платі та у відчутті гендерної дискримінації. З іншого боку, більшість студентів вважає, що стать не визначає, хто може бути кращим керівником.

В останньому, четвертому, блоці «Уявлення про вибір майбутньої професії» спочатку ми підіймаємо питання: «Хто переважно працює у сфері діяльності, яку ви вибрали, – чоловіки чи жінки?», на що отримали 81% відповідей, що жінки. Це дає нам підтвердження гіпотези, що в Україні у соціономічній сфері працюють переважно жінки. Очевидним, на нашу думку, одразу ж постає таке питання: «Вибираючи

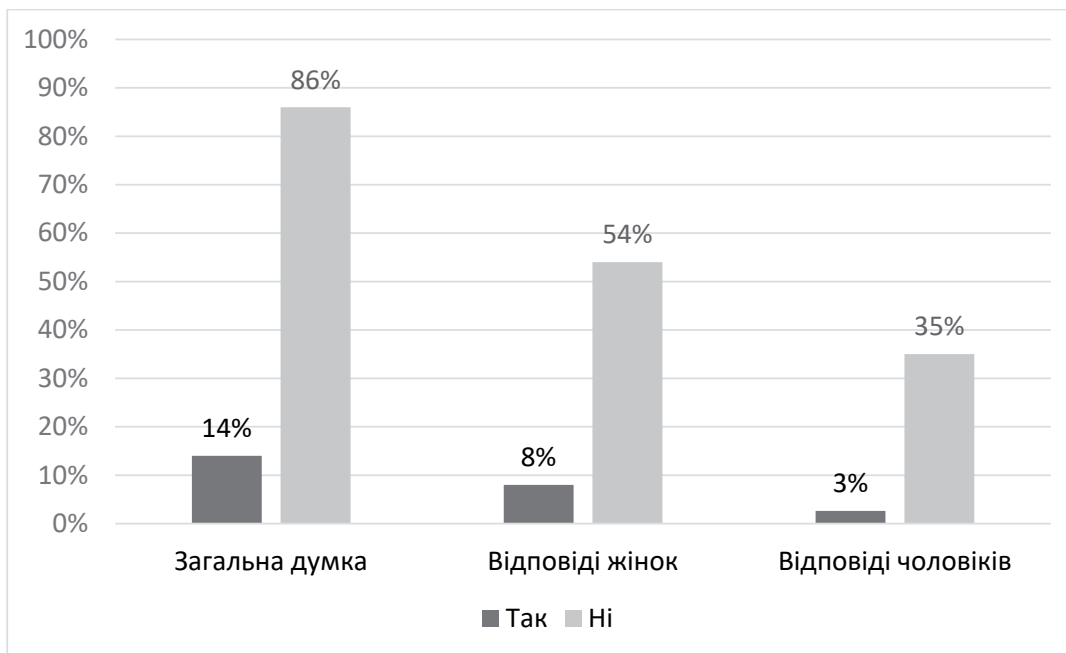


Рис. 3. Вибираючи професію, ви звертали увагу на те, що вона притаманна безпосередньо вашій статі?

професію, ви звертали увагу на те, що вона притаманна безпосередньо вашій статі?». Відповідно до отриманих результатів, зображених на рис. 3, можемо зазначити, що 86% опитаних вважають, що не звертали увагу, що вибрана професія притаманна їхній статі.

Проаналізувавши відповіді на питання четвертого блоку, ми звернули увагу на те, що виникає протиріччя: більшість студентів зазначає, що вони не звертають увагу на те, чи притаманна професія їхній статі, а також у питанні: «Чи погоджуєтесь ви з думкою, що існують суто жіночі і суто чоловічі професії?» вони зазначали, що не існує таких. Однак ці ж респонденти далі поділяли професії на ті, що притаманні жінкам або чоловікам.

Відповідно, 81% відповіли, що у сфері, яку вони вибрали, працюють переважно жінки. Однак 86% вважають, що під час вибору професії стать не вплинула на їхній вибір. Це свідчить про те, що багато хто вважає професійний вибір незалежним від статі.

Отже, отримані нами результати четвертого блоку дають змогу зробити висновок, що студенти вважають, що не звертали увагу на статеву приналежність до певної професії. Також можна зазначити, що вплив гендерних стереотипів на вибір майбутньої професії є опосередкованим, непрямим і вагомим.

Висновки. Опираючись на теоретичне дослідження, можемо сказати, що гендерні стереотипи є частою причиною дискримінації і порушення прав людини. У нашому суспільстві існує упереджене ставлення до різних галузей трудової діяльності, відповідно, при-

сутня нерівномірна кількість працівників чоловічої й жіночої статі у соціономічній сфері, а також присутні гендерна сегрегація на ринку праці, економічна й гендерна дискримінація.

Спираючись на результати емпіричного дослідження, можемо стверджувати, що гендерні стереотипи мають вагомий вплив на думку сучасної української молоді щодо вибору майбутньої професійної сфери. У такий же спосіб ми можемо зазначити, що студенти вважають, ніби вони не звертали увагу на статеву приналежність до вибраної ними професії. Однак у них є дихотомія, що жінки – для роботи з дітьми, людьми, а чоловіки для фізичної праці. Можемо відзначити, що студенти мають помірний рівень стереотипізованості, незважаючи на те що вони розуміють, що таке гендерні стереотипи і можуть навести чіткі приклади. Ми можемо сказати, що студенти вважають, що стать впливає на майбутні професійні здобутки й навантаження, жінки порівняно з чоловіками не мають рівних прав і можливостей у кар'єрному зростанні. На думку студентів, немає різниці, хто буде кращим керівником організації, робоче навантаження повинно бути однаковим незалежно від статі. Більшість опитаних нами студентів, на жаль, відчували на собі гендерну дискримінацію, це насторожує і підтверджує існування упередженого ставлення за статтю, а також бентежить те, що саме жінки частіше мали справу з дискримінаційними процесами на відміну від чоловіків. Ми дізналися, що переважна більшість працівників соціономічній сфері, яку вибрали студенти, жінки. Разом із тим студенти не звертали увагу під час вибору

майбутньої професії на статеву приналежність до певної професії.

Отже, гендерні стереотипи впливають на вибір майбутньої професії студента, вплив є опосередкованим, непрямим, але суттєвим. У свідомості студентів існують упередження, які базуються на гендерних стереотипах, а вони, своєю чергою, приписують характеристики, притаманні лише жінкам або чоловікам. Безпосередньо ці стереотипні уявлення створюють упереджене ставлення як до оточуючих, так і до вибору майбутньої професійної діяльності й продукують думку, що соціономічні професії – це суто жіноча сфера.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гендерні стереотипи та ставлення громадськості до гендерних проблем в українському суспільстві : колективна монографія / ред. Ю. Саєнко. Київ : ВАІТЕ, 2007. 144 с.
2. Красілова Ю., Ільчук А. Вплив гендерних стереотипів на вибір майбутньої професії. *Партнерство роботодавця та закладу вищої освіти: підготовка конкурентоспроможного фахівця у галузі соціальної роботи* : збірник тез, м. Київ, 28 жовтня 2020 р. Київ, 2020. С. 28–32.
3. Крещук К.Ю. Теоретичний аналіз зарубіжної літератури з проблеми стереотипів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2014. Вип. 16. С. 157–165.
4. Основи теорії гендеру : навчальний посібник. Київ : К.І.С., 2004. 536 с.
5. Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків : Закон України від 08.09.2005 № 2866-IV, станом на 3 серп. 2023 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2866-15#Text> (дата звернення: 13.01.2024).
6. Про затвердження Інструкції щодо інтеграції гендерних підходів під час розроблення нормативно-правових актів : Наказ М-ва соц. політики України від 07.02.2020 № 86. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0211-20#Text> (дата звернення: 01.03.2024).
7. Словник гендерних термінів / уклад. З.В. Шевченко. Черкаси : Чабаненко Ю., 2016. 336 с.
8. Matsumoto, DD., Juang, LL. *Culture and Psychology*. 6th ed. Cengage Learning, 2016. 544 p.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ PROCRASTINATION CHARACTERISTICS AMONG STUDENTS DURING WAR

Статтю присвячено дослідженню психологічних особливостей прокрастинації, її структури та проявів. Прокрастинація, що визначається як постійне відкладання важливих справ із відчуттям дискомфорту, є суттєвим чинником, який значно гальмує процес саморозвитку та заважає самореалізації особистості, а також виконанню запланованих цілей та планів. Ця проблема особливо актуальна в умовах студентського оточення, оскільки процес навчання характеризується умовами, що часто сприяють розвитку прокрастинації і можуть призводити до негативних наслідків у сфері навчання. Умови війни значно поглиблюють тенденцію студентів до відкладання виконання завдань, призводячи до виникнення численних труднощів, зумовлених постійним стресом та невизначеністю. У статті розглядається основний зміст поняття «прокрастинація» як свідомого, добровільного та ірраціонального відкладання задуманих дій, коли людина розуміє важливість завдань, що стоять перед нею, але віддає перевагу виконанню інших справ, при цьому це супроводжується внутрішнім дискомфортом і викликає негативні емоційні переживання. На основі теоретичного аналізу розглянуто такі компоненти прокрастинації, як поведінковий, емоційний, когнітивний, мотиваційний, несвідомий та ціннісний. Розглянуто синдром відкладеного життя (невроз відкладеного життя) та синдром завченої безпорадності через військові події у країні. Проведено емпіричне дослідження на базі ІДГУ. За результатами дослідження виявлено, що більшість досліджуваних студентів має прояви прокрастинації на середньому та низькому рівнях, у них спостерігається відсутність або слабка мотивація та контроль над своїми бажаннями, намірами і діями, вони часто відкладають виконання значущих завдань на майбутнє та виявляють потребу у зовнішній підтримці для збереження інтересу.

Ключові слова: прокрастинація, поведінковий, емоційний, когнітивний, мотиваційний, несвідомий та ціннісний компоненти, синдром відкладеного життя (невроз відкла-

деного життя), синдром завченої безпорадності.

The article is dedicated to exploring the psychological intricacies of procrastination, its structure, and manifestations. Procrastination, defined as the habitual postponement of important tasks with a sense of discomfort, stands as a significant factor that considerably hampers the process of self-development and impedes personal self-realization, as well as the achievement of set goals and plans. This issue is particularly relevant in the context of a student environment, given that the learning process is characterized by conditions that often foster the development of procrastination and may lead to adverse consequences in the realm of education. The conditions of war significantly deepen students' inclination to defer task completion, resulting in numerous challenges stemming from constant stress and uncertainty. The article delves into the essence of the concept of «procrastination» as a conscious, voluntary, and irrational postponement of intended actions, where individuals comprehend the importance of the tasks at hand but prefer engaging in other activities. This preference is accompanied by internal discomfort and triggers negative emotional experiences. Through theoretical analysis, the components of procrastination, including behavioral, emotional, cognitive, motivational, unconscious, and values-related aspects, are examined. This article explores the syndrome of deferred life (procrastination neurosis) and the syndrome of learned helplessness due to military events in the country. The author conducted an empirical study at IDGU. According to the research results, the majority of surveyed students exhibit manifestations of procrastination at moderate and low levels. They show a lack or weak motivation and control over their desires, intentions, and actions, often deferring the completion of significant tasks to the future. Furthermore, there is a recognized need for external support to sustain interest.

Key words: procrastination, behavioral, emotional, cognitive, motivational, unconscious, and values-related components, syndrome of deferred life (procrastination neurosis), syndrome of learned helplessness.

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.26>

Мазоха І.С.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної
та практичної психології
Ізмаїльський державний гуманітарний
університет

У сучасному суспільстві, де відбувається стрімке зростання обсягу інформації та можливостей вибору, спостерігається тенденція людей свідомо відкладати необхідні та важливі справи «на потім». Цей підхід призводить до виникнення труднощів та негативних емоцій, відомих у психології як прокрастинація. Незважаючи на актуальність вивчення прокрастинації, існує відсутність достатньо розроблених теоретико-методологічних засад для її дослідження, чіткого розуміння суті явища та можливих заходів його корекції і превенції. Останні зміни у навчанні та роботі, такі як карантин, перехід до онлайн-формату та воєнний конфлікт, суттєво змінили життя людей і викликали нові завдання адаптації.

Зокрема, виникла потреба у високій мобільності, ефективній самоорганізації та внутрішній мотивації. Проте частіше спостерігаються неорганізованість, негативні емоції, синдром відкладеного життя та прокрастинація. Особливо важливо дослідження проблеми прокрастинації, коли людина систематично відкладає вирішення завдань та виконання обов'язків на невизначений термін. Таким чином, сьогодні на перший план виходить необхідність вивчення цього явища, щоб розкрити його специфічні особливості та розробити ефективні стратегії протидії [4].

Аналіз психологічної літератури свідчить про наростаючу тенденцію прокрастинації серед студентів. У нашому дослідженні, що спрямо-

ване на вивчення психологічних особливостей прокрастинації студентської молоді в умовах воєнного конфлікту, цей феномен набуває особливої актуальності. За висновками Л.В. Філоненко, населення країни переживає тривогу, апатію, паніку та стрес, що є додатковими чинниками, котрі сприяють поширенню прокрастинації. Студенти також не є винятком, адже перехід до дистанційного навчання призводить до збільшення психологічної напруги та надмірного обсягу завдань, які необхідно виконувати самостійно в обмежений час. Багато студентів відкладають виконання робіт на потім, що, врешті-решт, може призвести до стресів та поспішної, але неповноцінної реалізації завдань за обмеження часу. Це має важливий вплив на їхній академічний успіх, якість навчання і, що найважливіше, фізіологічне та психологічне самопочуття [7].

На даний момент існують різні напрями дослідження прокрастинації, які включають у себе вивчення ситуативних причин цього явища (О. Грабчак, Н. Карловська, С.Б. Мохова, А.Н. Неврюев); аналіз індивідуально-особистісних особливостей самих прокрастинаторів (О. Журавльова, К. Лей, Н. Мілграм); розгляд наслідків відкладання справ (В.М. Лугова, Т. Мотрук, Д. Стеценко, Г.В. Тарасевич, Є.В. Татарінова); дослідження взаємозв'язків між прокрастинацією та рівнем мотивації (Л.І. Дементій, К.В. Дубінін, А.А. Шиліна) та інші аспекти. Вітчизняні дослідники також присвятили увагу вивченню цього явища, серед них можна зазначити С. Бабатіну, Є. Базіка, М. Дворник, О. Поліванову та ін. У їхніх дослідженнях проведено аналіз причин прокрастинації, вивчено індивідуально-особистісні особливості прокрастинаторів, розглянуто наслідки відкладання справ, досліджено соціально-культурні та демографічні відмінності прокрастинації.

У низці досліджень велика увага приділяється розгляду компонентів прокрастинації, зокрема: поведінкового, емоційного, когнітивного, мотиваційного та несвідомого. Аналіз теорій та досліджень, проведений Ю.В. Рудоманенком, виокремлює п'ять складників прокрастинації: когнітивний, часовий, ціннісний, поведінковий та емоційний. Зокрема, він підкреслює значення ціннісного компонента, визначаючи його як ключовий у прокрастинації, натомість мотиваційний аспект вважає відсутнім у феномені «прокрастинація», оскільки цей термін передбачає відсутність мотивації для виконання дії. Цінності вважаються сталими мотиваційними утвореннями, проте не завжди виступають джерелом мотивації. Структура цінностей особистості лише сприяє формуванню мотиваційної системи, що визначає наполегливість у досягненні цілей [6]. Т.А. Колтунович

і О.М. Поліщук ідентифікують компоненти прокрастинації як поведінковий, емоційний, когнітивний, що тісно пов'язаний із мотиваційною сферою. Деякі дослідники також указують на наявність несвідомого компонента.

Деякі дослідники переконані, що прокрастинація може бути пов'язана із синдромом відкладеного життя, як звичка жити «потім». Особа сподівається на ідеальний момент у майбутньому, коли вона буде готова розпочати життя відповідно до своїх бажань. Вона терпляче чекає на цей момент, відкладаючи необхідні рішення та дії. Цей феномен особливо розповсюджений під час військових конфліктів, коли люди чекають на перемогу та настання миру, тому вони відкладають важливі вирішення та необхідні завдання. Таким чином, прокрастинацію в умовах військового конфлікту можна розглядати як прояв синдрому відкладеного життя. Також, Д. Євдокимова та В. Качарова прокрастинацію асоціюють із синдромом завченої безпорадності, станом, коли людина уникає учинення дій для поліпшення свого становища, навіть якщо вона має таку можливість, і не намагається уникнути негативних стимулів або отримати позитивні. Таким чином, прокрастинація може бути розглянута як один із проявів цього синдрому, який включає різноманітні компоненти.

На думку вчених, прокрастинація може викликати серйозні наслідки, такі як: стресовий стан, депресія, зменшення активності чи безплідна активність, зниження життєвого тону, втрата мотивації та можливостей самореалізації. Це явище викликає внутрішній конфлікт, почуття провини, сум за втраченими можливостями, внутрішній невпокій, дискомфорт, а іноді й паніку. Унаслідок прокрастинації людина може втрачати орієнтацію у роботі, а якщо вона нарешті приступає до завдань, особливо за обмеженого часу, може виникнути значне нервово-психічне напруження та відчуття тиску, загнаності. Це може впливати на порушення режиму сну, призводячи до нічної працездатності, а також сприяти вживанню великої кількості кави чи енергетичних напоїв для підтримки продуктивності. У результаті виникає замкнуте коло, яке може відзначитися негативним впливом на психічне та фізичне здоров'я, сприяючи розвитку психосоматичних та психовегетативних розладів [5].

У галузі наукових розвідок погляди С. Бабатіної та С. Світенко збігаються з позицією М. Дворник, яка стверджує, що постійне чи періодичне відкладання важливих завдань, систематичне застосування стратегії відкладання на потім слід розглядати як чинники, що ускладнюють досягнення особистих цілей і обмежують продуктивність у різних сферах життя. Хронічна прокрастинація виявляється у відчутті марнотратності власних зусиль,

наростанні невдоволення собою, вираженому гніві, дистресі, почутті провини та зниженні самооцінки [1].

Багато наукових досліджень присвячено аналізу явища прокрастинації як у навчальному середовищі, так і на робочому місці. Установлено, що прокрастинація у студентських групах корелює з підвищеним рівнем стресу, тривоги та депресії і негативно позначається на академічних показниках, супроводжуючись відміною виконання повсякденних обов'язків. Незважаючи на те що прокрастинація є поширеною у всіх вікових групах, вона найбільш актуальна для студентів і молоді [2]. Особливу турботу серед викладачів викликають проблеми, пов'язані з формуванням значущих академічних заборгованостей за різними предметами, несвоєчасним поданням звітів про практичні справи, курсові роботи тощо. Це вимагає прийняття адміністративних заходів для посилення вимог до своєчасного представлення необхідної звітності. Проте такі заходи не завжди є ефективними та можуть призводити до відрахування студентів. Навіть при тому, що головною сферою зайнятості студента є навчання, уважається, що на відміну від академічної прокрастинації йому можуть бути притаманні інші форми відкладання справ, такі як побутова, невротична, компульсивна та прокрастинація у процесі прийняття рішень.

Деякі дослідники стверджують, що відсутність навичок управління часом та нездатність студентів визначати пріоритети в роботі є ключовими чинниками, що викликають академічну прокрастинацію. Іншими словами, вони проявляють несформовані навички тайм-менеджменту, що веде до непослідовності, безсистемності у вчинках та неспроможності концентруватися на вирішенні завдань протягом тривалого періоду. Відсутність вчасного виконання завдань призводить до розриву між суспільним і особистим часом, що спричиняє зниження продуктивності в різних сферах діяльності та загалом у житті [3].

Нашу дослідницьку увагу привернув той факт, що причиною прокрастинації серед студентів у воєнний період може бути синдром відкладеного життя, який визначається як стан очікування сприятливого часу для настання щасливого життя. Цей стан проявляється у фантазуванні про безтурботне майбутнє, постійному очікуванні відповід-

ного моменту та відчутті себе спостерігачем у власному житті. Така динаміка може призводити до накопичення невиконаних навчальних завдань та несвоєчасного виконання завдань, що, своєю чергою, негативно позначається на академічних досягненнях і психологічному стані студентів.

На базі ІДГУ було проведено емпіричне дослідження, мета якого – вивчення особливостей прокрастинації студентів в умовах війни. В експерименті брали участь 30 респондентів віком від 17 до 21 років – студенти Ізмаїльського державного гуманітарного університету.

Із метою вивчення психологічних особливостей прокрастинації у студентів на підготовчому етапі нами було використано бесіду. Під час обговорення причин та наслідків академічної прокрастинації зі студентами виявилось, що вони узагальнюють цей феномен як негативний і дефіцитарний, сприймаючи його як своєрідну «ментальну хворобу», яка тероризує студента і вимагає позбавлення від неї. У нашій спробі висвітлити позитивні аспекти прокрастинації учасники обговорення обмежилися лише зазначенням економії ресурсів, яку, однак, перекреслює негативне емоційне тло, пов'язане зі свідомістю власної прокрастинації. Деякі студенти згадали, що можливість екстремального прояву розумового потенціалу і креативності в умовах дефіциту часу та наближення дедлайну є одним із наслідків цього явища.

Згідно з нашою метою, нами була вибрана та застосована методика «Шкала загальної прокрастинації» К. Лей в адаптації Т. Юдєєвої. Виявлено такі результати у наших реципієнтів: 27% (8 осіб) опитуваних показали високий рівень прокрастинації, 56% (17 осіб) респондентів мають середній рівень прокрастинації та 17% (5 осіб) досліджуваних – низький рівень прокрастинації (табл. 1, рис. 1).

Серед досліджуваних високий рівень прокрастинації показали 27% (8 осіб) опитуваних, які демонструють характерні ознаки цього явища. Такі студенти після отримання завдання виявляють тенденцію чекати на натхнення перед початком роботи і часто приступають до неї ближче до кінця визначеного терміну. Під час прийняття рішень вони вагаються довго, що призводить до нервового напруження. Після того як вони зробили свій

Таблиця 1

Показники рівня прокрастинації студентів за методикою «Шкала загальної прокрастинації» К. Лей, адаптованою Т. Юдєєвою

Рівень прокрастинації особистості	Кількість осіб	Показник у %
високий	8	27
середній	17	56
низький	5	17

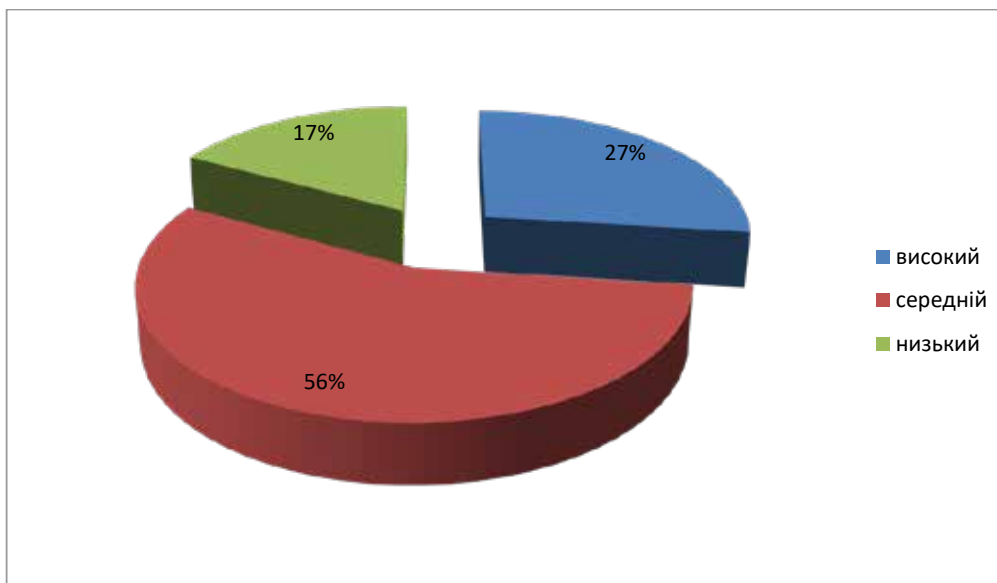


Рис. 1. Рівні прокрастинації студентів за методикою «Шкала загальної прокрастинації» К. Лей, адаптованою Т. Юдєєвою

вибір, виникають довготривалі сумніви щодо його правильності. Перед важливим дзвінком вони теж витрачають час на уважне збирання думок. У багатьох випадках, виконуючи завдання з жорсткими термінами, вони часто відволікаються на інші речі і потім роблять усе в останній момент із утратою якості. Зазвичай їм не вистачає часу для виконання завдань, і не завжди вони можуть конкретно визначити, на що саме його витратили. Ці студенти легко відволікаються зовнішніми подразниками та часто виявляють, що розмірковують про непов'язані із завданням речі, планують свої дії, але не реалізують ці плани. Ці студенти регулярно відкладають початок виконання завдань, указуючи на різноманітні причини, такі як несвоєчасність, відсутність належного настрою, інші важливі обов'язки, відсутність бажання чи фізична втома. У них відсутня навичка ефективного розподілу робочого навантаження, визначення пріоритетних завдань та послідовного виконання за планом. Важливо відзначити, що жоден із респондентів не виявив крайніх значень, що свідчить про те, що дане явище не виходить за рамки норми.

Результати дослідження показників рівня прокрастинації студентів за методикою схематично наведено у вигляді діаграми (рис. 1)

Після отримання завдання студенти із середнім рівнем прокрастинації – 56% (17 осіб) розмірковують, скільки часу залишилося до терміну здачі, збираються з думками і починають працювати. Іноді, коли завдання виявляється особливо непривабливим, особи можуть відволікатися на інші заняття. Здебільшого вони успішно виконують заплановані на день завдання та можуть розбивати великі та

складні на менші, більш прості компоненти, реагуючи на обставини. Час, необхідний для прийняття рішення, залежить від його важливості, і процес може затягуватися. Досягнення успіху в поставлених цілях стає можливим, особливо якщо ці цілі мають велике значення для особистості. Такі студенти виявляють тенденцію відкладати виконання завдань на певний термін, сподіваючись на швидке завершення, і часто це відбувається в останній момент перед дедлайном. Однак їхні можливості часто переоцінюються, що призводить до швидкого, але не завжди якісного виконання завдань та негативно впливає на загальну ефективність роботи. Це може породжувати почуття тривоги, стресу та самокритики.

Аналіз результатів засвідчив, що 17% (5 осіб) досліджуваних мають низький рівень прокрастинації. Такі студенти рідко відкладають певні справи «на потім», витрачають небагато часу на прийняття рішення, розглядають усі можливі варіанти і достатньо швидко вибирають найбільш оптимальний. Після отримання завдання відразу приступають до роботи: відповідають на телефонні дзвінки та електронні листи в найкоротші терміни; перш ніж зайнятися дрібницями, виконують основні справи. Отже, більшість досліджуваних студентів є прокрастинаторами, вони схильні до негативних наслідків відкладання, їм складніше взяти себе в руки і приступити до виконання необхідної роботи.

Отримані дослідження свідчать про конкретні вияви загальної прокрастинації серед респондентів, такі як: недотримання установлених строків у виконанні завдань; тенденція пропускати події у своєму житті через

недостатню підготовку; затримки у вставанні з ліжка, виконанні різних обов'язків, оплаті рахунків, проведенні телефонних дзвінків, придбанні подарунків до свят та у прийнятті рішень загальом; схильність вирішувати завдання в останній момент або відкладати їх на майбутнє; відволікання на другорядні справи; невиконання запланованих обов'язків протягом дня; зволікання з виконанням роботи та інші подібні прояви.

Спостерігається, що студенти, які схильні до прокрастинації, приділяють значну увагу отриманню задоволення чи уникненню неприємних відчуттів у сучасному моменті, не проявляють нахилу до планування своїх дій і сподіваються на можливість імпровізації та вирішення проблем на льоту, не виключаючи використання неправдивих заяв чи порушення правил. Зокрема, вони часто спрямовані на негативне минуле і приймають фаталістичний погляд на сьогодення. Важливо відзначити, що серед студентів у військових умовах спостерігається «синдром відкладеного життя». Усі ці чинники призводять до відкладення вирішення важливих завдань, і студенти вважають, що вони не тільки не можуть ініціювати, а й контролювати події, зокрема пов'язані з навчанням, що відбуваються у сучасному моменті. Цей негативний досвід закріплюється у студентів і може впливати на відкладення моменту початку виконання роботи із семестру в семестр. Студенти з високим рівнем прокрастинації також менше орієнтовані на майбутнє, рідше планують свою діяльність, що проявляється у спрямованості на поточний момент життя, збільшенні негативного ставлення до минулого, сприйнятті

сучасності як неконтрольованої і залежної від інших, а також у недостатньому плануванні свого майбутнього.

Подолання негативних проявів прокрастинації особистості та формування продуктивного ставлення до себе можливе за допомогою реалізації комплексної психокорекційної системи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бабатіна С.І., Світенко С.В. Вивчення особистісних чинників схильності до прокрастинації осіб юнацького віку. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2019. Вип. 1. С. 7–14.
2. Бабатіна С.І. Явище прокрастинації серед студентства. *Психосоціальний вимір буття особистості в сучасному суспільстві* : матер. наук.-прак. конф., м. Львів, 14 квітня 2016 р. Львів : Львівська політехніка, 2016. С. 31–35.
3. Єхалов В., Кравець О., Пилипенко О., Площенко Ю. Девіація феномену прокрастинації у лікарів-інтернів за фахом «анестезіологія» у воєнний час. *Міжнародний науковий журнал освіти та лінгвістики*. 2023. Т. 2. № 2. С. 38–48.
4. Журавльова О. Методологічні засади дослідження феномену прокрастинації. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 48. С. 88–111.
5. Дворник М.С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120 с.
6. Рудоманенко Ю.В. Структура прокрастинації особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 3(19). С. 28–30.
7. Філоненко Л.В. Особливості прокрастинації у викладачів та здобувачів в умовах війни. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка, психологія, медицина»*. 2023. № 11(29).

ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ МЕНЕДЖЕРІВ НА БАЗІ ТРЕТИННОГО СЕКТОРУ ЕКОНОМІКИ

FORMATION OF LEADERSHIP QUALITIES IN MANAGERS BASED ON THE TERTIARY SECTOR OF THE ECONOMY

Акцент даного дослідження сфокусований на сфері послуг як середовищі формування базових навичок, необхідних сучасному менеджеру. На основі вітчизняних та іноземних джерел проаналізовано сферу послуг із погляду навчального середовища, яке допомагає менеджеру розвинути вміння та навички для ефективно роботи на підприємстві. Опрацьовано історичні й сучасні інформаційні джерела, які стосуються психологічного боку *soft skills* менеджерів. За результатами дослідження встановлено, що сфера послуг є сприятливим середовищем для збудування практичних навичок, у тому числі формування психологічної стабільності особистості на посаді адміністративного управлінця. Формування психологічної стабільності менеджера пов'язано з безпосереднім контактом із клієнтами у визначений час. Процес постійного контакту є середовищем для формування психологічних умов розвитку лідерських якостей у фахівців адміністративного менеджменту, включаючи низку важливих професійних компетентностей. У дослідженні показано різницю сфери послуг від інших секторів економіки. Визначено різновиди навичок та обов'язків, які необхідні для роботи менеджера-новачка. Установлено, що найбільш важливими навичками для управлінця є *soft skills*, або м'які навички, особливо той перелік, що стосується особистості менеджера під час контакту з персоналом. Вибрано базові компетентності, а саме: комунікація, вміння працювати в команді, лідерство, впевненість у собі, вміння рішуче діяти в екстремних ситуаціях, критичне мислення, самодисципліна тощо. У висновках констатовано, що сфера послуг є своєрідним середовищем, яке ефективно формує лідерські якості менеджерів через залученість до третинного сектору економіки. Систематизовано інформацію про роль менеджера на підприємстві з управлінського погляду, включаючи наявність необхідних професійних якостей та низку особистісних рис. Визначено ролі, які виконують досвідченіше колеги менеджера у процесі зростання особистості молодших за фахом колег. Представлено складники процесу розвитку лідерських навичок у менеджерів через сферу послуг. Підкреслено, що сфера послуг є сприятли-

вим середовищем для розвитку лідерських навичок управління.

Ключові слова: лідерські якості, сфера послуг, менеджер, особистість, *soft skills*.

The emphasis of this study is on the service sector as an environment for the development of basic skills necessary for a modern manager. Based on both domestic and foreign sources, the service sector was analyzed regarding its role in the educational environment, aiding managers in acquiring skills and abilities essential for effective work in an enterprise. Historical and contemporary sources related to the psychological aspects of managers' 'soft skills' were examined. The research results indicate that the service sector provides a conducive environment for cultivating practical skills, including the establishment of psychological stability for individuals in administrative management positions. The formation of a manager's psychological stability is closely associated with direct client interactions. The continuous contact process serves as an environment for creating psychological conditions that foster the development of leadership qualities among administrative management specialists, encompassing various crucial professional competencies. The study highlights distinctions between the service sector and other sectors of the economy, identifying specific skills and duties essential for novice managers. It emphasizes the significance of 'soft skills,' particularly those linked to a manager's personality during interactions with staff. Fundamental competencies, including communication, teamwork, leadership, self-confidence, decisive decision-making, critical thinking, and self-discipline, were identified. The conclusions affirm that the service sector uniquely shapes the leadership qualities of managers through its involvement in the tertiary sector of the economy. The study systematizes information about the managerial role at the enterprise, considering the necessary professional qualities and personal traits. The roles played by more experienced colleagues in fostering the professional and personal growth of younger colleagues are also defined. It presents the components of the process of developing leadership skills in managers through the service sector, emphasizing its role as a favorable environment for this purpose. **Key words:** leadership qualities, service sector, manager, personality, *soft skills*.

УДК 37.035:316.46

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.27>

Никифоров С.Л.

аспірант відділу психології
Інститут педагогічної освіти
і освіти дорослих імені Івана Язюна
Національної академії педагогічних
наук України

Актуальність теми дослідження. За останнє десятиліття роль третинного сектору економіки, іншими словами, сфери послуг, зростає у світовій економіці. За оцінками Кабінету Міністрів, «послуги, які надаються населенню, займають важливе місце у розвитку України, тому що не лише забезпечують стабільну діяльність домогосподарств, а й створюють 23% ВВП, 33% зайнятості та 17% податкових надходжень» [1]. Сфера послуг є одним із секторів економіки, що охоплює низку видів професій, різноманітність яких зростає разом

із науково-технічним прогресом. Тому необхідність ефективного управління підприємствами, а саме залучення до роботи вмотивованого менеджера, є одним із найважливіших завдань для керівника підприємства. Для ефективного забезпечення діяльності підприємства менеджеру необхідно володіти низкою вмінь та навичок, оскільки третинний сектор економіки є одним із показових прикладів тісної взаємодії людей. Причина полягає у тому, що тренерський сектор націлений на задоволення потреб і вимагає безпосереднього кон-

такту та забезпечення високого рівня обслуговування. Як результат, діяльність менеджера не обмежується лише взаємодією з клієнтом, а й включає контекст з іншими працівниками підприємства, керівництвом тощо. Саме таке середовище необхідне для менеджера, щоб розвинути розуміння, як ефективно працювати з іншими людьми і швидко знаходити порозуміння.

Тому **мета** дослідження полягає у пошуку шляхів формування лідерських якостей менеджерів, ефективним майданчиком для цього є третинний сектор економіки. Для вирішення поставленої мети необхідно виконати такі завдання: охарактеризувати сферу послуг, її особливості та підвиди; дослідити загальне поняття сфери послуг, історичний контекст у світовій економіці; охарактеризувати розвиток сфери послуг в Україні; розкрити діяльність менеджера, його обов'язки та необхідні навички для роботи; провести безпосередній аналіз сфери послуг та навичок, на основі яких формується менеджер як особистість.

Основні результати дослідження. Сфера послуг або третинний сектор економіки – це галузь у тій частині економіки, яка створює не матеріальні об'єкти, а послуги. Фахівці поділяють економічну діяльність на дві широкі категорії: товари та послуги. Галузі, що виробляють товари, – це сільське господарство, гірничо-промисловість, будівництво тощо. ВУ кожній із цих сфер створюється певний матеріальний об'єкт. Сфера ж послуг охоплює усе інше, наприклад банківську справу, зв'язок, торгівлю в роздріб та оптом, усі професійні послуги, медицину, державні послуги, комп'ютерне забезпечення та ін. [2, с. 12–13].

Частка світової економіки, що належить третинному сектору, динамічно зростала протягом ХХ ст. Наприклад, в Америці сфера послуг створювала більше половини валового внутрішнього продукту (ВВП) країни в 1929 р., дві третини в 1978 р. і більше ніж три чверті в 1993 р. [3]. Якщо досліджувати історію цієї сфери, то таке поняття, як «послуги», набуло розвитку нещодавно. Переважно здійснювали торгівлю товарами, які самостійно виробляли, тобто матеріальними об'єктами. Згодом у постіндустріальній економіці почав відбуватися науково-технічний прогрес, і фізична праця стала замінюватися автоматичними механізмами, з'явилася необхідність управління цими самими механізмами, розподілом товарів, підприємством тощо [4].

У ХХІ ст. надзвичайно цінується людський інтелект, і більшість праці є саме інтелектуальною. Існує велике різноманіття професій та спеціальностей, які здебільшого вимагають високого рівня освіти, знань у галузі науки тощо. Сфера послуг розвивається набагато швидше, ніж інші сфери діяльності людини. Для

неї характерні більш високі прибутки порівняно з промисловим та сільськогосподарським секторами економіки. Наприклад, у країнах ЄС сфера послуг робить значно більший внесок в економіку, ніж інші сектори, у валовий внутрішній продукт та зайнятість населення, створюючи приблизно три чверті усієї економічної діяльності [5].

Розвиток сфери послуг в Україні бере свій початок у СРСР. Із 60-х по 90-ті роки економіка України переважно була зорієнтована в протилежний бік від сфери послуг. Керівники СРСР були більше зосереджені на виробництві матеріальних товарів, будівництві, військовій галузі та індустріальному розвитку. Такий хід подій призводив до надмірного уповільнення розвитку суспільства та вирішення основних соціальних проблем. Звісно, не можна стверджувати, що сфера послуг була зовсім відсутня, оскільки радянська влада забезпечувала медичні та освітні послуги, включаючи певні види розваг, спорт тощо. Однак ці сфери не функціонували належним чином [6].

Початок більш активного розвитку сфери послуг в Україні починається після розпаду СРСР, і частка ВВП України постійно збільшувалася у цьому секторі з кожним роком. Цей процес доводить важливість третинного сектору економіки в економічному розвитку держави у цілому. За державною статистикою у 2021 р. частка сфери послуг у ВВП України становила 23% від усього ВВП країни. В Україні значна частина населення, а саме 33%, має зайнятість саме у сфері послуг. Ці статистичні дані, насправді, лише показують, як багато простору для розвитку має український третинний сектор економіки, як у більшості розвинених держав, відсоток ВВП яких створює сфера послуг. І цей відсоток може досягати близько 70% [7].

Однією з найбільш помітних характеристик сфери послуг є сам процес того, як відбувається робота цього сектору економіки. Якщо в інших галузях економіки робочий процес фокусується на створенні певного матеріального продукту, нехай то будівля, сировина чи продукти харчування, то в галузі послуг фокус переходить на задоволення потреби конкретної людини. Сутність сфери обслуговування в тому, що це тривалий процес. Працівник супроводжує клієнта під час вирішення його проблеми і таким чином виконує свою роботу. Іноді такий процес може тривати роками, звичайно, залежно від зайнятості та посади [2, с. 13].

Найважливіше, коли особа звертається до працівника сфери послуг, тоді, зрозуміло, бажає і має певне розуміння відповідної галузі. Окрім тих знань, що необхідні для конкретної професії, особі, яка працює у сфері послуг, також потрібні розуміння процесу взаємодії з клієнтами та вміння задовольнити їхні

потреби. Третинний сектор економіки цим і відрізняється від первинного та вторинного, що потребує безпосереднього контакту людини з людиною. Отже, спираючись на попередньо подану інформацію, можемо побачити, що сфера послуг посідає вагоме місце в економіці України та світу в цілому.

Менеджмент (англ. management – управління) – це управління ресурсами організації (установи, підприємства тощо) з метою досягнення поставлених цілей [8]. По суті, такого роду діяльність вимагає знання цілей підприємства, місії, визначення стратегії та низки інших складників. Важливо, щоб діяльність менеджера не відрізнялася від того, що є основою підприємства, і чітко слідувала визначеній стратегії, використовуючи наявні ресурси. Професія менеджера містить перелік різноманітних складників: управління, психологічна стійкість та орієнтація на лідерські якості. Цікаво, що нині все більше професій поєднують у собі діяльність та функції менеджера. Тобто варіантів того, якою справою займатися у менеджменті, достатньо. Виділимо сім найвідоміших видів менеджерів: із продажу; із реклами; фінансовий менеджер; із персоналу; із маркетингу; із розвитку; PR-менеджер і т. д.

Кожен із вище перелічених менеджерів займається різною сферою діяльності підприємства, слідує його цілям та стратегії тощо. Таким чином, здійснюючи управління всією організацією, сприяє досягненню мети на місяць, рік чи будь-який інший період. Також у сфері менеджменту існують різні рівні менеджерів, тобто є певна ієрархія: вища, нижча та середня ланки. Кожна ланка відповідає певній позиції, яку займає менеджер в організації, та ступеню впливу [9].

Насамперед, основна функція, яку виконує менеджер, – це безпосереднє управління. Менеджером оцінюються певна ціль, обсяг роботи, який покроково необхідно поділити на окремі завдання та передати на виконання працівникам підприємства. Управління складається з окремих відносин між працівниками і відділами у самій організації. Також важливою функцією менеджера є постановка цілей та їх досягнення. Потрібне розуміння сильних та слабких боків певних людей або команд, щоб здійснити свою роботу якомога ефективніше. Необхідно впевнитися, що персонал чітко та точно розумів, яке перед ним стоїть завдання і як можна його виконати. Мотивація працівників або конкретної команди підприємства – це ще один обов'язок будь-якого менеджера. Важливо, щоб робота робилася охоче, не з примусу, і тоді результат буде ефективним, саме для цього керівник має вміти надихати та мотивувати свою команду.

Розглянемо обов'язки менеджера відповідно до кожної ланки. Основні завдання мене-

джера нижчого рівня – це розподіл та контроль виконання завдань працівниками, а також звітування керівництву. Завдання управлінця середньої ланки – це забезпечення зв'язку між менеджерами найвищої та найнижчої ланок, створення певних робітничих планів та слідування за ефективністю використання наявних ресурсів. Топ-менеджер, або найвища ланка, – зазвичай це віце-президент або директор підприємства, який керує усією діяльністю організації. Саме він продумує стратегію, цілі, виносить важливі рішення та управляє усіма процесами, які відбуваються в компанії [9].

Загалом управлінські навички можна поділити на три категорії. Перша – технічні навички, тобто ті, що дають основні знання та розуміння, як виконувати свою роботу. Їх переважно здобувають під час навчання в університеті, на курсах тощо. Друга – це міжособистісні навички. Вони охоплюють соціальні взаємодії менеджера та націлені на те, щоб розкрити весь людський потенціал підприємства. І третя категорія – це концептуальні навички, тобто ті, які допомагають менеджеру мислити нестандартно, креативно, аналізувати та бачити неочевидні виходи із складних ситуацій. Окрім того, важливі такі риси, як стресостійкість, уміння вирішувати проблеми, делегування обов'язків і тайм-менеджмент [10]. Друга та третя категорії формують так звані soft skills. Очевидно, що для кожної окремої сфери менеджменту є також свої особливі нюанси та навички. Але загалом управлінські навички допомагають у будь-якій позиції та поліпшують якість виконання роботи, а для керівництва це життєво необхідно, щоб ефективно та розумно керувати підприємством і досягати поставлених цілей.

Отже, із вище поданої інформації можна зрозуміти, наскільки багато різних граней у професії менеджера і чому ця професія містить різні грані. Також було розглянуто основні види менеджерів та перелік навичок, які необхідні для ефективної роботи управлінця.

Загалом перехід до керівної посади є позитивним кар'єрним досвідом, але багато людей не до кінця усвідомлюють, наскільки сильно можуть відрізнитися їхні попередні посади від управлінської. Зазвичай підвищення людини відбувається за відмінну роботу або досвід як окремого працівника, але не через те, що вона має здібності як менеджер. Тому особа може бути абсолютно не готова до того, що їй потрібно розвивати незнайомі навички на новій посаді.

Останні дослідження показали, що те, як проходить саме цей перехід формування психологічних компетентностей управлінця, часто визначає майбутнє менеджера-новачка. Робітнику необхідно перейти від сприйняття

себе як простого виконавця до сприйняття себе як управлінця. До прикладу, навчитися розподіляти час, розділяючи його вже не лише на себе та свої завдання, а й на працівників, що знаходяться у його розпорядженні. Також установлено, що одну з найважливіших ролей для успішного кар'єрного переходу грає емоційний інтелект. Це здатність людини керувати своїми емоціями, розуміти їх, а також емоції інших людей та користуватися цими знаннями, щоб управляти власною поведінкою під час взаємодії з колегами [11].

Із попереднього пункту бачимо, що формування деяких навичок є клопіткою роботою над собою, яку не можна виконати, просто пройшовши додаткові курси. Це стосується так названих *soft skills*, які є запорукою успішної адаптації на будь-якій посаді. До них також входять, наприклад:

- лідерські навички. Ці навички формуються у менеджера під час роботи з командою, коли особа вчиться замотивувати команду, розумно керувати сильними боками інших людей, відповідно розподілити роботу, щоб досягти найвищого рівня ефективності. Робота в команді та її лідер впливають на атмосферу в робочому колективі, тож важливо мудро направляти, бути поруч та поважати своїх співробітників;

- комунікаційні навички та вміння вирішувати проблеми. Як людина, що постійно працює з людьми, хороший менеджер у сфері послуг має мати потужні соціальні та комунікаційні навички. Вони формуються особливо добре під час роботи зі «складними» клієнтами та їхніми запитамі. Трапляється, що менеджеру доводиться працювати одразу з декількома командами, тому потрібно, щоб усі його розпорядження були озвучені чітко та зрозуміло. Окрім цього, управлінець проводить зустрічі, на яких обговорюються певні питання та здійснюється пошук вирішень різноманітних проблем;

- стратегічне мислення. Це означає постійний нагляд за тим, як змінюються вподобання клієнтів. Пошук нових шляхів персоналізації послуг для клієнта і будівництво планів наперед. Це, мабуть, навичка, яку здобути найскладніше. Таке мислення – це не просто інструмент, це бачення і спосіб життя [13].

Щодо додаткових професійних навичок є певні курси, на які може направити підприємство, що найняло менеджера на роботу. Але таке навчання може тривати досить довгий період: «Установлено, що середня тривалість формування навичок у сфері послуг становить 1 рік і 6 місяців: найдовша вона у сфері обслуговування виробників (22 місяці), далі йдуть розподільчі послуги (19 місяців) та персональні послуги (18,8 місяця)» [12, с. 4].

Не менш важливим є навчання, яке можна отримати від старших та більш досвідчених

менеджерів. Вони завжди можуть поділитися власним досвідом, своєю професійною думкою або ж стати гарним наставником для менеджера-початківця. *Soft skills* – це навички, збудування та формування яких найкраще відбувається саме під час роботи у сфері послуг. Тому що саме у сфері послуг є найкращий досвід комунікації з різними людьми, вирішення проблем, роботи в команді, вироблення впевненості, управління, розвитку креативності і ще дуже багато інших. Отже, у сучасному суспільстві існує значний попит на висококваліфіковані кадри, які б могли ефективно оперувати не лише своїми професійними знаннями, а й розумілися на важливості «м'яких навичок» та емоційному інтелекті. Така комбінація є запорукою успіху. Працюючи у сфері послуг, менеджер має необмежений доступ до подібного навчання та розвитку.

Висновки. Підсумовуючи вищенаведене, можемо відзначити, що постійність процесу та безпосередній контакт із клієнтами створюють особливі умови для стабілізації психіки управлінця. Також діяльність менеджера, а саме перелік специфічних обов'язків та наявність необхідних лідерських навичок, є джерелом для формування сильної особистості. Обов'язки менеджера сприяють розкриттю особливості як лідера, а сформовані управлінські навички є основою для набуття психологічної стійкості у цілому. Загалом сфера послуг є ідеальним середовищем для розвитку та набуття відповідних соціальних, комунікативних, лідерських та інших необхідних навичок для якісного виконання роботи менеджера. Тому стверджуємо, що третинний сектор економіки, а саме сфера послуг, є ідеальним середовищем для становлення особи як менеджера в контексті формування психологічних умов розвитку лідерських якостей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кабмін: Сфера послуг в Україні – це 23% ВВП, 33% зайнятості й 17% податкових платежів. *Finbalance*, 2020. URL: <https://finbalance.com.ua/news/uryad-sfera-posluh---tse-23-vvp-33-zaynyatosti-y-17-podatkovikh-platezhiv> (дата звернення: 20.01.2023).
2. Дерев'яно І.В. Сфера послуг: сутність, структура та чинники формування попиту. *Наукові записки. Серія «Економіка»*. 2013. № 21. С. 12–13.
3. Service Industry. *Encyclopædia Britannica*. URL: <https://www.britannica.com/money/service-industry> (дата звернення: 21.01.2023).
4. Третинний сектор економіки. *Вікіпедія*. URL: https://www.wiki-data.uk-ua.nina.az/%D0%A1%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B0_%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%83%D0%B3.html (дата звернення: 21.01.2023).
5. World trade in services. *Eurostat*. 2022. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=World_trade_in_services (дата звернення: 22.01.2023).

6. Кучеренко С.Ю., Леваєва Л.Ю., Припуга Н.В. Аналіз тенденцій розвитку сфери послуг в економіці України. *Економічний вісник університету*. 2021. № 49. С. 99–100.
7. Юрій Ю.М. Роль та значення сфери послуг в економіці держави. 2010. URL: http://www.rusnauka.com/34_NIEK_2010/Economics/75523.doc.htm.
8. Менеджмент. *Вільний тлумачний словник*. 2015. URL: <http://sum.in.ua/f/menedzhment> (дата звернення: 21.01.2023).
9. Менеджер – це професія вродженого лідера. *Kudapostupat.ua*. 2019. URL: <https://kudapostupat.ua/menedzher-tse-profesiia-vrodzhenoho-lidera/> (дата звернення: 21.01.2023).
10. Management Skills. *Corporate finance institute*. 2023. URL: <https://corporatefinanceinstitute.com/resources/management/management-skills/> (дата звернення: 21.01.2023).
11. Park H.H., Faerman S. Becoming a Manager: Learning the Importance of Emotional and Social Competence in Managerial Transitions. *The American Review of Public Administration*. 2019. Vol. 49. № 1. P. 98–115. URL: <https://doi.org/10.1177/0275074018785448>.
12. Kang S. Skill Management in the Service Industry: Characteristics and Implications. *Monthly Labor Review*. 2011. № 120. P. 4.
13. Що таке hard skills і soft skills: як нас оцінює роботодавець. *Освітній ХАБ міста Києва*. URL: <https://eduhub.in.ua/news/shcho-take-hard-skills-i-soft-skills-yak-nas-ocinyuye-robotodavec> (дата звернення: 21.01.2023).

ВПЛИВ КУЛЬТУРНИХ ЧИННИКІВ НА ВИБІР САМОРЕАЛІЗАЦІЙНИХ СТРАТЕГІЙ У ЖІНОК: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ МІЖ КУЛЬТУРАМИ

THE INFLUENCE OF CULTURAL FACTORS ON THE CHOICE OF SELF-REALISATION STRATEGIES BY WOMEN: A CROSS CULTURE COMPARATIVE ANALYSIS

У роботі досліджено вплив культурних чинників на вибір самореалізаційних стратегій у жінок. Методом порівняльного аналізу виявлено, що вплив може бути досить суттєвим і різноманітним залежно від культури. Дослідження культурних чинників та порівняльний аналіз культур Марокко, Франції та України уможливив виокремлення основних чинників, що впливають на самореалізаційні стратегії у жінок. У результатах дослідження виділено ключові культурні чинники: статеві ролі в культурі, стереотипи і соціальні норми щодо поведінки жінок, культурний контекст та релігійні й культурні цінності; та стратегії самореалізації жінок, серед них: родинна самореалізація, фізична самореалізація, академічна самореалізація та медійна самореалізація. Також порівняльний аналіз уможливив виокремлення обмежень жіночої самореалізації через культурні чинники, а саме: гендерна роль, стереотипи і соціальні норми, культурний контекст, релігійні та культурні цінності. Виявлено, що статеві ролі в культурі мають великий вплив на самореалізаційні стратегії у жінок. Результати аналізу показали, що в марокканській культурі жінкам часто відводиться роль домогосподарки і матері, що обмежує їхні можливості для самореалізації в інших сферах життя. У французькій культурі незалежність і кар'єра часто вважаються важливими для жінок, але традиційні стереотипи про роль жінки в сім'ї все ще існують. Українська культура також має свої особливості, де жінки можуть бути обмежені традиційними ролями, але також можуть бути стимульовані та підтримані в самореалізаційних зусиллях за допомогою сучасного феміністичного руху. Важливість отриманих результатів полягає у тому, що розуміння цих чинників може допомогти розробити програми і політики, спрямовані на забезпечення більшої рівноправності та можливостей для самореалізації жінок у різних культурах. Хоча соціальні та культурні чинники тісно взаємопов'язані, між цими двома групами існує чітка різниця. Не можна ігнорувати вплив соціокультурних чинників, однак їх не слід плутати як взаємозамінні. Соціальні чинники, змінюючи життя індивідів, також приносять структурні зміни в суспільство. З іншого боку, культурні чинники – це не те, що нав'язується індивіду в більшості випадків, а те, що індивід засвоює протягом багатьох років, і вони мають значніший вплив.

Ключові слова: інтеріоризація культури, гендерні стереотипи, соціальна практика, стандартний спосіб мислення, натуралістична ідеологія, рівноправ'я.

The study investigates the influence of cultural factors on the choice of self-realization strategies in women. Through comparative analysis, it was found that the influence can be significant and varied depending on the culture. The study of cultural factors and comparative analysis of cultures in Morocco, France, and Ukraine enabled the identification of key factors influencing self-realization strategies in women. The results highlighted crucial cultural factors such as gender roles in culture, stereotypes and social norms regarding women's behaviour, cultural context, and religious and cultural values, as well as women's self-realization strategies. Among them are family self-realization, physical self-realization, academic self-realization, and media self-realization. The comparative analysis revealed limitations due to cultural factors, namely gender roles, stereotypes and social norms, cultural context, and religious and cultural values. The analysis results showed that in Moroccan culture, women are often assigned the role of housewives and mothers, limiting their opportunities for self-realization in other areas of life. In French culture, independence and career are often seen as important for women, but traditional stereotypes about a woman's role in the family still exist. Ukrainian culture also has its peculiarities, where women may be constrained by traditional roles but can also be stimulated and supported in self-realization efforts through the modern feminist movement. These factors understanding can help develop programs and policies aimed at ensuring greater equality and opportunities for women's self-realization in different cultures. Although social and cultural factors are closely interconnected, there is a clear distinction between these two groups. The influence of sociocultural factors should not be ignored; however, they should not be confused as interchangeable. Social factors, by changing individuals' lives, also bring structural changes to society. Cultural factors are not something imposed on individuals in most cases, but something individuals have internalized over many years, and they have a more significant impact.

Key words: internalisation of culture, gender stereotypes, social practice, standard way of thinking, naturalistic ideology, equality.

УДК 159.922.1:[316.6+316.7]
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.28>

Парасей-Гочер А.О.

к.психол.н.,

доцент кафедри педагогіки та психології
Український гуманітарний інститут

Постановка проблеми. Під соціальними чинниками розуміється сукупність елементів, укорінених у суспільстві. Коли йдеться про соціальні чинники, їх розділяють на підмножини [1, с. 48]. Дійсно, класичне суспільство складається з п'яти основних інститутів. Це сімейні, освітні, політичні, релігійні, економічні

інститути. Тому, посилаючись на соціальні чинники, необхідно брати до уваги всі ці елементи. Соціальні чинники можуть мати значний вплив на особистість і суспільство у цілому. Вони можуть змінювати курс суспільства, життя людей, вони також призводять до структурних змін.

Щодо культурних чинників або елементів, вони сягають своїм корінням у культуру конкретного суспільства. Щоб зрозуміти культурні чинники, важливо розуміти поняття культури. Культура охоплює систему цінностей, установок, переконань, норм, звичаїв і табу суспільства [10]. Ці системи створюються членами суспільства і передавалися з покоління в покоління. У цьому процесі передачі різних систем цінностей вони іноді зазнають модифікацій. Це може бути пов'язано з різними соціальними чинниками.

Отже, культурні чинники – це цінності, норми, переконання, які є у людей. У суспільстві люди, як правило, підкоряються цим чинникам. Це не те, що нав'язується людині в більшості випадків, а те, що людина засвоювала протягом багатьох років. Інтеріоризація культури відбувається в процесі соціалізації. Культурні чинники зазвичай диктують спосіб життя, ролі та обов'язки людини. Узяти, до прикладу, гендерний аспект. На відміну від сьогодення жінка відігравала певну роль у культурному контексті. Її вважали пасивною, слабкою і залежною. Це було культурне ставлення, яке люди мали до жінок. Таке ставлення мало вплив на цінності жінок. Переважно жінка знаходилася вдома і відігравала провідну роль у домашньому господарстві. Жінки мали менше можливостей долучитися до економічного інституту. Однак зі зміною культури ситуація поліпшилася: жінки перейшли від одного традиційного образу до іншого.

Відповідно, соціальні та культурні чинники тісно пов'язані між собою. Досить важко відрізнити, чи був вплив викликаний соціальними або культурними чинниками. Наприклад, зміна ролі жінки, узята в наведеному вище прикладі, також може бути пов'язана із соціальними чинниками. Збільшення можливостей для жінок у самоосвіті та зміна ринкової політики сприяли цим змінам. Однак, незважаючи на те що чинники взаємозалежні, їх не слід плутати як взаємозамінні.

Мета роботи – вивчення впливу культурних чинників на вибір самореалізаційних стратегій у жінок. Дослідження має на меті виявити, як культурні особливості впливають на самореалізацію жінок у культурах Марокко, Франції та України. Результати дослідження можуть бути використані для розроблення програм і політик, спрямованих на забезпечення рівних можливостей для самореалізації жінок у різних культурах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У сучасних суспільствах, як правило, культурні практики сприймаються як вільні від соціальних обмежень та детермінацій. Проте соціологічні дослідження, проведені протягом кількох десятиліть, доводять, що культурні чинники дійсно впливають на автономні практики індивідів

[4, с. 155]. Учені обговорюють питання впливу соціального походження, віку, соціально-професійної приналежності чи статі на можливість самореалізації і досягнення потенціалу [5].

Індивідуальний вибір та самореалізація можуть піддаватися впливу соціальних детермінант, таких як стать [9]. Навіть якщо ці детермінанти є в меншості, вони все одно мають значення і їх не можна ігнорувати, якщо ми хочемо зрозуміти автономні простори, у яких індивіди можуть ефективно виражати себе відповідно до своєї життєвої траєкторії.

К. Лемпен, опираючись на кількісні опитування, виявив виняткові та нетипові практики жінок, які виходять за межі основних тенденцій у країнах Європи. Ці практики, що свідчать про соціально зумовлені чинники, були об'єктивно зареєстровані завдяки кількісним спостереженням, проведеним протягом десятиліть. У цих спостереженнях урахувалися соціальні впливи, зокрема вік, стать, соціальне походження, а також винятки, що функціонували в різних культурних контекстах [8]. Однак складність процесів самореалізації, трансформації та легітимації виявлених стратегій у жінок не може бути повністю досягнута шляхом такого дослідження. Тому принципи, за якими соціальні детермінанти впливають на культурні чинники, а також можливі трансгресії у цьому контексті залишаються предметом подальших досліджень.

Наукові дослідження, що аналізують вплив гендеру, культурних та соціальних чинників на самореалізацію жінок, пропонують глибокі, просвітлені та оригінальні відповіді на поставлені питання. Одним із ключових тезисів є те, що вплив гендеру на культурні чинники та практики, насамперед, базується на різних способах соціалізації. Утім, гендерне положення може бути обґрунтоване та підтримане лише через ідеологію взаємодоповнюваності, яка приймає різницю у статі як природню [6]. Тільки біологічна натуралізація широкого спектру гендеру у поведінці та виправдання збереження гендерних розбіжностей дають змогу жіночій самореалізації бути прийнятною без негативних реакцій. Культурний контекст також впливає на самореалізаційні стратегії у жінок. Наприклад, у марокканській культурі релігійні цінності та традиції можуть обмежувати можливості жінок для самореалізації у певних сферах життя. У французькій культурі релігійність втратила своє значення, і багато жінок зосереджуються на кар'єрі та самореалізації [3, с. 12]. Українська культура, значна частина якої ґрунтується на православ'ї, може мати вплив на самореалізацію жінок через визначення різних ролей для чоловіків і жінок у релігійному контексті.

Поширення статевих ролей не заважає гібридизації, яку здійснюють жінки і чоловіки.

Така гібридизація може призводити до рідкісних порушень, що представляють протилежні засоби соціалізації [3]. Аналіз у рамках гендерного рівноправ'я повинен урахувати інші соціальні детермінанти, такі як вік, соціальний стан, раса або культура, а також культурні чинники. Тільки міждисциплінарний аналіз, заснований на сучасних теоріях, може поглибити розуміння соціального світу, даючи змогу аналізувати, як різні соціальні детермінанти взаємодіють у повсякденному житті.

Виклад основного матеріалу. Порівняльний аналіз, проведений з оперттям на наукові роботи вчених соціологів та психологів із Марокко, Франції та України, підтверджує великий вплив гендерного питання на вибір стратегій самореалізації у жінок на різних етапах життя. Цей вплив підтверджує і збагачує наявні дослідження, які досліджують цей феномен, зокрема у кількісних опитуваннях, що стосуються культурних практик марокканців, французів та українців.

У проведеному опитуванні серед французьких жінок було виявлено, що сімейна соціалізація та мікросоціальні культурні чинники мають велике значення у формуванні гендерних практик самореалізації з раннього дитинства [2]. Сімейна динаміка пояснює значну частку культурної поведінки дівчат-підлітків, а також їхнє ставлення до видів активності, які традиційно вважалися типовими для хлопців.

У подібному дослідженні українська дослідниця М. Качинська підкреслює, що, не будучи механічним і необхідним, вплив родини є первинним у визначенні практик для жіночої самореалізації та рівності [6]. Діти та підлітки орієнтуються на культурні практики всередині сім'ї. Таким чином, хлопчики і дівчатка схильні засвоювати гендерні способи дій, висловлювань і думок.

Марокканські соціологи Г. Доку, Е. Верньє, Р. Данг, Х. Гуанті, М. Скотто гендерні способи дій ще називають «специфічними гендерними диспозиціями» [3]. На думку авторів, поділ між статями автоматично включений у стандартний спосіб мислення, коли ми розмовляємо про щось, що вважається нормою або природним і навіть немінучим. Стать присутня як в об'єктивних чинниках, так і у речах (наприклад, у будинках, де всі елементи сексуалізовані), а також у всьому соціальному світі. Стать також відображається на самореалізаційних стратегіях жінок уже у дорослому віці. Отже, гендер активніше функціонує як система схем сприйняття, мислення та поведінки серед мусульман.

По-перше, спроби жіночої самореалізації витікають із культурної соціалізації. Традиційна роль жінки в Марокко досі сприймається жінками як щось звичне і природне. Стратегії самореалізації та соціалізації, такі як родинні,

фізичні, академічні чи медійні, із погляду статистики непомітні, ймовірно, це пов'язано з культурою та традиціями. Здається, що для марокканців механізми гендерної соціалізації вважаються неіснуючими або використовуються тільки у виняткових випадках, коли сама жінка активізує їх, що досі суперечить сталим традиціям.

Натомість французькі соціопсихологи С. Ельгазі, М. Лебушер, Р. Меню пропонують ідеологію, яка змушує жінок практикувати вираження особистісної риси, суб'єктивної волі, темпераменту або глибокої психологічної орієнтації [4].

Дотичне опитування, проведене Е. Шаннелл-Жюстіс, О. Хромейчук, Т. Марценюк, Я. Жихович, серед кількох десятків двадцятирічних жінок щодо їхніх стратегій самореалізації в контексті гендерної нерівноправності виявило ідеалізацію особистого вибору та надзвичайну валоризацію індивідуального підходу серед жінок, що може забезпечити реалізацію всіх поставлених цілей [1].

Велику цінність особистого вибору підкреслюють і українські науковці. Автори наголошують на потребі анулювання відмінностей у практиках між жінками та чоловіками. Певні практики, які були частиною чоловічої сфери, в умовах війни підпадають під жіночу сферу. На думку авторів, слід припинити відрізняти практики залежно від статі, не піддаватися натуралістичній ідеології, що спостерігається у соціально-культурних просторах України. Слід забути про відмінності між двома гендерами, оскільки вони є рівними [7].

На думку К. Лемпен, відмова від культурних чинників, які формують натуралізацію відмінностей, уможливорює примирення егалітарних ідеалів та диференційованих практик без гендерної ідентифікації механізмів соціалізації, які породжують ці відмінності [8].

Стратегії самореалізації та соціалізації, такі як родинні, фізичні, академічні чи медійні, є важливими аспектами життя жінок. До того ж є додаткові культурні контексти до виявлення більш глобальних тенденцій та різноманітності самореалізаційних стратегій жінок, такі як релігія, етнічність, соціальний статус і географічне положення. Вони мають значний вплив на життя жінок та їхні можливості для самореалізації. Самореалізація включає у себе дослідження власних потреб, цілей і бажань, а також працю над своїми навичками і талантами. Жінки можуть самореалізовуватися через розвиток своєї кар'єри, досягнення освіти, зайнятість у волонтерстві або інших сферах діяльності. Соціалізація також є важливим аспектом жіночого життя, оскільки вона допомагає жінкам інтегруватися у соціальне середовище, формувати власну ідентичність і отримувати підтримку від інших (табл. 1).

Таблиця 1

Стратегії самореалізації жінок

Самореалізація	Стратегія
Сімейна самореалізація	Розвиток ролі матері, дружини і дочки, а також догляд за родинними членами і підтримка родинних зв'язків
Фізична самореалізація	Збереження фізичного здоров'я, зайняття спортом і здоровим способом життя. Досягнення великих спортивних здобутків на рівні з чоловіками
Академічна самореалізація	Навчання і розвиток талантів у різних наукових або академічних галузях. Освіта, наукові дослідження і вибір кар'єрних шляхів, які стимулюють інтелектуальний розвиток
Медійна самореалізація	Активна участь у медійному просторі як засобів масової інформації, таких як телебачення, радіо, Інтернет і соціальні мережі. Використання цих засобів для вираження своїх ідей, спілкування з іншими і поширення власного впливу

Джерело: власна розробка автора

Ці основні стратегії мають велике значення для самореалізації та соціалізації жінок. Кожна жінка може вибирати ті стратегії, які відповідають її потребам і бажанням та допомагають їй досягнути успіху і задоволення в житті.

Жінки і чоловіки від природи мають різні смаки та орієнтації. Сучасність диктує свої умови, і слід підкреслити, що європейські країни засуджують культурний чинник ієрархії гендерних відмінностей, що породжують чоловіче домінування. У цьому контексті Д. Корнельо апелює до того, що «ми різні, але нас не можна карати за це, не можна карати ставленням чи заробітною платою» [2]. Марокканська наукова думка тим не менше, не пропонує конкретних шляхів перетворення гендерної нерівності на гендерно нейтральні відмінності, схоже, теж стурбована увічненням чоловічого домінування, особливо в професійному світі [5].

Отже, вплив культурних чинників на вибір самореалізаційних стратегій у жінок може бути досить суттєвим і різноманітним залежно від культур, у яких вони виростили і живуть. Утім, є загальні культурні чинники, що позитивно впливають на самореалізацію жінок. Широкий доступ до освіти і можливості отримувати високооплачувану роботу дає жінкам можливість розвиватися професійно і досягати високих позицій у суспільстві. Своєю чергою, дає рівноправність і рівні можливості. Тип культури, що підтримує рівність між чоловіками і жінками, сприяє самореалізації жінок, даючи їм змогу вибирати свої шляхи і роль у суспільстві. Коли культура визнає і цінує традиційно жіночі якості, такі як соціальна емпатія і керівництво, це стимулює жінок бути активними та успішними у своїх сферах. Дуже актуальними у цьому контексті є наявність соціальних жіночих груп та організацій, які можуть надати жінкам підтримку, менторство та можливості для розвитку навичок та лідерства.

Порівняльний аналіз між марокканським, французьким та українським сприйняттям

цієї проблеми виокремив основні чинники, що впливають на цей вибір. Виявилось, що один із ключових культурних чинників, який може впливати на вибір самореалізаційних стратегій, – це гендерні ролі в культурі. У мусульманських культурах існують високі очікування стосовно ролей жінок, які зменшують їх можливість зосередитися на самореалізації (табл. 2).

Вивчення впливу культурних чинників на вибір самореалізаційних стратегій у жінок є складним завданням, оскільки культура великою мірою формує уявлення про роль гендерів та очікування від жінок. Існують культури, у яких культурні чинники, які можуть обмежувати самореалізацію жінок, домінують.

Як і було виділено вище, гендерні стереотипи накладають обмеження на жінок у виборі професій, залишаючи їх зв'язаними з традиційно жіночими ролями й обов'язками. Соціальні норми та очікування щодо сім'ї та материнства підводять жінок до балансування між професійними і сімейними обов'язками.

Головними негативними чинниками є відсутність законодавчого захисту та невизнання рівних прав жінок. Незважаючи на негативні чинники, які варіюють у різних культурах і суспільствах, дотепер спостерігаються позитивні тенденції у сприйнятті гендерних ролей та рівноправ'я.

У представленому порівняльному аналізі між різними культурами виокремлено саме ці культурні чинники, що впливають на вибір самореалізаційних стратегій у жінок, оскільки вони тією чи іншою мірою досі присутні в трьох виділених для аналізу країнах. Проте ці тенденції є мінливими для Франції та України, але досі закоренілі для Марокко.

Отже, прокоментуємо табл. 2. Одним із ключових аспектів, виділених під час порівняльного аналізу, який може впливати на вибір самореалізаційних стратегій, названо стереотипи, які існують у культурах щодо ролі жінки. Наприклад, у деяких культурах стереотипи, що

Обмеження жіночої самореалізації через культурні чинники

Культурний чинник	Обмеження
Гендерна роль	У традиційних культурах роль жінки обмежена переважно сім'єю та домом, що може впливати на їхню можливість розвиватися професійно або особистісно
Стереотипи і соціальні норми	Закорінені стереотипи щодо ролі жінки як матері, домогосподарки і доглядачки, можуть обмежувати їхні можливості займатися іншими сферами життя. За таких умов жінки можуть віддалятися від самореалізації і спрямовувати свої зусилля на задоволення вимог громадськості щодо своєї ролі у суспільстві
Культурний контекст	Культури з програмами або структурами для підтримки самореалізації жінок. Або відвертання від самореалізації, особливо якщо вона не відповідає соціальним нормам чи очікуванням
Релігійні і культурні цінності	Культури, що закликають жінок до покори і відданості. Це може привертати їхні амбіції на користь ролі слуги. У таких умовах самореалізація може бути сприйнята як неправильна або неприйнятна

Джерело: власна розробка автора

пов'язані з традиційними ролями жінки в сім'ї і суспільстві, можуть обмежувати жінок у здійсненні самореалізації в позафамільній сфері. З іншого боку, в інших культурах жінки можуть мати більше можливостей для самореалізації за межами сім'ї без суспільного осуду.

Окрім того, цінності, які пріоритетні для даних культур, можуть також впливати на вибір самореалізаційних стратегій у жінок. Наприклад, у деяких культурах більше значення приділяється материнству та ролі виховання дітей, тому жінки можуть більше зосереджуватися на сімейному житті та відкладати свої особисті амбіції. У інших культурах, де цінність покладається на індивідуальні досягнення та кар'єру, жінки можуть бути більш прихильними до праці в професійній сфері та реалізації своїх амбіцій.

Також важливо враховувати релігійні та етнічні впливи у культурах, оскільки вони можуть мати свої власні норми та очікування від жінок. Наприклад, у релігійних культурах, де існують строгі гендерні ролі, жінки можуть більш обмежуватися у своїх можливостях для самореалізації та мати менше можливостей для особистого розвитку.

Окрім цього, економічний статус та рівень розвитку країни також можуть мати вплив на вибір самореалізаційних стратегій у жінок. У країнах із низьким рівнем розвитку жінки можуть бути більш обмеженими у своїх можливостях та більш залежними від чоловіків, що може обмежувати їхню можливість для самореалізації у суспільній чи професійній сфері. У країнах із вищим рівнем розвитку жінки можуть мати більші можливості для особистого розвитку та самореалізації.

Отже, вплив культурних чинників на вибір самореалізаційних стратегій у жінок є складним і залежить від багатьох чинників, таких як стереотипи гендерних ролей, цінності, релі-

гійні та етнічні чинники, а також економічний статус та рівень розвитку країни.

Висновки. Для належного розуміння стратегій самореалізації жінок на індивідуальному рівні важливим є урахування культурних чинників, які впливають на них. Це передбачає аналіз різноманіття соціалізаційних процесів, що відбуваються у різні періоди часу, а також виявлення основних і незначних впливів, які вони мають на відповідні культури. У сучасному складному суспільстві, яке стимулює диверсифікацію досвіду і мобільність, повний аналіз індивідуальних траєкторій самореалізації через культурні практики не може обійтися без інтегруючого аналізу багатогранних соціальних впливів. Незважаючи на проведений аналіз, який продемонстрував важливі культурні детермінанти, є безліч соціальних чинників, які можуть впливати на індивідуальний рівень і визначати певну траєкторію. Серед них можуть бути такі чинники, як вік, соціальне походження, минулий досвід, наявність дітей та ін. Урахування цих чинників допомагає зрозуміти складну сутність соціального впливу та його взаємозв'язок з індивідуальним розвитком.

Представлена робота збагачує, уточнює та поглиблює нечисленні існуючі дослідження про основний вплив культурних чинників на вибір самореалізаційних стратегій у жінок. Гендер виділено як основний впливовий чинник, який впливає на виробництво соціальних практик, зокрема деталізуючи способи, якими цей вплив реалізується в різних культурах.

Перспективою подальших досліджень у даному напрямі є міжконтинентальний порівняльний аналіз між культурами. Це може допомогти виявити певні тенденції на глобальному рівні та врахувати контекстуальні особливості кожної культури й індивідуальні варіації серед жінок.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Channell-Justice E., Khromeychuk O., Martsenyuk T., Zychowicz J. Treats Women's Activism Seriously. *The Ukrainian Quarterly*. 2021. № (2). P. 47–54. URL: https://www.jes-zychowicz.com/_files/ugd/309f33_4aa2363fe9c54a5d80dedb8bfb9e8d32.pdf (date of access: 28.02.2024).
2. Cornelio D.M. Transgresser les limites du patriarcat: les clés de la révolution féministe d'après Chloé Delaume. In *Transgression (s) in Twenty-First-Century Women's Writing in French*. 2020. P. 251–266. URL: https://doi.org/10.1163/9789004442719_017 (date of access: 28.02.2024).
3. Dokou G.A.K., Vernier É., Dang R., Houanti L.H., Scotto M.J. Influence des facteurs culturels sur le développement des potentialités entrepreneuriales: Le cas comparé d'entrepreneurs français, marocains et djiboutiens ayant vécu en France. *Gestion 2000*. 2021. Vol. 38(3). P. 41–71. URL: <https://www.cairn.info/revue-gestion-2000-2021-3-page-41.htm>.
4. Elghazi S., Leboucher M., Menu R. Accueillir dans un centre commercial: Étude d'un dispositif d'urgence de lutte contre les violences faites aux femmes. *Revue des politiques sociales et familiales*. 2023. № 1. P. 155–166. URL: <https://www.cairn.info/revue-des-politiques-sociales-et-familiales-2023-1-page-155.htm> (date of access: 28.02.2024).
5. Hattabi J., Fath R. Analyse Empirique de la Violence Conjugale chez les Femmes Précaires au Maroc Accueillies dans un Centre d'Assistance. *Revue Internationale du Chercheur*. 2023. Vol. 4(3). URL: <https://www.revuechercheur.com/index.php/home/article/view/669> (date of access: 28.02.2024).
6. Kachynska M.O. Gender Equality in Ukraine: National and International Perspectives. 2018. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/items/10fa1770-fe4d-4294-bc7b-bc32cc9af42c> (date of access: 28.02.2024).
7. Koshulko O., Dluhopolskyi O. Exploring women's resistance against occupation and war in Ukraine. *Revista Estudos Feministas*. 2023. № 30. URL: <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2022v30n175862> (date of access: 28.02.2024).
8. Lempen K. Travail, genre et religion: Le port du hijab en Europe. *Recht, Religion und Arbeitswelt*, éd. Stöckli, Andreas/Kühler, Anne/Hafner, Felix/Pärli, Kurt, Zürich. 2020. P. 33–71. URL: <https://archive-ouverte.unige.ch/unige:145410> (date of access: 28.02.2024).
9. Rouchdy M., Qafas A., Jerry M., Rouchdy A. Les facteurs incitatifs du choix de la Mourabaha au Maroc. *Revue Internationale des Sciences de Gestion*. 2021. Vol. 4(4). URL: <https://revue-isg.com/index.php/home/article/view/817> (date of access: 28.02.2024).
10. Tatlıoğlu K., Senchylo-Tatlıoğlu N. A Theoretical Perspective on Psycholinguistics. *Psycholinguistics in a Modern World*. 2020. Vol. 15. P. 241–245. URL: <https://doi.org/10.31470/10.31470/2706-7904-2020-15-241-245> (date of access: 28.02.2024).

РІВЕНЬ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЛИЗЬКОСТІ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

THE LEVEL OF EMOTIONAL MATURITY AS A DETERMINANT OF THE PSYCHOLOGICAL CLOSENESS OF A MARRIED COUPLE DURING THE WAR

У статті визначено, що початок військових дій на території України став справжньою трагедією для українців. Обсяги загиблих зростали з кожним днем, частина українських жінок вимушена була виїхати за кордон, щоб зберегти своє життя та життя своїх дітей. Чоловіки призовного віку залишалися в Україні, а жінки за кордоном повинні були облаштувати своє нове житло та влаштуватися на роботу.

Чимало подружніх пар вимушені були побудувати свої відносини на відстані, що стало досить потужним випробуванням для шлюбу. Саме тому за час війни зареєстровано досить велику кількість розлучень. Можливість збереження шлюбу пов'язувалася з рівнем емоційної зрілості як чоловіка, так і дружини, адже емоційно зріла людина завжди могла критично оцінити ситуацію, здійснити контроль своїх емоцій та прийняти подальше рішення щодо шлюбу з позиції дорослого, а не дитини. Саме тому визначення ролі емоційної зрілості як чинника досягнення психологічної близькості подружньої пари під час війни було необхідністю для застосування різних стратегій збереження шлюбу подружжя, що і визначило актуальність вибраної тематики.

У статті розглянуто сутність поняття, рівні та характеристики емоційної зрілості людини, що дало змогу сформулювати теоретичну базу для розуміння, як рівень емоційної зрілості визначатиме готовність чоловіка чи жінки йти на компроміс, вирішувати наявні проблеми подружжя. Для отримання практичних результатів підтвердження теоретичних основ із вибраної тематики було проведено опитування жінок, які як біженці звернулися до Центру соціальної допомоги Мокотовського району в Польщі за час війни.

Вибір країни у цьому разі визначався наявністю спільних географічних кордонів України та Польщі, що стало передумовою для активізації міграційних потоків між розглянутими країнами, а вибір об'єкта дослідження пов'язувався з тим фактом, що співробітники Центру соціальної допомоги Мокотовського району змогли скоригувати форму підтримки відповідно до індивідуальних потреб, про які повідомляли біженці.

На основі результатів проведеного дослідження було виявлено рівні емоційної зрілості опитаних жінок, причому розуміння ефективності взаємодії жінок і чоловіків сформувало бажання працювати над своїми відносинами, щоб зберегти шлюб. Визначено шляхи підвищення рівня емоційної зрілості для подружніх пар. Підведено підсумки проведеного дослідження та визначено перспективи продовження проведення дослідження з вибраної тематики.

Ключові слова: міграційні потоки, біженці, подружжя, взаємовідносини між чоловіком та жінкою, емоційна зрілість, психологічна близькість, стратегії збереження шлюбу.

The article determines that the beginning of military operations on the territory of Ukraine became a real tragedy for Ukrainians. The death toll increased every day, some Ukrainian women were forced to leave abroad to save their lives and the lives of their children. Men of conscription age remained in Ukraine, while women abroad had to arrange their new home and to get a job.

Many married couples were forced to build their relationship at a distance, which became a rather powerful test for marriage. That's why a large number of divorces were registered during the war. The possibility of preserving the marriage was related to the level of emotional maturity of both the husband and the wife, because an emotionally mature person could always critically assess the situation, exercise control over his emotions and make a further decision regarding marriage from the position of an adult, not a child. That's why determining the role of emotional maturity as a factor in achieving psychological closeness of a married couple during the war was a necessity for the application of various strategies for preserving the marriage of spouses, which determined the relevance of the chosen topic.

The article examines the essence of the concept, levels and characteristics of person's emotional maturity, which made it possible to form a theoretical basis for understanding how the level of emotional maturity will determine the readiness of a man or woman to compromise, to solve the existing problems of the spouses. In order to obtain practical results confirming the theoretical foundations of the chosen topic, a survey was conducted of women who, as refugees, applied to the Social Assistance Center of the Mokotow District in Poland during the war.

The choice of the country in this case was determined by the presence of common geographical borders of Ukraine and Poland, which became a prerequisite for the activation of migration flows between the countries in question, and the choice of the research object was connected with the fact that the employees of the Social Assistance Center of the Mokotow District in Poland were able to adjust the form of support in accordance with individual needs of the refugees.

Based on the results of the conducted research, the levels of emotional maturity of the interviewed women were revealed, and the understanding of the effectiveness of the interaction between women and men formed the desire to work on their relationship in order to save the marriage. Ways to increase the level of emotional maturity for married couples were, also, determined. The results of the conducted research were summarized and the prospects for the continuation of the research on the chosen topic were determined.

Key words: migration flows, refugees, spouses, relationships between husband and wife, emotional maturity, psychological intimacy, strategies for preserving marriage.

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.29>

Письменний С.О.

аспірант кафедри теоретичної та консультативної психології Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Вступ. 24 лютого 2022 р. РФ здійснила повномасштабне вторгнення на територію України. Ситуація швидко загострилася у зв'язку з проведенням масованих обстрілів, які впливали на безпеку населення та доступність державних послуг. Війна серйозно вплинула на доступ людей до найважливіших послуг: води, електроенергії, опалення, особливо на людей, які проживають у районах, де активно ведуться бойові дії.

Непередбачувана ситуація з продовженням ракетних обстрілів багатьох районів України і обмежений доступ до основних послуг стимулювали людей виїжджати з України до інших країн. Вищезазначені події негативно вплинули на психічне здоров'я та психосоціальне благополуччя людей, тобто стали стрес-факторами, здійснюючи вплив на комунікацію людини з родиною, друзями, знайомими тощо. Необхідно підкреслити, що такі зміни знайшли відображення й у взаємовідносинах між чоловіками та жінками, адже відстань могла стати перепорою для збереження шлюбу.

Упродовж останніх двох років було зареєстровано чимало розлучень, причому основною причиною найчастіше була неможливість домовитися, урегулювати проблеми в парі. Вирішення конфліктів між чоловіком та дружиною мало передбачати вміння розуміти та контролювати свої емоції, чути інших людей, критично оцінити ситуацію та прийняти виважені рішення на основі аналізу всіх переваг та недоліків цього рішення, що виступали характеристиками емоційної зрілості людини. Необхідно підкреслити, що в парі могли взаємодіяти як емоційно зріла людина, так і емоційно незріла людина, що зазвичай ставало перепорою до збереження шлюбу. Саме тому необхідно встановити роль рівня емоційної зрілості як детермінанти психологічної близькості подружньої пари під час війни, що і визначає **актуальність вибраної тематики.**

Огляд літератури. У теоретико-емпіричних дослідженнях сучасних зарубіжних науковців розглянуто особливості побудови взаємовідносин подружньої пари. М. Беренгер-Солер [1], Н.Л. Колінз [3], Н. Сабо [8], М.Р. Шайт [11] емпіричним шляхом переконливо довели, що досягнення психологічної близькості подружньої пари визначається співвідношенням рівнів емоційної зрілості у чоловіка та дружини. Незважаючи на активний розгляд вибраної тематики, усе ще не вдалося віднайти найефективніший спосіб досягнення психологічної близькості подружньої пари, у якій взаємодіють чоловік та жінка з різним рівнем емоційної зрілості. Усе вищезазначене і визначає необхідність продовження проведення дослідження з вибраної тематики.

Мета і завдання дослідження. Метою дослідження є визначення рівня емоційної зрі-

лості як детермінанти психологічної близькості подружньої пари під час війни. Для виконання поставленої мети необхідно реалізувати низку **завдань:**

- розглянути сутність поняття та основні характеристики емоційної зрілості людини;
- визначити рівень емоційної зрілості жінок, які як біженці звернулися до Центру соціальної допомоги Мокотовського району в Польщі за час війни;
- запропонувати підходи до підвищення рівнів емоційної зрілості у подружньої пари для збереження шлюбу.

Об'єкт і предмет дослідження. Об'єктом дослідження є взаємовідносини українського подружжя під час війни. Предметом дослідження визначено роль рівня емоційної зрілості як детермінанти психологічної близькості подружньої пари під час війни.

Методи дослідження. Для проведення дослідження застосовано такі методи дослідження, як опитування та порівняльний аналіз. За результатами проведеного опитування жінок, які як біженці звернулися до Центру соціальної допомоги Мокотовського району в Польщі за час війни, визначено рівні емоційної зрілості учасників опитування. Порівняльний аналіз одержаних рівнів емоційної зрілості учасників опитування дав змогу запропонувати підходи до підвищення рівнів емоційної зрілості у подружньої пари для збереження шлюбу.

Виклад основного матеріалу. Емоційна зрілість – наявність самоконтролю, щоб керувати емоціями та працювати, щоб зрозуміти їх. Визнання своїх почуттів і навчання на минулому досвіді означає наявність емоційного інтелекту [3, с. 625]. Формування емоційної зрілості є постійним процесом, що здійснюється на таких рівнях, як фізичний, розумовий, емоційний тощо. До основних характеристик емоційної зрілості належать такі риси:

- гнучкість;
- узяття на себе відповідальності за своє життя;
- прийняття розуміння того, що людина не може знати всього;
- постійний процес навчання та зростання з будь-якої можливості;
- аналіз кількох точок зору людей для формування власної точки зору;
- стійкість;
- доступність соціальної комунікації;
- гарне почуття гумору [9, с. 121].

До внутрішніх чинників становлення емоційної зрілості особистості відносять індивідуальні властивості людини, індивідуально-типологічні особливості особистості, формування адекватної «Я-концепції» та особистісне й професійне самовизначення. До зовнішніх чинників формування високого рівня емоційної зрілості належать рівень соціально-оточуючої

стабільності, швидкість змін у системі соціальних ролей [4, с. 2236].

Проведено опитування серед 2 500 жінок, які як біженці звернулися до Центру соціальної допомоги Мокотовського району в Польщі за час війни, результати якого відображено на рис. 1–3 [5].

Із рис. 1 можна зробити висновок, що жінку нелегко засмутити, коли вона стикається з проблемами (70%), отримує критику з боку інших людей (64%) і їй нелегко засмутити взагалі (60%). 54% жінок мають високий рівень емоційного розвитку, більшість яких уже почуваються комфортно в поточних умовах (60%), ніколи не відчували, що зараз їм не пощастило (67%), не звинувачують інших людей у власних помилках (67%) і ніколи не відчують умов, які переживали під час опитування (60%).

Розглядається також, рівень соціальної адаптації жінок та їхнього оточення. 74% жінок не мають нікого у своєму оточенні, 64% жінок є невибагливими до спілкування з іншими людьми, причому 24% жінок неохоче спілкуються з людьми, з якими у них немає нічого спільного. Інтегровані показники особистості жінок характеризуються приналежністю до показників високого рівня (64%), демонструючи, що жінка ніколи не відчувала песимізму щодо життя, яким вона живе зараз (60%), вона визнає свої помилки (47%), не думає про перспективи розвитку своєї родини (57%), родини чоловіка (47%), а також своїх друзів або сусіда (50%), які не схвалюють зроблений її чоловіком вибір [1, с. 119]. Розподіл результатів дослідження рівня взаємодії подружжя відображено на рис. 2.

Із рис. 2 можна зробити висновок, що високий рівень взаємодії між чоловіком і дружиною забезпечується інтенсивністю проведення заходів, які підтримують спільність із чоловіком, таких як проведення спільного часу (67%), глузування один з одного (60%), віра в чоловіка (64%), уміння враховувати думку один одного (60%). Низький рівень взаємодії з родинами подружжя можна пояснити рідкістю надання допомоги батькам подружжя (30%), братам чи сестрам (34%) та іншим родичам (40%) [11, с. 113]. Розподіл результатів дослідження рівня задоволеності опитаних жінок шлюбом відображено на рис. 3.

Із рис. 3 можна зробити висновок, що рівень задоволеності опитаних жінок шлюбом включає у себе такі показники, як особистісні проблеми, рольова рівність, спілкування, вирішення конфліктів тощо. Рівень задоволеності опитаних жінок шлюбом характеризується показником середнього рівня та становить 40%. Показники частоти спільної діяльності (50%) та статевих взаємовідносин (67%) характеризуються високим рівнем важливості для оцінки якості шлюбу. Ця умова відображається у відповідях жінок про те, що вони можуть разом організувати дозвілля (47%), разом їсти хоча б раз на день (47%), разом виконувати домашні справи (50%), а також відпочивати разом (54%).

Важливість високого рівня задоволеності опитаних жінок статевими взаємовідносинами для оцінки якості шлюбу була підтверджена висловленнями прихильності до відкритого спілкування подружжя (67%). За результатами дослідження було виявлено, що жінки почуваються цілком задоволеними з погляду фінан-

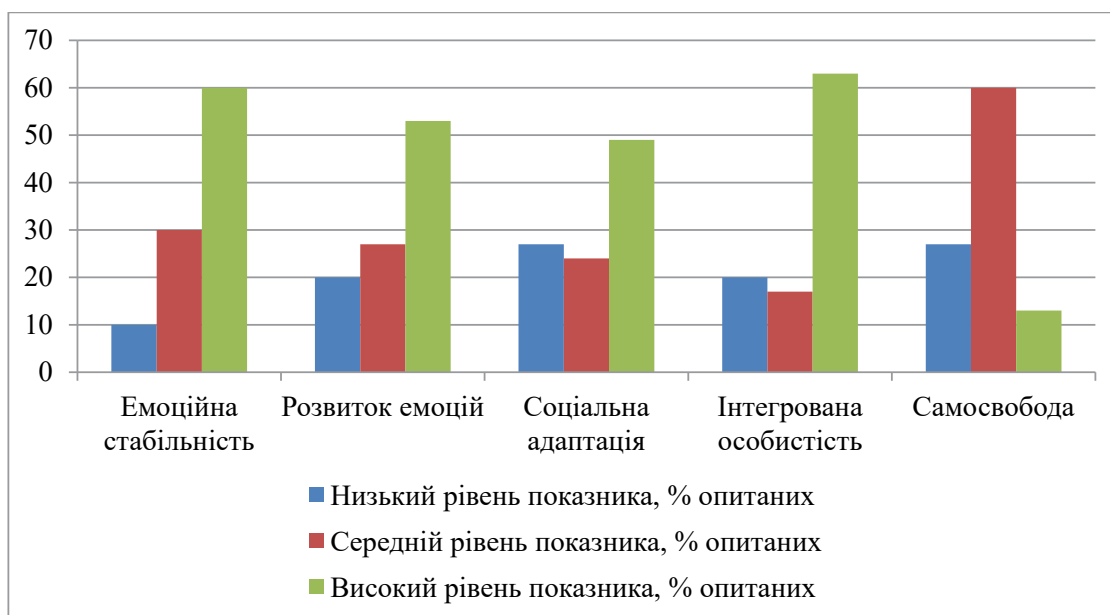


Рис. 1. Розподіл результатів дослідження рівня емоційної зрілості опитаних жінок, % [1, с. 119]

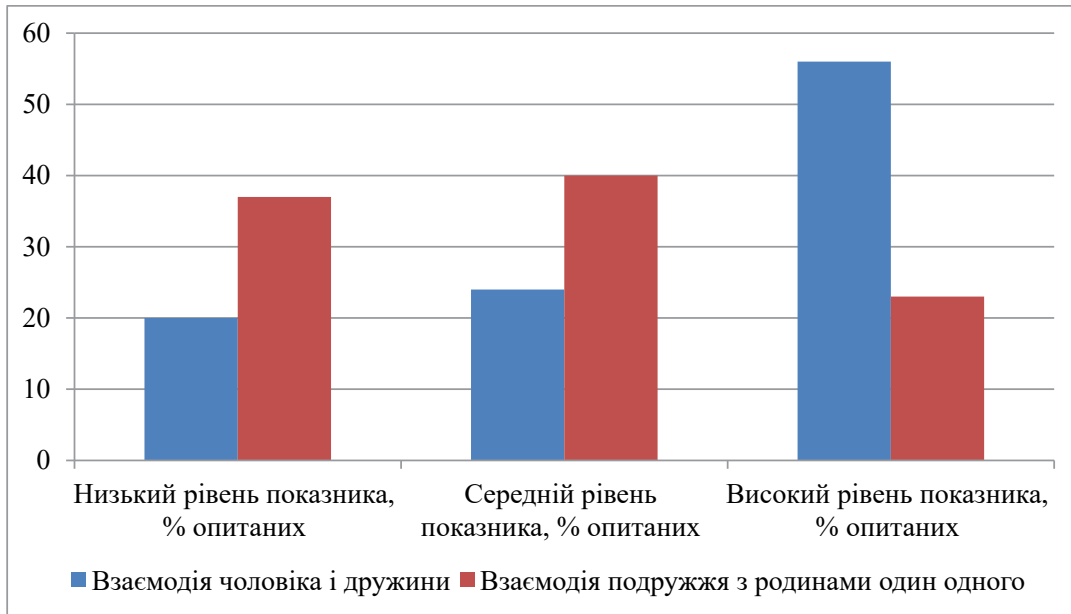


Рис. 2. Розподіл результатів дослідження рівня взаємодії подружжя, % [11, с. 113]

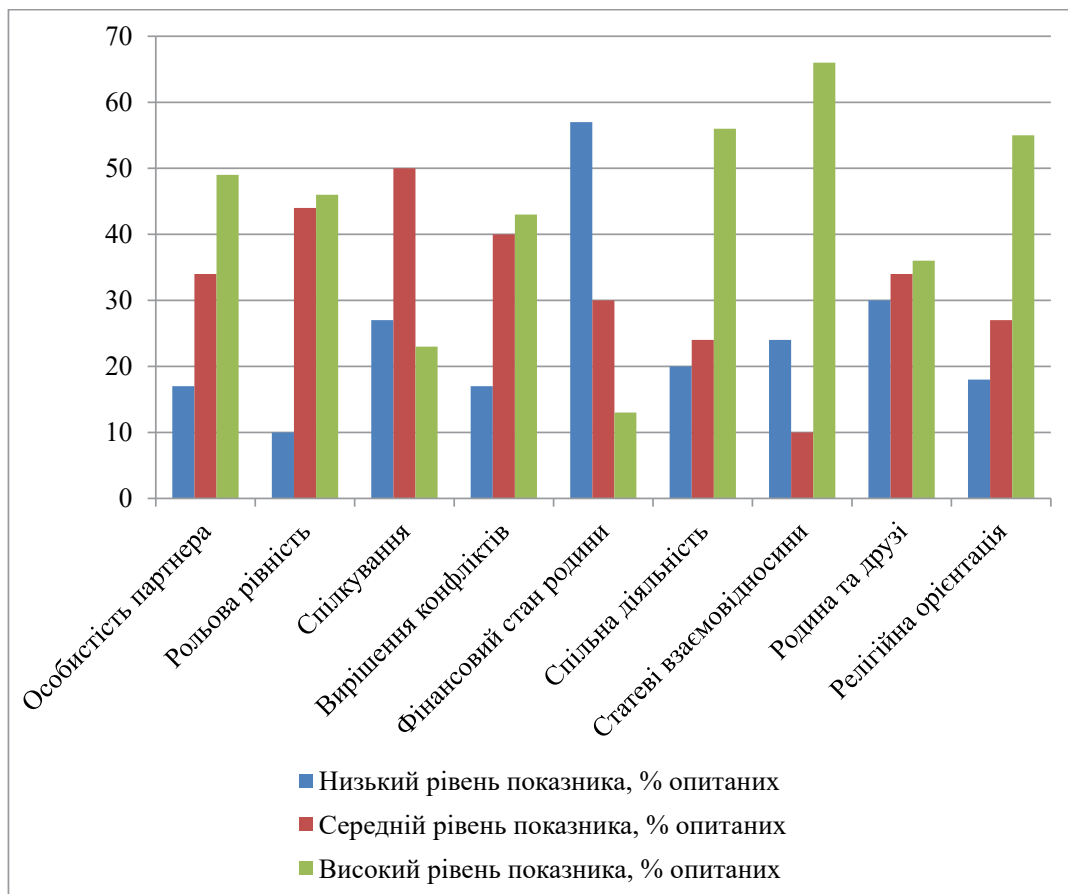


Рис. 3. Розподіл результатів дослідження рівня задоволеності опитаних жінок шлюбом, % [10, с. 310]

сового стану родин (60%) та релігійної орієнтації (57%). Частина жінок була незадоволеною фінансовим станом родини (17%) і тим, як їхні чоловіки здійснюють управління фінансовими

ресурсами (10%). Щодо показника релігійної орієнтації частина жінок була цілком задоволеною здійсненням щоденного богослужіння (20%), святкового богослужіння (27%) та

можливістю брати участь у релігійних заходах у соціумі (34%) [10, с. 310].

Виховання, культурне походження, новий досвід і здатність обміркувати прийняті рішення можуть зіграти важливу роль у розвитку емоційної зрілості людини, причому розвиток емоційної зрілості людини не є лінійним процесом [6, с. 384].

Підвищення емоційної зрілості – процес, який вимагає досягнення високого рівня самосвідомості. Необхідно докласти максимум зусиль, щоб навчитися вдосконалювати свій рівень емоційної зрілості. Над формуванням емоційної зрілості необхідно працювати щодня. Для того щоб підвищити рівень емоційної зрілості, необхідно:

- розвивати мисленнєве зростання у всьому;
- зрозуміти власні емоції;
- визнати власні помилки;
- чітко окреслити для інших людей особисті кордони у спілкуванні тощо.

Для підтвердження важливості вищезазначених навичок необхідно визначити, що емоційна зрілість є життєво важливим аспектом особистісного зростання людини, яка надає їм можливість долати життєві виклики зі стійкістю, емпатією та самосвідомістю [8, с. 39]. Емоційна зрілість людини виходить за межі простого віку чи фізичної статури; йдеться про здатність ефективно керувати своїми емоціями та позитивно взаємодіяти з іншими людьми. Ключовими навичками для управління своїми емоціями є такі стратегії:

- самоуправління;
- самосвідомість;
- соціальна обізнаність;
- управління взаємовідносинами між подружжям [7, с. 12].

Вищезазначені стратегії дають змогу контролювати власну поведінку, власну ідентифікацію себе, зрозуміти свою позицію у соціумі та знайти спільну мову з іншими людьми. Емоційно зріла людина не боїться брати відповідальність за свої вчинки. Визнавати свої помилки та вчитися на своїх помилках є ознакою емоційного зростання. Відповідальність людини веде до особистого розвитку, а визнання своїх помилок дає змогу розвиватися й уникати повторення тих самих помилок.

Натхнення відіграє важливу роль у вихованні емоційної зрілості в людини. Може бути корисним мати приклад для наслідування. Спостереження за тим, як вона вирішує складні ситуації та позитивно взаємодіє з іншими людьми, може стати орієнтиром для виховання емоційної зрілості людини. Хоча дуже важливо навчатися у вибраного прикладу для наслідування, але не слід забувати про свою індивідуальність і використовувати наявний приклад для підвищення свого рівня емоційної зрілості [2, с. 378].

Емоційна зрілість людини передбачає відкритість до різноманітних точок зору та думок. Замість того щоб негайно відстоювати свою точку зору чи відкидати точки зору інших людей, слід активно слухати та розуміти точки зору інших людей. Емоційна зрілість людині дає змогу зупинитися, розмірковувати та свідомо реагувати на події у її житті.

Емоційна зрілість людини спонукає її жити теперішнім. Роздуми про минуле викликають смуток і жаль, тоді як постійне занепокоєння про майбутнє може бути джерелом стресу. Виховання емоційної зрілості – безперервний процес, який дає змогу людині керувати своїми емоціями, брати участь у здорових взаємодіях з іншими людьми.

Висновки. Взаємовідносини в парі – складне середовище, у якому відбуваються різні епізоди та ситуації, які впливають на благополуччя подружньої пари. Саме тому це дослідження дає змогу визначити роль рівня емоційної зрілості подружжя для формування сприйнятого емоційного інтелекту та стратегій позитивного вирішення конфліктів у ситуаціях партнерського конфлікту, пояснюючи емоційне перенапруження та задоволення якістю шлюбу з боку опитаних жінок.

За результатами дослідження 54% жінок характеризуються високим рівнем емоційної зрілості. Більшість опитаних жінок характеризується високим рівнем взаємодії з чоловіком та низьким рівнем взаємодії подружжя з родинами один одного. Для жінок найбільш важливими характеристиками якості шлюбу є особистість партнера, спільне проведення часу, статеві взаємовідносини та фінансовий стан родини.

Одержані результати дослідження формують потребу в запровадженні адекватних стратегій сприйняття емоційного інтелекту та позитивного вирішення конфліктів, підвищивши рівень задоволеності взаємовідносинами між подружжям. Таким чином, необхідно запроваджувати стратегії позитивного вирішення конфліктів у будь-якій сфері взаємодії подружньої пари, щоб досягти психологічної близькості подружжя навіть під час війни, що й визначає необхідність продовження проведення дослідження з вибраної тематики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Беренгер-Солер М., Кастільо-Лопес А.Г., Пінеда Д. Як розірвати коло емоційної повені, або Захисна роль жіночого емоційного інтелекту в конфліктах подружньої пари. *Соціальна психологія*. 2023. № 14. С. 113–121.
2. Вінарді М.А., Прентіс К., Уївен С. Систематичний огляд літератури з питань емоційного інтелекту та управління конфліктами. *Психологія*. 2022. № 32. С. 372–397.
3. Колінз Н.Л., Кане Х.С., Метц М.А., Кхан С., Вінкзевский Л. Психологічні, фізіологічні та поведін-

кові реакції на обраного партнера. *Вікова психологія*. 2014. № 31(5). С. 601–629.

4. Нурані М., Рефахі З. Порівняння критеріїв вибору подружжя та рівнів емоційної зрілості у чоловіків та жінок. *Поведінкові науки*. 2015. № 174. С. 2234–2239.

5. Офіційний вебсайт Центру соціальної допомоги Мокотовського району в Польщі. URL: <https://mokotow.um.warszawa.pl/-/punkty-wydawania-darow-uchodzcom-z-ukrainy> (дата звернення: 21.02.2024).

6. Пенберті Дж.К., Чхабра Д., Дукар Д.М., Авітабіле Н., Лінч М., Ханна С. Вплив програми подолання криз подружнього життя та особливостей набуття комунікаційних навичок на професійне вигорання людини, досягнення якості життя та стабілізації емоційного стану людини. *Психологія*. 2018. № 9. С. 381–387.

7. Рашмі Р., Лок Натх С., Аран Кумар Дж. Взаємозв'язок між емоційною зрілістю та пристосуванням

пар до подружнього життя. *Індійський журнал здоров'я та добробуту*. 2017. № 8. С. 9–15.

8. Сабо Н. Емоційний інтелект і стилі вирішення конфліктів: кількісне дослідження з практичним висновком. *Вісник Університету прикладних наук Метрополіа*. 2020. № 10(4). С. 32–41.

9. Соодабех Б.Н., Парніак А., Хонарманд М.М. Ставлення до любові, емоційна зрілість і рання дезадаптивність як предиктори вибору майбутнього подружжя. *Поведінкові науки*. 2021. № 15(4). С. 109–139.

10. Чой К.Х., Тієнда М. Складнощі вибору партнера для шлюбу: расові, етнічні та гендерні відмінності. *Поведінкові науки*. 2017. № 79(2). С. 301–317.

11. Шаут М.Р., Блек А.Е., Вілсон С.Дж., Ренна М.Е., Медісон А.Д., Кіколт-Глейзер Дж.К. Як змінюються емоційні та фізіологічні прояви подружніх пар під час проведення позитивних, підтримуючих і конфліктних дискусій: роль підтримки та чуйної поведінки. *Вікова психологія*. 2023. № 177. С. 108–125.

ПРОБЛЕМАТИКА СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В ТЕОРІЇ І ПРАКТИЦІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ

PROBLEMS OF SOCIAL COMPETENCE IN THEORY AND PRACTICE OF PSYCHOLOGICAL SCIENCE

Стаття розкриває ключову роль соціальної компетентності в особистісному розвитку та професійній самореалізації виходячи із сучасних умов невизначеності та нестабільності. Проаналізовано різноманітні аспекти розвитку соціальної компетентності, включаючи її атрибути та компоненти, та висвітлено її значення у сучасному соціальному контексті через призму теоретичних праць та емпіричних досліджень.

Стаття пропонує усебічний огляд наукових підходів до соціальної компетентності, включаючи думки та визначення від різних дослідників і теоретиків, які вказують на її складний, багатовимірний та інтегративний характер. Підкреслено необхідність розуміння механізмів розвитку соціальної компетентності та її впливу на ефективну адаптацію і самореалізацію особистості в суспільстві.

Дослідження включає аналіз педагогічних та психологічних стратегій, спрямованих на розвиток соціальної компетентності, вказуючи на значення інтерактивних методів та активної участі у соціальному житті для її формування. Соціальну компетентність визначено як здатність до ефективної взаємодії, що передбачає розуміння та врахування позицій інших, а також уміння досягати спільних цілей через співпрацю та комунікацію.

Робота підкреслює важливість комплексного підходу до вивчення та розвитку соціальної компетентності, який включає як теоретичні, так і практичні аспекти. Значення соціальної компетентності визначається як важливий аспект її соціалізації та інтеграції у суспільство, що має прямий вплив на професійний успіх і взаємодію із соціальним оточенням. Узагальнення досліджень показує, що соціальна компетентність об'єднує у собі низку ключових компетенцій і є фундаментом для розвитку відповідальної, активної особистості, здатної ефективно адаптуватися та взаємодіяти в різноманітних соціальних контекстах.

Ключові слова: соціальна компетентність, особистісний розвиток, професійна самореалізація, соціалізація особистості, емоційна

компетентність, когнітивні процеси, соціальний інтелект.

This work unveils the pivotal role of social competence in personal development and professional self-realization, given the current conditions of uncertainty and instability. The author thoroughly analyzes various aspects of social competence development, including its attributes and components, and highlights its significance in the contemporary social context through the lens of theoretical works and empirical studies.

The article offers a comprehensive review of scientific approaches to social competence, including thoughts and definitions from various researchers and theorists, which point to its complex, multidimensional, and integrative nature. By examining theories and empirical data, emphasizes the necessity of understanding the mechanisms of social competence development and its impact on effective adaptation and self-realization of an individual in society.

The research includes an analysis of pedagogical and psychological strategies aimed at developing social competence, pointing out the importance of interactive methods and active participation in social life for its formation. Social competence defines as the ability to interact effectively, which entails understanding and considering the positions of others, as well as the ability to achieve common goals through cooperation and communication.

The work highlights the importance of a comprehensive approach to studying and developing social competence, which includes both theoretical and practical aspects. The significance of social competence is identified as a crucial aspect of its socialization and integration into society, having a direct impact on professional success and interaction with the social environment. A summary of studies shows that social competence incorporates a range of key competencies and is foundational for the development of a responsible, active personality capable of effectively adapting and interacting in various social contexts.

Key words: social competence, personal development, professional self-realization, personality socialization, emotional competence, cognitive processes, social intelligence.

УДК 159.923.3

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.30>

Пуліч О.А.

аспірант кафедри психології управління
Центрального інституту післядипломної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»

Вступ. Соціальна компетентність являє собою ключовий аспект в особистісному розвитку та професійній самореалізації, відіграючи вирішальну роль у взаємодії індивіда із соціальним оточенням. В умовах сучасного світу, що характеризується невизначеністю та нестабільністю, здатність до адаптації та ефективної соціальної взаємодії стає не просто важливою, а невід'ємною частиною успішної інтеграції особистості в суспільство. Ця стаття покликана дослідити та систематизувати підходи до визначення соціальної компетентності, виокремити основні атрибути та

компоненти, що впливають на її формування, і розкрити потенціал соціальної компетентності як інструменту ефективної адаптації та самореалізації особистості. Основу дослідження становлять теоретичні праці та емпіричні дослідження, що дають змогу глибше зрозуміти механізми розвитку соціальної компетентності та її значення у сучасному соціальному контексті.

Матеріали та методи. Для досягнення мети статті використано різноманітні методи наукового пізнання: аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення.

Результати дослідження. Соціальна компетентність та її розвиток являють собою складні, багатовимірні процеси, які не підпадають під уніфіковане трактування через їх феноменологічну розмаїтість. У дослідженні було проаналізовано наукові праці, що висвітлюють різноманітні аспекти природних умов, необхідних для розвитку соціальної компетентності. Зокрема, О. Варецька визначає соціальну компетентність як здатність особистості до високого рівня соціальної ініціативності, ефективного застосування соціальних знань, умінь та навичок, набутих у процесі діяльності, поведінки та взаємодії з іншими [1].

Водночас у науковій літературі знаходимо концепцію, що містить сім ключових атрибутів соціально компетентної особистості. Ці атрибути охоплюють широкий спектр здібностей – від умінь приймати рішення і розуміти власні емоції до навичок урахування бажань і потреб інших, аналізу соціальних структур та адаптації поведінки з урахуванням зовнішніх обставин і вимог. Особливо підкреслюються необхідність відкидання власної невпевненості, ефективного досягнення мети, правильне розуміння інших та усвідомлення соціальних обмежень і особистих вимог, а також здатність до самоаналізу та розуміння, що соціальна компетентність вимагає поваги до прав і обов'язків інших, виключаючи агресивність.

Окреслена концепція хоча й висвітлює багатоаспектність соціальної компетентності, не охоплює її феномен повною мірою. Це свідчить про складність і множинність підходів до визначення та розуміння соціальної компетентності в науковому дискурсі.

У контексті академічного дискурсу спостерігається значна різноманітність інтерпретацій поняття «соціальна компетентність», що відображає широкий спектр наукових поглядів залежно від специфіки галузі знань. Н. Глебова у своїх дослідженнях підкреслює, що індивідуальне усвідомлення соціальної компетентності є результатом глибоких особистісних рефлексій; вона репрезентує собою комплексну характеристику, що відображає якість взаємин між індивідом та суспільством, включаючи соціальні мотивації, навички, необхідні для ефективної взаємодії із соціальним оточенням. Автор визначає соціальну компетентність як здобуту здатність особистості адаптуватися до змінних соціальних умов та взаємодіяти із соціальним середовищем у гнучкий і результативний спосіб, наголошуючи на важливості осмислення соціальних ролей та їх ефективного виконання [2].

Тоді як Д. Губарева, досліджуючи поняття соціальної компетентності, виокремлює його багатогранність, акцентуючи на тому, що воно охоплює різні аспекти життєдіяльності особистості: соціальну, освітню, професійну та

становить фундамент для успішної взаємодії особистості з іншими індивідами. Визначення соціальної компетентності, запропоноване вченими, передбачає її сприйняття як «складної, інтегративної характеристики особистості, яка об'єднує певні якості, здібності, соціальні знання і вміння, емоційні переживання, ціннісні орієнтації, переконання, що сприяють активній взаємодії із суспільством, ефективному налагодженню контактів із різними соціальними групами та особами, участі у соціально значущих проектах, продуктивному виконанню різноманітних соціальних ролей» [3].

В. Шахрай розглядає соціальну компетентність як цілісне інтегративне утворення, що включає у себе соціальні знання, вміння та досвід, необхідні для ефективної взаємодії особистості із суспільством. Це передбачає засвоєння основних соціальних ролей та забезпечує самореалізацію індивіда в соціальному контексті, віддзеркалюючи рівень його соціалізації [6].

Таким чином, аналіз наукових підходів до визначення соціальної компетентності демонструє її комплексний та інтегративний характер, що включає широкий діапазон якостей, знань, умінь та ціннісних орієнтацій, необхідних для адаптації та продуктивної взаємодії особистості у соціальному середовищі.

Аналіз різних підходів до розуміння соціальної компетентності в науковому співтоваристві виявляє її багатогранність та значимість у контексті соціалізації та професійного розвитку. Н. Глебова визначає соціальну компетентність як ефективний процес соціальної взаємодії, який включає відповідність індивідуальних характеристик особистості соціальним вимогам, а також підкреслює важливість розвитку цієї компетентності як ключового аспекту у професійній освіті. Це підтверджується широким визнанням соціальної компетентності у наукових дослідженнях як фундаментальної для соціалізації та суспільного прогресу в цілому [2].

О. Субіна деталізує соціальну компетентність, розглядаючи її в широкому та вузькому розумінні. У широкому контексті соціальна компетентність сприймається як здатність особистості реалізовувати соціальні функції відповідно до соціальних норм, тоді як у вузькому розумінні вона визначається як вміння ефективно взаємодіяти з іншими для розв'язання професійних та особистих питань [5, с. 73–74]. Д. Губарева вбачає у соціальній компетентності основу для розвитку «м'яких навичок», які, своєю чергою, є ключовими для здобуття професійних навичок, підкреслюючи роль гнучкості свідомості у формуванні особистості [3].

Зарубіжні дослідження також розкривають різні аспекти соціальної компетентно-

сті. Г. Гедвіл'є визначає її як поведінку, яка в різних соціальних ситуаціях може призводити до позитивної або негативної взаємодії між особистістю та соціумом, уважаючи соціальну компетентність мистецтвом самовираження, якому треба навчатися протягом життя [7, с. 26]. За Г. Ледд, соціальна компетентність розглядається як уміння вирішувати конкретні соціальні завдання [10, с. 4].

Узагальнення різноманітних підходів підкреслює значення соціальної компетентності як багатовимірного явища, що охоплює здатність особистості ефективно взаємодіяти у соціальному середовищі, адаптуватися до соціальних вимог та реалізовувати соціальні ролі. Це вказує на необхідність комплексного підходу до вивчення та розвитку соціальної компетентності як у національному, так і в міжнародному науковому контексті.

Розгляд соціальної компетентності через призму наукових досліджень виявляє її фундаментальну роль у розвитку особистості та її взаємодії із соціальним оточенням. Вивчення цього явища підкреслює його засвоєння з раннього віку, що має значний вплив на подальше соціальне життя та професійний розвиток індивіда.

Ю. Кеннінг та М. Горенбург у своїх роботах аналізують соціальну компетентність як явище, яке відноситься до сфери міжособистісних відносин, визначаючи її як утілення набору знань, умінь та навичок, котрі сприяють адаптації соціальної поведінки [9, с. 143]. Ця здатність, як вони наголошують, підлягає розвитку та трансформується з досвідом, що підкреслює її динамічну природу.

К. Монахан розглядає соціальну компетентність як наявність позитивної соціальної поведінки та навичок, які полегшують міжособистісні відносини та пов'язані з ознаками соціальної адаптації [12, с. 12]. Це розширене визначення дає змогу досліджувати соціальну компетентність протягом усього життєвого циклу особистості – від дитинства до дорослості, спостерігаючи за ключовими змінами у соціальних навичках та міжособистісній взаємодії.

Соціальну компетентність також можна розглядати через активність індивіда у соціумі, як результат соціально орієнтованої поведінки, яка відбувається у контексті соціальних взаємовідносин та комунікацій. Комунікація як форма діалогу є важливим елементом цієї взаємодії, оскільки вона дає змогу особистості розвивати інтелектуально-емоційний досвід [11].

Емоційна компетентність є здатністю діяти згідно із внутрішнім станом власних емоцій і намірів, що є ключовим для розуміння та управління міжособистісними відносинами. Емоційна та соціальна компетентності тісно пов'язані, оскільки емоційна взаємодія сприяє

покращенню якості міжособистісних контактів, даючи індивіду змогу глибше розуміти власні почуття та бажання.

Таким чином, соціальна та емоційна компетентності є взаємопов'язаними компонентами, що відіграють вирішальну роль у формуванні особистості, її соціальній адаптації та успішній взаємодії з навколишнім середовищем.

Когнітивні процеси та структура особистості відіграють ключову роль у розумінні та адаптації індивіда до соціального середовища. Ці аспекти дають змогу особистості інтерпретувати соціальні події, планувати поведінку в повсякденному житті, а також використовувати особистісний досвід і спогади для прийняття рішень [13]. Соціальний інтелект розглядається як комплекс особистісних якостей, здібностей, соціальних знань і вмінь, а також суб'єктивної готовності до самовизначення, що забезпечують інтеграцію особистості в суспільство через продуктивне виконання соціальних ролей [8]. Важливим є усвідомлення себе як активного учасника спільноти, що здійснюється через взаємодію соціальних знань, здібностей та їх практичне застосування [13].

О. Вапечька вносить у дискусію поняття балансу між навичками, якими особистість володіє, та віковими завданнями, що постають перед нею у повсякденному житті, тим самим визначаючи соціальну компетентність як здатність до соціальної взаємодії та функціональної освіти [1]. Це відображає думку про те, що соціальна компетентність є динамічною та розвивається відповідно до змін у життєвих обставинах індивіда.

Таким чином, розуміння соціальної компетентності включає у себе не тільки набір навичок та знань, а й когнітивні процеси, які дають змогу індивіду адаптуватися, взаємодіяти та виконувати соціальні ролі в різноманітних контекстах. Це підкреслює важливість інтегративного підходу до вивчення соціальної компетентності, що враховує як зовнішні, так і внутрішні аспекти особистісного розвитку.

У сучасному науковому дискурсі концепція соціальної здатності набуває нових вимірів, ураховуючи її складність та багатогранність. Пропоноване визначення соціальної здатності як невід'ємної риси соціальних якостей, що дає змогу індивіду активно діяти в суспільстві та має глибокий суб'єктивний досвід, відкриває нові перспективи для розуміння соціальної взаємодії.

Соціальні якості, які особистість виявляє у процесі взаємодії, розглядаються як важливі характеристики соціальних здібностей. Ці якості безпосередньо пов'язані з рівнем сформованої соціальної здатності, що, своєю чергою, залежить від ступеня розвитку суб'єктивного

досвіду особистості. Суб'єктивний досвід, що формується через активне практичне пізнання законів об'єктивного світу та соціальної практики, виступає як фундамент для розвитку соціальних здібностей.

Соціальна здатність як один з основних чинників, що забезпечують стабільну життєдіяльність особистості, має вирішальне значення для успішної самореалізації у різних сферах діяльності. Конфлікт із соціальним середовищем, особливо актуальний у підлітковому віці, вимагає цілеспрямованої роботи з розвитку соціальних здібностей, що дає змогу знаходити баланс між прагненням до нового та відстороненням від невідомого.

Таким чином, розвиток соціальної здатності є не тільки завданням формування відповідних навичок та компетенцій, а й важливою частиною розвитку особистості та інтелекту. Спрямовуючи увагу, думки та знання на організацію життєвого простору, людина вчиться пізнавати та розвивати свої розумові здібності в контексті взаємодії з іншими [14, с. 9]. У цьому контексті соціальна здатність виступає як інтегративна характеристика, що об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти в єдиний механізм адаптації та взаємодії особистості у соціальному середовищі.

Концепція компетентності людини розкривається через інтеграцію знань, умінь, досвіду та навичок, необхідних для вирішення специфічних завдань, особливо у професійній сфері. Компетентність, як впливає з аналізу, є багатовимірним конструктом, що включає у себе не лише професійні аспекти, а й здатність впливати на суспільство у цілому, підкреслюючи соціальну відповідальність особистості.

За Д. Рейвенном, здібності особистості повинні об'єднувати професійні елементи зі здатністю впливати на суспільство, указуючи на важливість гармонійної поведінки, яка базується на усвідомленні своєї ролі в організації та суспільстві. Таке розуміння вимагає від особистості не лише адекватного сприйняття власної ролі, а й здатності до суб'єктивно значущих дій, що передбачає активну участь у соціальних процесах та розуміння механізмів управління соціальними організаціями [4].

Ця комплексна структура компетентності наголошує на необхідності глибокої особистої зацікавленості у відповідній діяльності для формування та розвитку компетентностей. Важливою є також здатність батьків вирішувати складні життєві ситуації та передавати аналогічні якості своїм дітям, що підкреслює роль сім'ї у формуванні соціальних та професійних компетентностей.

Таким чином, компетентність охоплює широкий спектр знань і навичок, що забезпечують не лише професійний успіх, а й сприяють відповідальній участі в суспільному житті. Вона

є ключовим чинником для реалізації особистості в різноманітних сферах діяльності, включаючи здатність вирішувати соціальні проблеми та ефективно взаємодіяти в суспільстві. Розвиток компетентностей, таким чином, вимагає цілеспрямованого навчання, саморозвитку, а також усвідомлення своєї ролі у соціальному контексті, що сприяє формуванню відповідальної та активної особистості.

Розвиток соціальної компетентності є ключовим аспектом соціалізації особистості, який вимагає комплексного та системного підходу. Важливим є накопичення досвіду активної взаємодії у різноманітних соціальних контекстах, що сприяє формуванню соціальних навичок та знань. Серед завдань, які спрямовані на розвиток соціальної компетентності в освітньому процесі, можна виділити: забезпечення позитивної атмосфери в освітньому процесі; спрямування студентів до опанування цінностей професійної взаємодії; опору на діалогічні методи підготовки тощо.

Структура соціальної компетентності охоплює єдність соціальних навичок і знань, що дає змогу особистості ефективно взаємодіяти в різних сферах діяльності, адаптуватися до суспільства та досягати успіху у професійній сфері. Здібність до соціальної взаємодії визначається готовністю індивіда до володіння методами та засобами діяльності, що забезпечують досягнення поставлених соціальних та професійних цілей.

Виховні навички, отримані в процесі навчання, є фундаментальною базою для формування соціальної компетентності. Вони поєднуються з професійно важливими якостями особистості, що разом визначають здатність індивіда до адаптації та успішної взаємодії у суспільстві.

Зарубіжні дослідження підтверджують, що соціальна компетентність включає володіння різними способами поведінки, що дає змогу підтримувати сприятливе співвідношення між позитивними і негативними наслідками у соціальній взаємодії. Це вимагає від особистості не лише набуття певних знань і навичок, а й розвитку емоційної регуляції, критичного мислення та здатності до саморефлексії.

Дослідження соціальної компетентності в науковому світі відображає її складність та багатогранність виходячи з різних підходів та моделей, запропонованих провідними дослідниками. Це поняття охоплює широкий спектр здібностей, які необхідні для ефективної взаємодії особистості у соціальному середовищі.

Таким чином, соціальна компетентність виявляється складним інтегрованим набором знань, умінь, навичок та емоційно-когнітивних диспозицій, що забезпечують ефективну взаємодію особистості у суспільстві, сприяючи її соціальній адаптації та успішній самореалізації.

Дослідження у галузі соціальної компетентності виявляють, що визначення соціально компетентної поведінки може істотно варіювати залежно від конкретного контексту та обставин. Синтезуючи наукові праці, присвячені аналізу соціальної компетентності, можна зазначити, що незалежно від розмаїтості інтерпретацій існує консенсус серед дослідників стосовно того, що соціальна компетентність є здобутою вмінням, котру можливо формувати та розвивати на протязі всього життєвого шляху – від раннього дитинства до моменту отримання професійних навичок. Окрім того, наукова спільнота підкреслює значення високого рівня соціальної компетентності для визначення соціального статусу особистості, що має прямий вплив на її професійний успіх або неуспіх.

Висновки. Опираючись на аналіз концепції «соціальної компетентності» в наукових роботах як українських, так і міжнародних дослідників, можна визначити соціальну компетентність як здібність особистості до ефективної соціальної взаємодії, яка передбачає урахування позицій інших учасників комунікації. Ця здібність орієнтована на досягнення спільних цілей через співпрацю, командну роботу, використання комунікативних навичок, прийняття обдуманих рішень, розуміння власних потреб і цілей, а також на визначення своїх ролей у суспільстві. Сформованість соціальної компетентності є ключовим чинником, що впливає на ефективність діяльності як індивіда, так і соціального колективу в цілому. Високий рівень соціальної компетентності не лише сприяє професійному самовираженню особистості, а й дає їй змогу впливати на динаміку суспільних процесів, що підкреслює її значення для стабільності суспільства. Важливо зазначити, що соціальна компетентність інтегрує у собі низку інших ключових компетенцій: духовну, громадянську, комунікативну, мовну, побутову. Тісний зв'язок між соціальною та професійною компетентностями підкреслює неможливість досягнення високого рівня професійних навичок без ефективної взаємодії із соціальним середовищем.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Варецька О.В. Розвиток соціальної компетентності вчителя початкової школи у системі післядипломної педагогічної освіти : монографія. Запоріжжя : Кругозір, 2015. 532 с.

2. Глебова Н.І. Специфіка соціальної компетентності фахівців водного транспорту в умовах сучасного ринку праці : дис. ... д-ра соц. наук : 22.00.04. Запоріжжя, 2019. 473 с.

3. Губарева Д.В. Соціальна компетентність в умовах сучасної початкової школи України. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2020. С. 27–34.

4. Словник іншомовних слів / уклад. С.М. Морозов, Л.М. Шкарапута. Київ : Наукова думка, 2000. 680 с.

5. Субіна О.О. Формування соціальної компетентності майбутніх викладачів гуманітарних спеціальностей в умовах магістратури : дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2015. 248 с.

6. Шахрай В.М. Теоретико-методичні засади формування соціальної компетентності учнів основної і старшої школи засобами театрального мистецтва : дис. ... д-ра пед. наук. Київ, 2016. 534 с.

7. Gedviliene G. Social Competence of Teachers and Students: The Case Study of Belgium and Lithuania. Kaunas: Vytautas Magnus University. Kaunas, 2012. 106 p.

8. Han H.S., Kemple K.M. Components of social competence and strategies of support: considering what to teach and how. *Early Childhood Education Journal*. 2006. Vol. 34. № 3. P. 241–246.

9. Kanning U.P., Horenburg M. Social competence – an overview of contemporary research and practice. *Вісник Одеського національного університету. Психологія*. 2014. Т. 19. Вип. 2. С. 141–153.

10. Ladd G.W. Social competence: an important educational objective? *Asia-Pacific Journal of Research in Early Childhood Education*. 2007. Vol. 1. № 1. P. 3–37.

11. Ma H.K. Social competence as a positive youth development construct: a conceptual review. *The Scientific World Journal*. 2012. Vol. 2012. Article ID 287472. 7 p.

12. Monahan K. The development of social competence from early childhood through middle adolescence: Stability and accentuation of individual differences over time. A dissertation of the requirements for the Degree Doctor of Philosophy. Temple University, 2008. 138 p.

13. Monnier M., Tschöpe T., Srbeny C. et al. Occupation-specific social competences in vocational education and training (VET): the example of a technology-based assessment. *Empirical Res Voc Ed Train*, 10 (2016). URL: <https://doi.org/10.1186/s40461-016-0036-x>

14. Recommendation of the European Parliament and of the Council of 18 December 2006 on key competences for lifelong learning. *Official Journal of the European Union*. 2006. L 394/10. 9 p.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ РІЗНИМ СТАВЛЕННЯМ ДО МАЙБУТНЬОГО

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF COMBATANTS WITH DIFFERENT ATTITUDES TOWARDS THE FUTURE

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження особливостей психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього.

У результаті теоретичного аналізу виявлено, що найефективнішими способами збереження психологічного благополуччя учасників бойових дій є підтримка від сім'ї, підлеглих, товаришів, підвищення професійної кваліфікації, пошук опори в собі, усвідомлення власних можливостей до подолання наслідків війни, оптимістичне ставлення до майбутнього.

Дані емпіричного дослідження засвідчили, що у групі досліджуваних військовослужбовців – учасників бойових дій переважає середній рівень психологічного благополуччя. При цьому більшість досліджуваних учасників бойових дій досить вмотивовані до постановки завдань у різних життєвих сферах, уміють структурувати своє життя, оцінюють власні можливості об'єктивно, оптимістично дивляться у майбутнє, досить активні у повсякденній діяльності, а також стійкі у постановці життєвих завдань. Водночас достатньо великою є кількість військовослужбовців, які низькомотивовані, не вміють структурувати час власного життя, не намагаються будувати серйозні плани та не можуть ставити життєві завдання, ураховуючи цілісність процесу життя.

Порівняння особливостей психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього засвідчило, що чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше їм притаманні чіткі цілі та почуття свідомості життя, уявлення про те, що сьогодні і минуле осмислені. Окрім того, чим більше учасники бойових дій приймають себе як особистостей, тим більш позитивне ставлення до майбутнього їм притаманне.

Доведено, що високий рівень позитивного ставлення до майбутнього співвідноситься з високими показниками психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій, тобто ставлення до майбутнього, є чинником відновлення психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій.

Ключові слова: психологічне благополуччя, життєві завдання, ставлення до майбутнього, військовослужбовці, учасники бойових дій.

The article presents the results of a theoretical and empirical study of the peculiarities of the psychological well-being of servicemen – combatants with different attitudes towards the future. As a result of the theoretical analysis, it was found that the most effective ways of the psychological well-being of combatants preservation are support from family, friends, and subordinates; improvement of professional qualifications, search for support in oneself, awareness of one's own possibilities to overcome the consequences of war; optimistic attitude to the future.

The data of the empirical research proved that the average level of psychological well-being prevails in the group of studied servicemen – combatants. At the same time, the majority of studied combatants are sufficiently motivated to set tasks in various fields of life, know how to structure their own lives, evaluate their capabilities objectively, look at the future optimistically, are quite active in everyday activities, and are also persistent in life tasks setting. At the same time, the number of servicemen who are low-motivated, do not know how to structure their own life time, do not try to make serious plans and cannot set life tasks, taking into account the integrity of life, is quite large. A comparison of the peculiarities of psychological well-being of combatants with different attitudes towards the future proved that the higher the level of positive attitude of military personnel towards the future is, the more they have clear goals and a sense of life consciousness, a feeling that the present and the past are meaningful. Also the higher the level of positive attitude of military personnel towards the future is, the more they maintain a positive attitude towards themselves, recognize their personal diversity. In addition, the more combatants accept themselves as individuals, the more positive their attitude toward the future is.

It was proved that a high level of positive attitude towards the future correlates with high indicators of psychological well-being of servicemen participating in hostilities, that is, attitude towards the future is a factor in restoring of the psychological well-being of servicemen – combatants.

Key words: psychological well-being, life tasks, attitude towards the future, servicemen, combatants.

УДК 159.937.2:355.11
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.31>

Рева М.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Вступ. Психологічне благополуччя особистості є однією з найважливіших проблем у психології, філософії, соціології, медицині та інших науках. Останнім часом це питання набуває виняткового значення у зв'язку з повномасштабним вторгненням та війною в Україні.

Участь у бойових діях є стресовим чинником, який володіє найвищим ступенем інтенсивності. Психотравмуючий характер бойових дій та їх тривалість сприяють змінам

у переживанні психологічного благополуччя, що знижує ефективність діяльності людини у бойовій обстановці. Окрім того, це негативно позначається на внутрішньому стані військових, які повертаються після бойових дій до мирного життя. Зважаючи на це, новою, хоча й дуже актуальною для українських реалій, проблемою є відновлення психологічного благополуччя військовослужбовців, що були залучені до активних бойових

дій, відстоюючи територіальну цілісність України.

Сьогодні українські науковці досліджують психологічне благополуччя у рамках: соціальних потреб (Т. Данильченко); аксіологічного виміру криз призму якості життя (Ж. Вірна); посттравматичного життєтворення та його специфіки в учасників бойових дій (І. Ващенко, А. Коваленко, Т. Титаренко); емоційного інтелекту (Е. Носенко, М. Шпак) тощо. Разом із тим є гостра потреба у вивченні специфіки психологічного благополуччя військовослужбовців та чинників його відновлення у процесі реабілітації учасників бойових дій.

У зв'язку із цим **мета дослідження** – здійснити порівняльний аналіз особливостей психологічного благополуччя учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього.

Виклад основного матеріалу дослідження. У часи війни відновлення, збереження та покращення психологічного благополуччя людини є першочерговим завданням соціально-психологічного супроводу, особливо коли йдеться про військовослужбовців та учасників бойових дій. У рамках концепції соціально-психологічного супроводу благополуччя розглядають як особистісну здатність зберігати як себе, так і своїх близьких, отримуючи досвід у сфері неочікуваного, непередбачуваного, непрогнозованого. Якщо життєва ситуація стає екстраординарно складною, психологічне благополуччя насамперед передбачає готовність швидко та відповідально змінювати специфіку життєтворення згідно з провідними цінностями. Критерієм благополуччя стає здатність людини конструктивно імпровізувати зі змінами в житті, ураховуючи травматичні впливи [1].

Найбільш ефективнішими способами підтримки психологічного благополуччя учасників бойових дій дослідники називають такі, як підтримка з боку підлеглих, товаришів, сім'ї; підвищення рівня професійної кваліфікації; усвідомлення своїх можливостей подолання наслідків війни, пошук опори в собі самому, а також оптимістичне ставлення до майбутнього [3].

У зв'язку із цим актуальності набуває емпіричне вивчення особливостей психологічного благополуччя учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього. Емпіричне дослідження проводилося протягом 2023 р. на базі однієї з військових частин, що знаходяться у Полтавській області. Була сформована вибірка, що складалася зі 104 військовослужбовців, які мають досвід бойових дій. Програму емпіричного дослідження становили методика «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація С. Карсканової) [2] та опитувальник «Життєві завдання особистості» (Т. Титаренко) [4].

Характеристику компонентів психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій подано в табл. 1.

Як можемо побачити з аналізу даних таблиці, для більшості учасників бойових дій характерні позитивні стосунки з оточуючими (44,0%). Це свідчить про існування близьких, довірливих, приємних, відносин з оточуючими, про схильність до любові та близькості, емпатії, а також бажання проявляти турботу про інших і вміння знаходити компроміси у взаємовідносинах. Середній рівень цього показника виявляється у 35,0% військовослужбовців.

Низькі показники позитиву у стосунках з оточуючими виявляє 21,0% учасників бойових дій. Можна говорити про їхні труднощі в прояві теплоти, переважну відсутність довірливих, близьких відносин, відвертості і турботи про інших. Для них характерні переживання фрустрованості та особистої ізольованості, небажання задля підтримання важливих взаємозв'язків з оточуючими йти на компроміси.

38,0% досліджуваних мають високий рівень автономії. Для них характерні незалежність, змога протистояти соціальному тиску у думках і вчинках. Також вони демонструють здатність до саморегуляції і самооцінки, спираючись на свої власні стандарти.

Половині опитаних військовослужбовців – учасників бойових дій (50,0%) властивий середній рівень автономії, а ще 12,0% – низький рівень. Військовослужбовці з низьким рівнем демонструють переживання щодо оцінок

Таблиця 1

Показники військовослужбовців – учасників бойових дій за шкалами психологічного благополуччя (n=104, %)

№	Компоненти благополуччя	Рівні вираження		
		Низький	Середній	Високий
1.	Позитивні відносини з оточуючими	21,0	35,0	44,0
2.	Автономія	12,0	50,0	38,0
3.	Управління середовищем	44,0	44,0	12,0
4.	Особистісне зростання	37,0	28,0	35,0
5.	Цілі у житті	21,0	41,0	38,0
6.	Самоприйняття	10,0	17,0	73,0

і очікувань інших. Їм властива нездатність протидіяти тиску інших в думках і вчинках, а також надмірна орієнтація на їхню думку під час ухвалення важливих питань.

Високі значення за шкалою «Управління середовищем» притаманні лише 12,0% опитаних. Цим досліджуваним властиве вміння власноруч вибирати і створювати умови, які відповідають особистісним потребам та цінностям, почуття компетентності й упевненості в управлінні повсякденними справами, так само як і вміння використовувати різні життєві обставини ефективно. Середній рівень за цією шкалою властивий 44,0% досліджуваних.

Така ж кількість досліджуваних (44,0%) має низький рівень за шкалою «Управління середовищем». Можемо говорити, що їм властиві невміння долати буденні негаразди, почуття неможливості поліпшити умови власного життя, а також відчуття безсилля у керівництві навколишнім світом.

Високий рівень особистісного зростання, який притаманний 35,0% досліджуваних, може бути показником їхнього відчуття безперервного саморозвитку. Їм притаманне відчуття реалізації свого потенціалу, а також відстежування власного особистісного зростання і відчуття самовдосконалення з плином часу. Середній рівень прояву за цією шкалою характерний для 28,0% опитаних.

Низькі значення притаманні більшій частині досліджуваних – 37,0%. Можна говорити про ймовірне переживання цими військовослужбовцями особистої стагнації, почуття відсутності особистісного прогресу з часом. Для них властиве відчуття нездатності засвоювати нові навички, так само, як нудьга і незацікавленість життям.

Високі значення за показниками шкали «Цілі у житті» властиві 38,0% досліджуваних. Їм притаманне відчуття того, що сьогодення і минуле осмислені, у них присутні ідеї, що додають життю цілей. Також мають місце наявність життєвих цілей і відчуття усвідомленості життя у цілому. Середні оцінки за даною шкалою притаманні більшості військовослужбовців – учасників бойових дій – 41,0%.

Низькі показники за цією шкалою притаманні 21,0% опитаних. Можемо говорити про розмитість їхніх життєвих цілей і відчуття його ритмів. Для них характерною є відсутність відчуття осмисленості сьогодення і минулого, а також відсутність переконань, що додають життю чітких цілей.

Високі показники самоприйняття властиві 73,0% опитаних, а середній – для 17,0% військовослужбовців – учасників бойових дій. Для цих опитаних характерні позитивна оцінка свого минулого, підтримання позитивного самостварення, а також визнання і схвалення власного особистісного розмаїття, що включає і гарні, і погані якості.

Низький рівень самоприйняття властивий лише 10,0% військовослужбовців. Це дає змогу говорити про те, що для них властива розчарованість у самих собі, незадоволеність власним минулим. Характерними також є відсутність прийняття себе та прагнення стати не такими, якими є насправді, іншими, а також стурбованість щодо деяких рис власної особистості.

Отже, можемо зробити висновок про переважання середнього рівня психологічного благополуччя у групі досліджуваних військовослужбовців – учасників бойових дій.

Специфіка постановки життєвих завдань учасниками бойових дій загалом та їхнє ставлення до майбутнього подані в табл. 2.

Як свідчить аналіз табл. 2, за показниками шкали «Мотивація життєвих завдань» більшість опитаних демонструє середній рівень прояву (48,0%), 33,0% військовослужбовців мають високий рівень прояву, а 19,0% – низький. Це є свідченням того, що практично половина досліджуваних досить мотивована до постановки життєвих завдань у різних сферах. При цьому третина опитаних проявляє високу мотивацію творчості та самоконститування. Водночас достатньо високою є кількість низькомотивованих військовослужбовців.

За показниками шкали «Структурованість часу життя» більшість досліджуваних демонструє середній рівень прояву (36,0%), 35,0% військовослужбовців мають високий рівень прояву, а 29,0% – низький. Це говорить про

Таблиця 2

Постановка життєвих завдань військовослужбовцями – учасниками бойових дій (n=104, %)

№	Шкали	Рівні вираження		
		Низький	Середній	Високий
1.	Мотивація життєвих завдань	19,0	48,0	33,0
2.	Структурованість часу життя	29,0	36,0	35,0
3.	Ставлення до майбутнього	19,0	43,0	38,0
4.	Суб'єктна активність	19,0	46,0	35,0
5.	Операціональні характеристики життєвих завдань	35,0	38,0	27,0

те, що більшість опитаних учасників бойових дій здебільшого має змогу структурувати своє життя, поділяючи його на невеликі відрізки. Практично така ж кількість досліджуваних уміє не просто структурувати життя, а здійснювати це у достатньо віддалених часових проміжках (40 чи 50 років або й усе життя). При цьому відносно значна частина військовослужбовців практично нездатна структурувати час свого життя, виділяючи в часі життя окремі заняття та відводячи їм суворо визначений час.

За показниками шкали «Ставлення до майбутнього» 43,0% досліджуваних демонструють середній рівень прояву, 38,0% військовослужбовців мають високий рівень прояву, а 19,0% – низький. Така картина свідчить про те, що переважна більшість опитаних учасників бойових дій достатньо оптимістично ставиться до майбутнього, оцінює себе і свої можливості об'єктивно, а коли помічає у собі відсутність якихось талантів, просто зосереджується на тих сферах діяльності, у яких їхні схильності можуть розвинути краще згодом. При цьому більше третини військовослужбовців володіють винятково позитивним баченням свого майбутнього. Вони зазвичай упевнено дивляться у *майбутнє*, оскільки достатньо добре підготувалися до життєвих випробувань. Решта досліджуваних не намагаються будувати серйозні плани на подальше життя, тому що налаштовані на майбутнє у цілому досить негативно.

За показниками шкали «Суб'єктна активність» більшість досліджуваних демонструє середній рівень прояву (46,0%), 35,0% мають високий рівень розвитку даної якості, а 19,0% – низький. Це є свідченням того, що близько половини опитаних військовослужбовців достатньо активні у повсякденному житті. Дещо більше, ніж третина досліджуваних, є активними у діяльності, особистому житті та побудові життєвих планів. При цьому майже п'ята частина учасників бойових дій володіє низьким рівнем суб'єктної активності.

За показниками шкали «Операціональні характеристики життєвих завдань» більшість військових демонструє середній рівень про-

яву (38,0%), 27,0% опитаних мають високий рівень прояву, а ще 35,0% – низький. Це говорить про те, що здебільшого учасники бойових дій можуть гнучко ставити життєві завдання, проте понад третина серед них не звикла до постановки життєвих завдань, урахувавши цілісність свого життя. Дещо більше, ніж чверть, опитаних достатньо стійкі та активні щодо постановки життєвих завдань. Як правило, вони підходять до цього питання зі стратегічним баченням.

Отже, можна зробити висновок, що більшість досліджуваних учасників бойових дій досить умотивовані до постановки завдань у різних життєвих сферах, уміють структурувати своє життя, оцінюють власні можливості об'єктивно, оптимістично дивляться у майбутнє, досить активні у повсякденній діяльності, а також стійкі у постановці життєвих завдань.

Водночас достатньо великою є кількість військовослужбовців, які низькомотивовані, не вміють структурувати час власного життя, не намагаються будувати серйозні плани та не можуть ставити життєві завдання, урахувавши цілісність життя.

Порівняння особливостей психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього за допомогою математичних методів обробки даних (коефіцієнта лінійної кореляції r_{xy} Пірсона) подано в табл. 3.

Як свідчить аналіз табл. 3, виявлено статистично значущу позитивну лінійну кореляцію ставлення до майбутнього та такого компонента психологічного благополуччя, як позитивні відносини з оточуючими (0,401), тобто чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше вони здатні до любові й близькості, емпатії, уміння досягати компромісів у взаєминах, і, навпаки, чим більше приємних, близьких, довірливих відносин з оточуючими мають учасники бойових дій, тим більш позитивним баченням майбутнього вони володіють.

Також було виявлено статистично значущу позитивну лінійну кореляцію ставлення до

Таблиця 3

Показники кореляції між психологічним благополуччям та ставленням досліджуваних до майбутнього за r_{xy} Пірсона

№ п/п	Показники психологічного благополуччя	Ставлення до майбутнього
1.	Позитивні відносини з оточуючими	0,401*
2.	Автономія	0,125
3.	Управління середовищем	0,141
4.	Особистісне зростання	0,198
5.	Цілі у житті	0,421*
6.	Самоприйняття	0,345*

майбутнього та такого компоненту психологічного благополуччя, як цілі у житті (0,421), тобто чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше їм притаманні чіткі цілі й почуття свідомості життя, уявлення про те, що сьогодні і минуле осмислені. Водночас чим більше у досліджуваних учасників бойових дій подібних переконань, які додають життю цілей, тим більш позитивним баченням майбутнього вони володіють.

Окрім того, було виявлено статистично значущу позитивну лінійну кореляцію ставлення до майбутнього та такого компоненту психологічного благополуччя, як самоприйняття (0,345), тобто чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше вони підтримують і позитивне ставлення до себе, визнають усе власне особистісне розмаїття, і, навпаки, чим більше учасники бойових дій приймають себе як особистостей, тим більш позитивне ставлення до майбутнього їм притаманне.

Висновки та перспективи подальших наукових пошуків. Отже, високий рівень позитивного ставлення до майбутнього співвідноситься з високими показниками психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій, тобто ставлення

до майбутнього є чинником відновлення психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій.

Оскільки за результатами дослідження було виявлено певну кількість учасників бойових дій із низькими показниками психологічного благополуччя, необхідним є проведення корекційно-розвивальних заходів, спрямованих на підвищення рівня психологічного благополуччя військовослужбовців та їхнє особистісне зростання. Це становить перспективу подальших досліджень у цьому напрямі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дворник М.С. Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. № 45(48). С. 79–87.
2. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1. С. 1–10.
3. Титаренко Т.М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя. *Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.*
4. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / Т.М. Титаренко та ін. ; за наук. ред. Т.М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.

АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПСИХОЛОГІВ

ANALYSIS OF THE FEATURES OF PROFESSIONAL BURNOUT IN PSYCHOLOGISTS

Статтю присвячено теоретичному аналізу феномену професійного вигорання у психологів. У дослідженнях сучасних українських та зарубіжних психологів розкрито актуальні питання характеристик професійного вигорання, хоча сам термін залишається не чітко визначеним поняттям. Зазвичай у зарубіжних дослідженнях користуються терміном *burnout* (вигорання), який використовують для опису самостійного явища, що характеризується високим рівнем стомленості чи хворобливості, включаючи фізичну та психічну, через важку роботу. Поряд із терміном «емоційне вигорання» у контексті характеристики психологічного стану робітників, який виникає унаслідок емоційної напруги та професійних стресів, використовують терміни «психічне вигорання» і «професійне вигорання».

Розглянуто ознаки професійного вигорання, до яких відносять утрату енергії та відчуття виснаження; деперсоналізацію, яка проявляється у підвищенні психологічного відокремлення від роботи та виникненні негативних та песимістичних думок щодо роботи; зниження професійної ефективності.

Подано різницю між стресом та вигоранням. Вигорання може виникнути в результаті тривалого стресу, але це не зовсім те саме, що стрес. Вираз «вигоріти» вказує на стан, коли людина спустошена, не мотивована та не цікавиться навіть дрібницями. Ще одна різниця між стресом і вигоранням – це те, що, хоча особа розуміє, що переживає стрес, вона не завжди легко впізнає вигорання, коли це вже сталося.

Описано моделі професійного вигорання. Проаналізовано симптоми вигорання, які проявляються на психофізичному, соціально-психологічному та поведінковому рівнях. Виділено та проаналізовано чинники професійного вигорання. Охарактеризовано п'ять основних і найяскравіших етапів вигорання: захоплення роботою, посилення стресу, хронічний стрес, виснаження, вигорання. Розглянуто структурні компоненти вигорання: виснаження, деперсоналізація, редукція професійних досягнень.

Ключові слова: вигорання, професійне вигорання, стрес, симптоми вигорання, моделі вигорання, етапи вигорання.

The article is devoted to the theoretical analysis of the phenomenon of professional burnout among psychologists. In the researches of modern Ukrainian and foreign psychologists, topical issues of the characteristics of professional burnout have been revealed, although the term itself is not a clearly defined concept. Usually, foreign studies use the term «burnout», which is used to describe an independent phenomenon characterized by a high level of fatigue or pain, including physical and mental, due to hard work. Along with the term «emotional burnout», the terms «mental burnout» and «professional burnout» are used in the context of characterizing the psychological state of workers, which arises as a result of emotional tension and professional stress.

The signs of professional burnout are considered, which include loss of energy and a feeling of exhaustion; depersonalization, which manifests itself in increased psychological detachment from work and the emergence of negative and pessimistic thoughts about work; decrease in professional efficiency.

The difference between stress and burnout is given. Burnout can occur as a result of prolonged stress, but it is not exactly the same as stress. Burnout refers to a state where a person is drained, unmotivated, and uninterested in even the smallest of things. Another difference between stress and burnout is that even though a person understands that they are under stress, they do not always readily recognize burnout once it has occurred.

Models of professional burnout are described. The symptoms of burnout, which manifest themselves at the psychophysical, social-psychological, and behavioral levels, were analyzed. The factors of professional burnout are identified and analyzed. Five main and most vivid stages of burnout are characterized: enthusiasm for work, increased stress, chronic stress, exhaustion, burnout. The structural components of burnout are considered: exhaustion, depersonalization, reduction of professional achievements.

Key words: burnout, professional burnout, stress, burnout symptoms, burnout models, stages of burnout.

УДК 159.923.

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.32>

Спринська З.В.

к.психол.н.н.,

доцент кафедри психології

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

Сьогодні у громадській свідомості є певні очікування від майбутніх фахівців у галузі психології. Основний акцент робиться на позитивних аспектах взаємодії з людьми. Проте очевидно, що сама робота з людьми несе велику відповідальність та емоційне навантаження, які можуть потенційно призвести до ризику виникнення стресу та переживань, пов'язаних із ситуаціями на роботі. При цьому до психологів висуваються високі вимоги, зокрема у невизначених та кризових ситуаціях, що є невід'ємною частиною професійної діяльності, такої як надання волонтерської психологічної допомоги сім'ям загиблих, ветеранам ЗСУ,

переселенцям та особам, які постраждали внаслідок бойових дій і знаходяться у складних обставинах.

Багато українських науковців працювали з темою вигорання. Варто згадати деяких із них – це В.І. Ковальчук, Т.В. Зайчикова, М.Л. Смульсон, Л.М. Карамушка, Т.М. Титаренко, Г.А. Дьоміна, О.Б. Мельничук, С.Д. Максименко, Т.У. Ронгінська. Серед зарубіжних дослідників у цій роботі ми звертаємося до напрацьованих із теми вигорання таких науковців, як Г. Фрейденберга, К. Маслач, С. Джексон, Дж. Шваб, Г. Черніс, Е. Ліндзетер, А. Пінес, Д. Дирендонк,

Х. Сиксма, В. Шауфелі, Е. Нагоські, Е. Скотт, Е. Аронсон та ін.

У допомагаючих професіях, насамперед у психологічній практиці, науковці та суспільство найчастіше акцентують увагу на позитивних аспектах діяльності «людина – людина». Тим не менше якщо враховувати всі особливості цієї роботи, неможливо уникнути й її негативних боків. Одним із таких є синдром емоційного вигорання, що означає дестабілізацію таких сфер життя, як стосунки (особисті та робочі), професійна діяльність та здоров'я людини.

Науковці визначили, що соціальні працівники, психологи, юристи, викладачі, лікарі та інші спеціалісти допомагаючих професій, що в силу своєї роботи мають постійні контакти з багатьма особами, частіше стикаються з емоційним вигоранням. Це стається, оскільки під час своєї діяльності вони відчують нервово-психічне навантаження. Наслідком цього стає зміна ставлення до себе та оточуючих, страждає діяльнісна сфера, зазнає змін здоров'я, як фізичне, так і психічне (емоції, почуття, думки, увага тощо) [2].

Попри велику кількість наукових досліджень термін «емоційне вигорання» залишається не чітко визначеним поняттям у сфері психологічних досліджень. Зазвичай у зарубіжних дослідженнях користуються терміном *burnout* (вигорання), що використовується для опису самостійного суспільного явища, яке характеризується високим рівнем стомленості чи хворобливості, включаючи фізичну та психічну, через важку роботу. Додатково до терміна «емоційне вигорання» у контексті характеристики психологічного стану робітників, який виникає унаслідок емоційної напруги та професійних стресів, також використовують поняття «психічне вигорання» і «професійне вигорання».

Незважаючи на соціальну важливість і широке використання терміна «вигорання» у повсякденному житті, серед науковців і практиків досі точаться гострі дискусії щодо того, що таке насправді «вигорання», які симптоми з ним пов'язані та чи є синдром вигорання окремим психічним захворюванням. В академічній сфері, особливо в клінічній психології та психіатрії, синдром професійного вигорання досі не повністю визнається психічним розладом, і вчені неодноразово задавали питання, чи є синдром професійного вигорання взагалі корисним діагнозом [16].

Спочатку поняття «вигорання» було досить розмитим та абстрактним. Чіткого визначення не існувало, але було безліч думок із цього приводу. Згодом завдяки Г. Фрейденбергеру з'явилися основні аспекти досвіду вигорання, і він вважається першим дослідником цього синдрому. Науковець опублікував статтю «Staff

burnout» у *Journal of Social Issues*, яка базувалася на результатах його спостереження: у безкоштовній клініці для наркозалежних він спостерігав за поведінкою волонтерів. Г. Фрейденбергер пояснив вигорання як сукупність симптомів, у які входило виснаження від надмірних вимог до роботи та фізичних симптомів, таких як головний біль і безсоння, спалахи гніву та ригідне мислення. Дослідник помітив, що волонтери, у яких фіксується вигорання, виглядають пригнічено [11].

Після того як стаття набула публічності, наукове товариство проявило значно більше інтересу до проблеми вигорання. Тоді К. Маслач почала своє дослідження цього синдрому й описала три основні його аспекти: емоційне виснаження, цинізм (щодо клієнтів, колег тощо) та зменшення почуття особистого успіху в роботі [12].

Дж. Шваб – представник чотирифакторної моделі вигорання – запропонував можливість розподілу будь-якого з елементів вигорання на два окремих чинники. Наприклад, деперсоналізація щодо праці, пов'язаної з виконанням обов'язків на робочому місці, та деперсоналізація щодо її суб'єктів [13].

Г. Черніс установив, що під час вигорання відносини та поведінка людей змінюються неконструктивним способом унаслідок впливу стресу на робочому місці [9].

Зі всього переліку досліджень цієї теми саме концепцію вигорання, яку розробила К. Маслач, було прийнято Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) як базову для включення синдрому в 11-ту редакцію Міжнародної класифікації хвороб (МКХ-11). У цій версії вигорання не визнається як медичний стан, а відноситься до професійних явищ. Воно описується у розділі, який називається «Фактори, що впливають на стан здоров'я або контакт зі службами системи охорони здоров'я» й описується як синдром, який виникає через тривалий стрес на робочому місці [8].

За визначенням ВООЗ, синдром вигорання – це фізичне, емоційне або мотиваційне виснаження, що характеризується порушенням продуктивності в роботі, втому, безсонням, підвищеною схильністю до соматичних захворювань, а також уживанням алкоголю або інших психоактивних речовин із метою отримання тимчасового полегшення, що має тенденцію до розвитку фізіологічної залежності.

Основні ознаки професійного вигорання [7]: утрата енергії та відчуття виснаження; деперсоналізація, яка проявляється у підвищенні психологічного відокремлення від роботи та виникненні негативних та песимістичних думок щодо роботи; зниження професійної ефективності.

Відповідно до дослідження Елін Ліндзетер на тему: «Вплив когнітивно-поведінкової тера-

пії та програми щодо повернення до роботи для осіб, які перебувають у відпустці через хвороби та розлади, пов'язані зі стресом», слід зауважити, що вигорання не є визнаним медичним діагнозом у межах будь-якої системи діагностики та не має чітких критеріїв для діагностики, при цьому його вплив на самопочуття дуже великий. Тому в 2003 р. шведська національна рада з питань охорони здоров'я та соціального забезпечення внесла пропозицію використовувати термін «розлад виснаження». Ця ініціатива спрямована на полегшення клінічної діагностики та поліпшення реабілітації важких станів, пов'язаних зі стресом, які часто виникають у медичній практиці. Розлад виснаження був внесений як офіційний діагноз у шведську версію 10-го перегляду Міжнародної класифікації хвороб (МКХ-10) з окремим кодом F43.8A для цілей діагностики [10].

Цей стан характеризується виявленням ознак психічної та фізичної втоми, які тривають протягом принаймні двох тижнів і є результатом впливу психосоціальних стресових чинників, які впливали щонайменше впродовж шести місяців перед установленням діагнозу. Основні симптоми включають:

- зниження когнітивних можливостей;
- відсутність енергійності та ініціативи;
- низьку витривалість та збільшений час, необхідний для відновлення після інтелектуальних зусиль;
- почуття дистресу та відчуття низької варіативності;
- негативне ставлення до себе та до ситуацій;
- песимістичне сприйняття майбутнього.

Це хронічний та виснажливий стан із поступовим наростанням симптомів, таких як тривожність, депресія, біль та втома, із якими люди неодноразово звертаються за медичною допомогою [10].

Вигорання може виникнути в результаті тривалого стресу, але це не зовсім те саме, що і надмірний стрес. Стрес загалом включає у себе велику кількість тиску, який вимагає від вас багато фізичних і психологічних зусиль. Однак люди, які перебувають у стресовому стані, можуть уважати, що якщо вони просто взяли все під контроль, то відчуватимуть себе краще. Вираз «вигоріти» вказує на стан, коли людина спустошена, не мотивована та не цікавиться навіть дрібницями. Ще однією різницею між стресом і вигоранням є те, що, хоча особа зазвичай свідомо про те, що переживає сильний стрес, вона не завжди легко впізнає вигорання, коли це вже сталося.

Основна різниця між стресом і вигоранням полягає у такому [15]:

- Стрес характеризується надмірною залученістю, тоді як вигорання – це свого роду захист.

- Під час стресу емоції стають надмірно реактивними, а під час вигорання вони можуть стати приглушеними.

- Фізичні збитки є первинними при стресі, а при вигоранні – емоційні.

- Стрес найкраще розуміти як утрату фізичної енергії, тоді як вигорання впливає на мотивацію.

- Стрес викликає почуття терміновості та гіперактивності, тоді як вигорання породжує почуття безпорадності та безнадійності.

- Стрес може призводити до панічних та тривожних розладів, фобій, тоді як вигорання може породжувати параною, деперсоналізацію та усунення.

Узагальнюючи вищесказане, ми знаємо, що сьогодні є декілька підходів до визначення даного феномену, а отже, розроблено моделі для опису цього явища:

1) Представниками однофакторної моделі є А. Пінес та Е. Аронсон, які показують професійне вигорання як стан фізичного, психічного та емоційного виснаження, що виникає унаслідок тривалого перебування в ситуаціях емоційно перевантажених. Науковці пояснюють це синдромом хронічної втоми. Відповідно до цього підходу, виснаження виступає як головний чинник вигорання, а інші прояви дисфункції у переживаннях та поведінці є його наслідками. Також відзначимо, що професійне вигорання може спіткати представників будь-яких спеціальностей [1].

2) Двофакторна модель розподіляє вигорання на два складники – емоційне виснаження (як стан спустошення) та деперсоналізацію (як деструктивне відношення до себе та оточуючих). Представниками даної теорії є голландські вчені Д. Дирендонк, Х. Сиксма, В. Шауфелі.

3) Третя модель найвідоміша – це підхід, заснований вищезгаданими К. Маслач і С. Джексоном. Складниками вигорання тут вважаються емоційне виснаження, деперсоналізація та редукція власних особистісних прагнень. Емоційне виснаження характеризується відчуттям емоційної спустошеності та втоми, браком емоційних ресурсів та/або нестачею енергії. Працівники починають сумніватися в собі та відчувають себе втомленими, млявими і перевантаженими. Деперсоналізація виявляється у спотвореному спілкуванні з іншими людьми і цинічному ставленні до роботи. Це також свідчить про негативні думки про своїх колег та цинізм, нечутливість до їхніх проблем і деструктивну критику. А також працівники можуть намагатися обмежити свої відносини з іншими, щоб зменшити емоційний тиск, який вони переживають. Редукція особистих досягнень проявляється у патологічному і нав'язливому усвідомленні своєї професійної некомпетентності. Фахівці схильні негативно

оцінювати свої власні навички і відчувають, що їм не вдається досягти поставлених цілей і продемонструвати необхідну компетентність для своєї роботи.

4) Чотирифакторна модель передбачає, що один з її компонентів (емоційне вигорання, деперсоналізація або редукція особистих досягнень) розкладається на два окремі чинники. Наприклад, деперсоналізація може бути пов'язана зі спільністю з колегами та зі спільнотою користувачів послуг, яких обслуговує фахівець [13].

5) Описуючи фазову модель вигорання, Р. Голембієвський узяв за основу трифакторний підхід та запропонував розглядати її другий компонент, тобто деперсоналізацію, як першочерговий. Учений наголошує, що певною мірою відстороненість потрібна у роботі з людьми, але за певних обставин вона може перерости в деперсоналізацію, унаслідок чого фахівець відчуватиме, що неякісно виконує свою діяльність, і тоді наступним компонентом проявиться редукція особистих досягнень. Р. Голембієвський поділяє фазову модель на вісім складників. Перша фаза характеризується низьким рівнем вигорання, практично відсутністю деперсоналізації та емоційного виснаження, а також відчуття власних досягнень. У другій і третій фазах починається прояв деперсоналізації, і відчуття власних досягнень поступово зменшується, що триває й у четвертій фазі. Емоційне виснаження виникає у п'ятій фазі і присутнє протягом усіх наступних фаз [4].

На початку 90-х років вигорання почало привертати увагу вітчизняних психологів. В українській психологічній науці відомі дослідження та узагальнення феномену професійного вигорання, які провели Г. Видай, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, С. Максименко, В. Ковальчук, Г. Ложкін. Вони у своїх дослідженнях виділили емоційне виснаження, деперсоналізацію та редукцію професійних досягнень як структурні компоненти феномена вигорання [3].

К. Маслач та М. Лейтер визначили шість основних чинників професійного вигорання [12]:

1. Вимоги до умов професійної діяльності, які пред'являються, можуть не відповідати особистісним ресурсам фахівця. Зазвичай це означає, що ставляться підвищені вимоги до характеристик та здібностей фахівця, і він може зіштовхуватися з перевантаженням графіком роботи, коли надто мало часу та ресурсів для виконання завдань.

2. Фахівець може прагнути до самостійності за досягнення належного результату у своїй роботі, але цьому може завадити суворий та неадекватний контроль із боку керівництва. Ця невідповідність може призвести до того, що фахівець починає відчувати безвідповідальність за результати своєї роботи через розча-

рування у власних можливостях впливати на ці результати.

3. Фахівець може зіткнутися з недотриманням організації балансу між винагородою та витратами. Це виникає, коли працівник не отримує очікувану винагороду, ураховуючи свої зусилля та витрати. Така ситуація ще більше ускладнюється, коли в організації ставляться несправедливо до фахівців і оцінки, заохочення, рішення щодо кар'єри, винагород, бонусів та пільг не здійснюються чесно та прозоро. У такому разі організація не може розраховувати на збереження довіри та лояльності своїх співробітників.

4. Невідповідність очікувань фахівця у відносинах із робочим оточенням, включаючи колеги та друзів, може бути наслідком занадто інтенсивного робочого процесу та штучної ізоляції співробітників. Формальність у ставленні та відсутність відчуття цілісності та підтримки можуть негативно впливати на виконання завдань. Також постійні невіршені інциденти в колективі можуть руйнувати внутрішню цілісність, породжувати фрустрацію, ворожнечу та руйнувати відносини довіри та соціальної підтримки.

5. Брак контролю щодо забезпечення фахівців потрібними ресурсами з боку керівництва, а також зниження інвестицій у їхні основні потреби і мінімальна повага до клієнтів можуть призвести до негативного впливу на фахівців.

6. Конфлікт цінностей виникає, коли фахівцю доводиться виконувати завдання, які суперечать його особистим переконанням або моральним цінностям. Це може підірвати його віру у важливість власної праці та принципів, які він висуває.

Т. Титаренко потенційними передумовами виникнення професійного вигорання вважає особистісні, статусно-рольові та корпоративні (професійно-організаційні) чинники. Науковиця наголошує на тому, що найбільше впливу вигорання піддаються люди, котрі надмірно працюють та відчувають свою відповідальність за роботу надто сильно. Також до категорії уразливих відносяться люди, що реагують на стреси агресивно, надміру емоційно та є нетерплячими до будь-яких труднощів на їхньому шляху. Титаренко описує підозрілість, тривожність, низькі комунікативні навички та неконструктивні моделі вирішення конфліктів як характеристики, що сприяють розвитку вигорання. Не варто нівелювати й організаційні моменти, тобто тривалість робочого дня та інтенсивність навантаження впродовж дня [6].

Аналізуючи симптоми вигорання, їх можна поділити на три категорії: психофізичні, соціально-психологічні та поведінкові.

Поведінкові прояви:

- Постійне відчуття, що робота стає важче та важче і виконання завдань стає усе більше напруженим.

- Зміна робочого режиму дня співробітника, яка помітна навколишнім.

- Працівник частіше бере роботу додому незалежно від необхідності.

- Керівник припиняє приймати рішення і шукає для цього різні виправдання.

- З'являються зневіра, відчуття, що все марно та зникає зацікавленість у роботі та результатах.

- Помітно довше і частіше виконання автоматичних дій, що не відповідають службовим вимогам.

- Відокремлення від колективу, надмірна критичність та конфліктність.

- Посилений прояв шкідливих звичок (часте паління) та вживання алкоголю чи наркотичних речовин.

Психофізичні прояви:

- Хронічна втома, яка не минає після відпочинку.

- Емоційне та фізичне спустошення.

- Зниження реагування на загрозливі ситуації.

- Головний біль та шлунково-кишкові розлади, що виникають без причини.

- Збільшення або зменшення ваги.

- Прояви безсоння.

- Постійне бажання спати.

- Спостерігається помітне зниження як зовнішньої, так і внутрішньої сенсорики, включаючи погіршення зору, слуху, нюху, дотику та втрату внутрішніх тілесних відчуттів.

Соціально-психологічні прояви:

- Апатія, нудьга, знижений емоційний тонус.

- Дратівливість.

- Необ'єктивні спалахи гніву.

- Почуття провини, образи, підозрливості, сорому, скутості.

- Тривога та постійне занепокоєння.

- Негативізм щодо особистого та професійного життя.

- Почуття гіпервідповідальності та страху [5].

Різні вчені виділяють від 5 до 12 етапів вигорання, тим не менше всі вони мають деяку схожість та перегукуються. На основі цього ми виділили п'ять основних і найяскравіших етапів вигорання: захоплення роботою, посилення стресу, хронічний стрес, виснаження, вигорання.

Перший етап – людина в захваті від своєї діяльності, відчуває прилив енергії та натхнення, бажання проявити творчість та сильні боки. Характеризується такими ознаками, як оптимізм, умотивованість, високий рівень відповідальності, ініціативність, творчість, продуктивність. На цьому етапі є особистий інтерес, енергія і бажання досягти успіху, тому з'являються завищені очікування щодо самих себе, які перетворюються на обов'язковість досягнення успіху. Людина необ'єктивно оці-

нює власні можливості й обмеження, а також не приймає можливі поразки, що призводить до посиленої активності.

Другий етап – усвідомлення того, що завдань занадто багато і неможливо легко впоратися з ними. Внутрішня самокритичність і бажання відповідати високим очікуванням посилюються. Оптимізм зменшується, енергія виснажується, рівень стресу зростає. Проявляється у таких симптомах, як: підвищений тиск, відсутність концентрації уваги, роздратованість, незадоволення роботою, проблеми зі сном, виснаження від соціальних контактів, зниження продуктивності, тривожність, уникання прийняття рішень, утрата апетиту, втома, забудькуватість, нехтування власними потребами. Бажання насолоджуватися спокоем, розслабленням та приємними соціальними взаємодіями поступово втрачає свою актуальність, і недосягнення цих потреб стає більш очевидним. Частіше вживаються алкоголь, нікотин, кава і засоби для покращення сну.

Особисті бажання і цінності стають менш важливими. Пріоритети пересуваються, а соціальні взаємодії розглядаються як нав'язливі та непотрібні, важливі життєві цілі втрачають свою цінність і можуть бути переоцінені. Ця стадія відповідає за виникнення вигорання в міжособистісних відносинах, не лише в сімейних або партнерських стосунках, а й у професійних відносинах із колегами і клієнтами.

Третій етап – суттєва зміна рівня стресу. Проявляється у вранішній втомі, вразливості, конфліктності, апатії, хронічній втомі, відокремленні від близьких, утраті лібідо. Також людина відмовляється від усіх своїх хобі та захоплень, вважає беззмістовними власні цілі та відкладає виконання завдань. На цьому етапі спостерігаються виражена відмова від розгляду проблем, майже повне відокремлення та знецінення оточуючого середовища. Виникають цинізм, агресивна насмішка, нетерплячість та нетерпимість. Колеги або клієнти розглядаються як злі, несвідомі, вимогливі, нерозсудливі, недисципліновані, і кожен контакт вважається невитриманим, а за з'яви нового клієнта його сприймають як новий виклик. Зауважується втрата продуктивності і скарги на самопочуття. Взаємодія з іншими людьми, з якими спілкування є необхідним, характеризується безпомічністю і нездатністю надавати допомогу, а також недостатньою чутливістю.

Четвертий етап – відчуття відмежованості настільки зростає, що кожний прояв уваги та доброзичливості з боку оточення сприймається як атака, що може викликати параноїдальні реакції. Утрачається власне почуття особистості, людина перестає бути собою, її діяльність стає автоматичною, що супро-

воджується постійним відчуттям внутрішньої порожнечі.

Останній етап – хронічне вигорання. Воно вплетене у повсякденне життя і стає його невід’ємним складником. Відображається у поведінці, способі мислення та комунікації. Ця стадія характеризується такими ознаками, як постійний сум, депресія, щоденна психічна та фізична втома. Виникають внутрішня безнадія і втрата сенсу. Є ризики шлунково-кишкових захворювань.

Розуміння стадії емоційного виснаження, на якій перебуває клієнт, а також аналіз причин його виникнення та чинників, що сприяють цьому стану, допомагають нам визначити оптимальні методи втручання та передбачити тривалість психотерапії [14].

Таким чином, проведений теоретичний аналіз демонструє, що особливістю трудової діяльності психологів вважається сильне емоційне напруження, яке виникає унаслідок великої кількості стресових подій, що є невід’ємним складником професійного досвіду. Це спричиняє негативні наслідки для психологічного та фізичного стану особистості. Яскраві ознаки професійного вигорання включають почуття безнадійності, втрату мотивації до праці, емоційне виснаження, відчуття втрати контролю в житті, відсутність задоволення від роботи та виявляється фізичними симптомами.

Перспективою подальших наукових пошуків буде емпіричне вивчення особливостей професійного вигорання психологів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Булатевич Н.М. Синдром емоційного вигорання: роль індивідуальних та організаційних чинників. *Вісник Київського національного університету імені Т. Шевченка. Серія «Соціологія. Психологія. Педагогіка»*. 2005. Вип. 22–23. С. 47–50.
2. Дудяк В. Емоційне вигорання. Серія «Психологічний інструментарій». Київ : Главник, 2007. 128 с.
3. Зайчикова Т.В. Соціально-психологічні детермінанти синдрому «професійного вигорання» у вчителів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2005. 20 с.
4. Ковровський Ю.Г. Особистісні чинники професійного вигорання персоналу оперативно-рятувальної служби ДСНС України. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2015. № 3. С. 58–65.
5. Рурик Г.Л. Запобігання виникненню синдрому професійного вигорання та синдрому емоційного вигорання – шлях до збереження психічного здоров’я. *Методичні рекомендації*. Миколаїв, 2020. 41 с.
6. Титаренко Т.М. Психологічне здоров’я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травмизації : монографія. Кропивницький, 2018. 160 с.
7. Чеканська Л.М. Особливості психологічної профілактики професійного вигорання у педагогів. *Освітні інновації: філософія, психологія, педагогіка* : матеріали VII Міжнар. наук.-прак. конф., м. Суми, 10 грудня 2020 р. : у 2-х ч. С. 211–217.
8. *Burn-out an «occupational phenomenon»*: International Classification of Diseases WHO, 28 May 2019.
9. Hogan R., Mc Knight M., *Internet and Higher Education*, 10 (2007) 117.
10. Lindsäter E. *Cognitive Behavioral Therapy for Stress-Related Disorders*, Stockholm 2020, 65 p.
11. Linda V. Heinemann and Torsten Heinemann, *Burnout Research: Emergence and Scientific Investigation of a Contested Diagnosis*, SAGE Open January-March 2017: 1–12.
12. Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P. *Job Burnout. Annual Review of Psychology*. 2001. Vol. 52. P. 397–422.
13. Pines A., Aronson E. *Career Burnout: causes and cures*. New York: Free Press, 1988. 68 p.
14. Scott E. *Burnout Symptoms and Treatment*. Medically reviewed by Steven Gans, MD Updated on March 20, 2020.
15. Unger DE., *Superintendent Burnout: Myth or Reality*. PhD Thesis. The Ohio State University, Department of Aging, Columbus, 1980. 165 p.
16. Kaschka W.P., Korczak D., Broich K. *Burnout: a Fashionable Diagnosis. Deutsches Ärzteblatt international*. 2011. 108(46): P 781.

СТАТУС КОНЦЕПТУ «ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ» У КОНТИНУУМІ ПОНЯТЬ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

A STATUS OF THE "PERSONALITY MATURITY" CONCEPT IN THE CONTINUUM OF IDEAS ON PERSONALITY DEVELOPMENT

У статті аналізується проблематика особистісної зрілості у контексті дослідження розвитку особистості. Зріла особистість визначається складною системою, що саморозвивається, тобто сама моделює і реалізує власну генезу, найважливішою характеристикою якої є смисл. Зауважено, що у гуманістичній психології особистісна зрілість отожднюється з психічним здоров'ям («повноцінним функціонуванням») та інтерпретується як здатність спиратися на власні внутрішні ресурси під час вирішення життєвих проблем і бачити у проблемі можливість для особистісного зростання. У концептуальній моделі психологічного простору саморозвитку особистості зрілість характеризується автономністю, самоідентичністю, інтернальністю, відкритістю, толерантністю до нового, наявністю усвідомленої мети самоздійснення як орієнтира самодетермінації та активної життєвої стратегії. Розгляд розвитку особистості як інтеграції соціогенези, персоногенези та суб'єктогенези виявляє зрілість як ресурс, що зміцнює і розкриває суб'єктність, а також сприяє соціальній адаптації та гармонійній взаємодії особистості з оточуючими і навколишнім світом. У парадигмі аксіогенезу особистості зріла особистість «на рівні абсолютного суб'єкта» здатна до реалізації смислу, а її суб'єктна позиція характеризується позитивним самоставленням, інтернальністю, внутрішньою мотивацією діяльності, рефлексивністю, відносною автономністю, спрямованістю на саморозвиток і самоактуалізацію. Аналіз проблеми особистісного розвитку в площині психологічної герменевтики визначає зрілу особистість як «автора», творця життєвих та особистісних проєктів. Особистісна зрілість розглядається як акмеологічний складник процесу розвитку особистості та визначається здатністю стати суб'єктом ухвалення самостійних рішень, які сприяють розвитку творчої діяльності й утіленню програм самореалізації творчих потенціалів. Особистісна зрілість розглядається (характеризується) як критерій особистісного зростання, а самодетермінація є головним феноменом особистісної зрілості та виявом особистісного потенціалу.

Ключові слова: особистісна зрілість, розвиток особистості, саморозвиток, самоде-

термінація, суб'єктність, ціннісно-смысловая сфера особистості, рефлексія.

The article analyzes personality maturity in the context of studies on personality development. A mature personality can be understood as a complex self-developing system; in other words as a system that models and realizes its own genesis, which the most important characteristic is meaning. In humanistic psychology, personality maturity is identified with mental health ("full functioning") and is interpreted as an individual's capability to rely on his/her own internal resources when solving life problems, as well as to see a problem as an opportunity for personal growth. In the conceptual model of a psychological space for personal self-development, maturity is characterized by autonomy, self-identity, internality, openness, tolerance to the new, an existing conscious goal for self-realization as a reference point for self-determination and an active life strategy. Consideration of personality development via an integration of sociogenesis, personogenesis and subjectogenesis reveals that maturity is a resource strengthening and unfolding subjectivity, as well as promoting social adaptation and harmonious interactions with others and the surrounding world. In the paradigm of personality axiogenesis, a mature personality is capable "at the level of an absolute subject" to fulfill meaning, and his/her subject position is characterized by positive self-attitude, internality, internal motivation for activities, reflexivity, relative autonomy, orientation towards self-development and self-actualization. Analyzed within psychological hermeneutics, a mature personality is defined as an "author", a creator of life and personal projects. Personality maturity is seen as an acmeological component of personality development and can be described as an individual's capability to become a subject making independent decisions that contribute to creative activities and to programs leading to implementation of one's own creative potentials. Personality maturity can be considered as a criterion of personal growth; and self-determination is the main phenomenon of personality maturity and a manifestation of personal potential.

Key words: personality maturity, personality development, Self development, Self-determination, subjectivity, personal value-meaning sphere, reflection.

УДК 159.922

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.33>

Яворська-Ветрова І.В.

к.психол.н., с.н.с.,
старший науковий співробітник
лабораторії психології особистості
імені П.Р. Чамати
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Постановка проблеми. Проблематика зрілості особистості вивчається одночасно і так довго, як і проблематика розвитку особистості. Ґрунтуючись на працях представників класичної психології (К. Юнга, З. Фрейда, В. Франкла, Е. Фромма, А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса та ін.), вітчизняними науковцями досліджувалися: розвиток особистості як саморух (Г.С. Костюк), генеза особистості (С.Д. Максименко), самоздійснення особистості (М.Й. Боришевський), самопроєктування

особистості (Н.В. Чепелева), самодетермінація розвитку особистості (Л.З. Сердюк), цілісне саморозгортання життєвого світу особистості (Т.М. Титаренко), аксіогенез особистості (З.С. Карпенко), актуалгенез саморозвитку особистості (С.Б. Кузікова), особистісні зміни як процес (П.В. Лушин), психосоціальний розвиток як єдність соціогенези, персоногенези та суб'єктогенези (А.В. Шамне), досягнення акме як вершини у розвитку особистості (В.М. Гладкова та ін.) тощо.

Дослідження феномена «особистісна зрілість» ґрунтувалося на положенні про те, що вона є критерієм особистісного зростання, а самоідентифікація є головним феноменом особистісної зрілості та виявом особистісного потенціалу, який відображає міру долання особистістю заданих обставин, зрештою долання особистістю самої себе [7]. Науковці дійшли висновку, що розвиток відбувається на всіх етапах життєвого шляху людини, а особистісна зрілість не обмежена певними віковими рамками і не є кінцевим чи завершальним станом розвитку. Навпаки, чим більш зрілою у психологічному, особистісному, соціальному, духовному, професійному та інших аспектах виступає людина, тим більші потенційні можливості перед нею відкриваються, тим більш зростає її здатність до подальшого розвитку.

Розглядаючи особистісну зрілість як *динамічний процес* (опанування нових цінностей, здійснення відповідальних виборів, безумовне прийняття інших людей, об'єктивне усвідомлення нормативно-ціннісного образу самого себе, рефлексування особистісних якостей, власних учинків та здатність до морального самоконтролю взаємодій) [3], дослідники обґрунтовують можливість та необхідність активізації становлення особистісної зрілості.

Мета статті – проаналізувати концепт «особистісна зрілість» у спектрі понять розвитку особистості.

Виклад основного матеріалу. У підході гуманістичної психології особистісна зрілість ототожнюється з психічним здоров'ям. Зрілу особистість називав «здоровою» Г. Олпорт. Серед центральних рис пропріуму, (динамічного центра особистості), які сприймаються людиною як важливі для її самоповаги та самоідентичності, учений виокремив: розширене почуття «Я»; теплоту по відношенню до інших; емоційну безпеку та прийняття себе; реалістичне сприйняття; самооб'єктивацію – розуміння себе та гумор; єдину філософію життя [4]. На думку К. Роджерса, особистість, що «повноцінно функціонує», повністю усвідомлює своє реальне «Я», довіряє внутрішнім імпульсам, відкрита новому досвіду, упевнена у своїй здатності приймати рішення [13]. На переконаності у зрілості, а отже, ресурсності, здорової людини ґрунтується метод позитивної психотерапії Н. Пезешкіана. На його думку, кожна людина у тісній взаємодії з оточуючим світом розвиває свої здібності, базовими з яких є когнітивність (здатність до пізнання) й емоційність (здатність до любові). Вони «відкривають людині величезні можливості», диференціюючись, «утворюють незмінну структуру особистісних рис (неповторність)» [22]. Кожна людина живе, діє, розвивається, вирішує «актуальні», «базові» й «ключові» конфлікти у чотирьох вимірах, що становлять її

ідентичність: «тіло (здоров'я і самопочуття, контакт і фізичні відчуття, енергія стресу й емоційні реакції); ставлення (взаємини, любов, турбота, відповідальність, соціальна взаємодія й взаємна допомога); досягнення/продуктивність (логіка і планування, рішення і дія, старанність і продуктивність, довіра і контроль, час і результат); фантазія (смісл, ідеали, майбутнє, цілі й переконання)» [22]. У цих чотирьох вимірах людина створює концепції – емпірично-когнітивно-емоційні структури, що задають схему інтерпретації ставлення людини до себе, до інших людей і до дійсності. Концепції «визначають основу особистості, при цьому можуть доповнюватися новим досвідом і коригуватися в подальших ставленнях». Таким чином, у парадигмі Н. Пезешкіана особистісна зрілість інтерпретується як здатність спиратися на власні внутрішні ресурси під час вирішення життєвих проблем і бачити у проблемі можливості для особистісного зростання.

За визначенням С.Д. Максименка, особистість – це форма існування психіки людини, змістовими (ключовими) ознаками якої є цілісність, унікальність, активність, вираження, відкритість, саморозвиток і саморегуляція [10, с. 10]. Перетин трьох ліній становлення особистості – довільності, інтеграції, переживання – породжує механізм смислового зв'язування, коли встановлюється внутрішній зв'язок із ціннісною сферою особистості і нейтральний до цього зміст перетворюється на емоційно заряджений смісл. Функціонування такого механізму вимагає розвиненої уяви, володіння широкою часовою перспективою, наявності ієрархічної смислової сфери. А отже, на думку вченого, цей механізм може існувати лише в інтегрованій, зрілій особистості, і результатом його роботи є виникнення нових інтенцій та гармонізація внутрішнього світу особистості. На певному етапі інтегративні процеси розвитку особистості закономірно призводять до виникнення проблеми смислу, прагнення відкрити сенс життя, яке В. Франкл назвав фундаментальною мотиваційною силою людини. Відкриття смислу є, за С.Д. Максименком, дуже важливим, кардинальним і зламним моментом людського існування, адже відкриває особистість до зовнішнього світу: «Людина перестає знаходитися лише всередині власного «Я», лише всередині житейських ситуативних інтересів вона виходить за конкретну ситуацію і стає людиною всього світу. Тут, ми бачимо, перетинаються лінії інтеграції і взаємовідносин зі світом – світ перестає бути «навпроти» людини, і, навпаки, вона опиняється всередині світу, «огортається» ним і споріднюється з ним» [10, с. 15]. Отже, зріла особистість є складною системою, що саморозвивається, тобто сама моделює і реалізує власну ґенезу, центральним напрямом

мом якої є відкриття смислу.

Визначаючи саморозвиток як усвідомлене самозмінювання, безперервний, багатоплановий, самокерований процес особистісних змін, С.Б. Кузікова наголошує на суб'єктній активності індивіда, тобто активно-творчій позиції стосовно своїх змін як єдиній детермінанті саморозвитку. Саме усвідомлення особистістю своїх потенційних можливостей (ресурсів) і вміння керувати їх реалізацією, підкреслює авторка, робить людину активним творцем свого життя, суб'єктом особистісного саморозвитку [9, с. 297]. Суб'єктність розглядається як інтегратор здатності людини до усвідомленого і самокерованого саморозвитку (рефлексивної саморегуляції). Розроблена С.Б. Кузіковою концептуальна модель психологічного простору саморозвитку особистості висвітлює його як «простір, у якому особистість: 1) відчуває себе суверенною і переживає свою автентичність (істинність); 2) усвідомлює власну компетентність, продуктивність та ефективність (успішність); 3) може змінюватися (у певних межах, зберігаючи самість), підтримуючи гармонічні відносини із зовнішнім світом, зберігаючи психологічне здоров'я і життєздатність; 4) може вільно і відповідально експансіювати власний особистісний потенціал (розширювати межі можливого)» [9, с. 300]. Такий простір забезпечує успішність саморозвитку й досягнення особистісної зрілості, що характеризується автономністю, самоідентичністю, інтернальністю, відкритістю, толерантністю до нового, наявністю усвідомленої мети самоздійснення як орієнтира самодетермінації та активної життєвої стратегії. Аналізуючи виокремлені авторкою рівні організації саморозвитку, можна припустити, що рівню особистісної зрілості відповідають особистісно-рефлексивний (середньо-високий) та автентично-творчий, трансгресивний (високий) рівні організації саморозвитку. Перший визначається самоідентифікацією, самопізнанням, самоаналізом, побудовою системи цінностей, смислоутворенням, пошуком цілей і шляхів їх досягнення, другий – високою здатністю до трансцендентності, прогресивним характером саморозвитку, спрямованістю у майбутнє.

Аналізуючи концепт «психосоціальний розвиток – синергетичний континуум особистості – суб'єкта», А.В. Шамне трактує його як інтеграцію соціогенези, персоногенези та суб'єктогенези. Авторка наголошує на подвійній природі людини, що виявляється у двох її родових якостях: соціальності (діалогічність свідомості) та індивідуальності (потреба у самопізнанні, розумінні світу, самовизначенні). Отже, психосоціальний розвиток поєднує у собі два процеси: по-перше, інтеграцію у суспільство людини як соціального суб'єкта,

носія соціальної активності, особливої форми соціальності (рефлексивного усвідомлення себе суб'єктом взаємодії, реалізації потреби у самоствердженні, персоналізації); по-друге, вибір індивідуально-унікального способу розвитку (саморозвитку), розгортання внутрішнього джерела розвитку та становлення суб'єкта життєдіяльності, визначення змісту і шляхів самодетермінації (суб'єктогенез) [20, с. 102–103]. Отже, зрілість у «континуумі особистості – суб'єкта», за А.В. Шамне, виявляється у психосоціальній інтегрованості як ресурсі розвитку й самоорганізації особистості, яка у ситуаційному аспекті сприяє соціальній адаптації та гармонійності взаємодії особистості з навколишнім світом і оточуючими, а у екзистенційному – зміцнює і розкриває власне суб'єктність, індивідуальність особистості.

У парадигмі аксіологічної персонології З.С. Карпенко розглядає особистісне становлення як розвиток ціннісно-сислової сфери людини. Грунтуючись на голістичному та інтегративно-особистісному (за Г.О. Баллом) підходах, дослідниця визначає аксіогенез як розгортання суб'єктних здатностей особи «у цілісній ситуації буття», а саме: індивідний (організм як психосоматична єдність), власне суб'єктний (як суб'єкт окремих предметних діяльностей), соціально-особистісний (моральнісний), індивідуальний (культурно-відповідний) та універсальний (трансцендентно-ідеальний) рівні розвитку «з прогресивним ускладненням ціннісно-духовних устремлінь людини» [6, с. 184–185]. Розвиток сислової архітектоники особистості як сходження до вищих рівнів відбувається, на думку З.С. Карпенко, від Я – суб'єкта активностей (площина Я – діяльність) через індивідуальне, особисте Я (площина Я – Я) та Я – інше Я (площина Я – інші люди) до Над-Я, яке «виступає суперпозицією всіх попередніх суб'єктів». Отже, можна стверджувати, що у трансцендентно-онтичному вимірі зріла особистість «на рівні абсолютного суб'єкта – універсальної особистості як ідеалу самозвершення» здатна до реалізації смислу, інтеграції й гармонізації життєвого світу, переживання повноти буття.

У суб'єктній парадигмі розглядає аксіогенез особистості Г.К. Радчук. У висунутій авторкою культурно-феноменологічній концепції аксіогенезу особистості центральним постає поняття суб'єктної позиції, що визначає ступінь реалізованої свободи особистості, її духовну й, власне, особистісну зрілість. Суб'єктна сутність людини виявляється феноменом самовизначення (самодетермінації), що «виступає мотиваційно-вольовим ядром і результатом аксіогенезу, складним, водночас динамічним і стабільним станом суб'єкта, діяльнісним,

рефлексивним і ціннісносмісловим актом» [12, с. 322], проявляється у готовності добровільно брати на себе відповідальність за здійснюваний вибір. Сформована суб'єктна позиція зрілої особистості, за Г.К. Радчук, характеризується позитивним самоствавленням, інтернальністю, внутрішньою мотивацією діяльності, рефлексивністю, відносною автономністю, спрямованістю на саморозвиток і самоактуалізацію.

У спектрі ціннісної проблематики та особистісного самоздійснення М. Клименко досліджує нарцисизм із позиції особистої адекватно високої самоцінності, що є джерелом саморозкриття й саморозвитку, а нарцисичну саморегуляцію – як механізм формування адекватного уявлення про себе та більш позитивного самоствавлення, кристалізацію самоповаги [8, с. 83]. Базова впевненість у тому, що власна особа має цінність та володіє достатньою силою, щоб дбати про себе, ухвалювати рішення, здійснювати їх відповідально, є підґрунтям екзистенційної сповненості суб'єкта, його самоздійснення. Визначальними чинниками особистої сповненості є, за М. Клименко, переживання суб'єктивної впевненості, спроможності, відчуття психічної цілісності, наявності мети діяльності, позитивна самооцінка, відчуття внутрішнього наповнення, що говорять про силу Self [8, с. 87]. Використовуючи термін «сильна особистість», авторка наголошує, що базова впевненість у собі та високий рівень соціабельності сприяють відкритості особистості до світу, готовності більш адекватно сприймати оцінки оточуючих. Можна стверджувати, що високий нарцисизм як сила Self, переживання його значущості, ідеал самодостатності «крокує поруч» із самоздійсненням, тобто здорова самоцінність є показником особистісної зрілості. Ці висновки корелюють із результатами дослідження Н.І. Меленчук і Б.О. Мухаровської, які з'ясували, що особи з високим рівнем нарцисизму та силою Self-системи характеризуються позитивним ставленням до себе, уявленням про себе як сильну особистість. Отже, нарцисична саморегуляція виступає механізмом підтримання позитивного уявлення особистості про себе (самоцінність), а позитивне самоствавлення є необхідною умовою для налагодження здорових стосунків зі світом, джерелом саморозкриття та саморозвитку [11].

У площині психологічної герменевтики, тобто розуміння та інтерпретації психічної реальності людини, її особистого досвіду, аналізують проблему особистісного розвитку Н.В. Чепелева і С.Ю. Рудницька. Особистість, що розвивається, спрямовану на саморозвиток, авторки розглядають такою, що здатна до самопроєктування як процесу вибудовування власної ідентичності, здатна діяти, виходячи

із власного задуму, проєкту відносно свого майбутнього (життєвий проєкт) та власної особистості (особистісний проєкт). Зазначається, що особистісний проєкт «передбачає: 1) створення «задуму себе», тобто конструювання Я-можливого, або Я-бажаного, або ж Я-ідеального; 2) створення схеми або сюжету подальшого життя і себе в ньому; 3) реалізацію цього задуму шляхом вибудовування бажаної, передбачуваної ідеальної історії власного життя або плану, за яким втілюватиметься задум, а також конструювання власної ідентичності, адекватної власному задуму» [18, с. 71]. Наголошуючи, що найважливішою характеристикою особистості є смисли, на які вона спирається в процесі розвитку, дослідниці акцентують на створенні власних смислових систем у межах саме особистісного виміру розвитку. Коли смислові системи відображаються у ментальній моделі людини, яка і є основою для створення життєвих та особистісних проєктів, таку людину називають «автором», творцем власного життя і власної особистості. Авторство, на переконання Н.В. Чепелевої і С.Ю. Рудницької, і є показником зрілої особистості, яка осмислила себе, власний життєвий досвід, здатна ставити власні завдання саморозвитку, відповідальна за наслідки своїх учинків, здатна робити усвідомлений вибір, тобто людина, «пов'язана смислом» [18, с. 73].

Аналізуючи людське життя як реалізацію життєтворчих можливостей, реалізацію людиною себе як творчого проєкту, Н.В. Артюхіна і Р.О. Кучеренко доходять висновку, що життєтворчість особистості пов'язана із самореалізацією та самостввердженням у її власному житті, творчою адаптацією до життєвих обставин через конструювання нової суб'єктивної реальності та актуалізацію потенційних здібностей. Зрілій особистості, на думку дослідниць, притаманні здатність здійснювати авторські життєві вибори, стійкість та цілісність її життєвого світу, суверенність психологічного простору [1].

Особистісна зрілість розглядається як акмеологічний складник процесу розвитку особистості. При цьому характеристиками зрілості виступають багатогранна ресурсна зона інтелектуального потенціалу, кооперативна поведінка особистості в суспільстві, відкритість до нового, високий рівень творчої активності, ініціативність, багатий внутрішній світ, прагнення до особистісного росту [2]. Зрілість в акмеології постає необхідною передумовою досягнення акме як точки найвищої досконалості в розвитку людини і пов'язана з формуванням та реалізацією ідеалу, тобто життєвої програми людини. Акмеологічна зрілість визначається здатністю стати суб'єктом ухвалення самостійних рішень, які сприяють розвитку творчої діяльності й утіленню про-

грам самореалізації творчих потенціалів [19]. За В.М. Ямницьким, особистісна зрілість як акме передбачає життєтворчість як «процес реалізації цільових та смислових аспектів власного життя» [21, с. 252]. Системоутворюючою рисою науковець визначає суб'єктність, що має такі показники: цілісність виявлення активності у взаємодії зі світом; відповідальність, свідомий характер діяльності; спрямованість на особистісне зростання, саморозвиток, самоактуалізацію; розвиток і реалізація духовних потреб; пошук смислу життя.

Вияв зрілості в усіх сферах життєдіяльності трактується як акме – найвищий ступінь розвитку особистості, період найбільших її досягнень. Водночас Н.М. Дідик наголошує на мінливості й варіативності акме та вивченні «феномена зрілості або досягнення людиною вершини у розвитку як індивіда, особистості, суб'єкта діяльності та індивідуальності» [5, с. 113] у процесуальному і результативному аспектах. Особистісну зрілість дослідниця розглядає як умову і невід'ємний компонент успішного становлення людини як фахівця, зокрема у сфері соціономічних професій, підкреслюючи взаємопов'язаність особистісної та професійної зрілості: «У професіях системи «людина – людина» особистісні якості становлять основу для професійних, успішне їх поєднання забезпечує ефективне виконання професійної діяльності» [5, с. 115]. Акмеологічна оптимізація, на переконання Н.М. Дідик, сприяє формуванню таких характеристик зрілої особистості, як: активна життєва позиція, реалістичне сприйняття дійсності і себе, креативність, відповідальність, самостійність, вміння ставити реалістичні цілі, здатність до самопізнання і самовдосконалення через відкритість власному досвіду, толерантність до невизначеності, гармонійність, цілісність, здатність до глибоких міжособистісних взаємин. Інструментом досягнення акме в особистісній та професійній сферах є рефлексія, «свідоме, активно рефлексивне ставлення до життя». Дослідниця наголошує, що без акмеологічного супроводу у фахівця можуть сформуватися негативні риси (авторитарність, демонстративність, дидактичність, індиферентність, консерватизм, агресія, соціальне лицемірство), що призводить до деформації особистості, а отже, особистісної й професійної незрілості.

Досліджуючи в межах системно-синергетичного підходу проблематику самодетермінації особистості, Л.З. Сердюк аналізує різні складники та характеристики самоактуалізованої, психологічно здорової, зрілої особистості, що прагне до самореалізації. Серед них: автономія (людина діє як суб'єкт виходячи з глибинного відчуття себе, своєї цілісності, впевненості, що її поведінка є справж-

ньою і самоорганізованою, а не внутрішньо суперечливою і нав'язаною ззовні), компетентність (переконавання у власній самоефективності, у власних здібностях організувати і здійснювати дії), самоставлення (визначає формування уявлень про світ і себе самого, забезпечує прогнозування своєї соціальної ефективності та ставлення до себе навколишніх, регулює міжособистісні взаємини, постановку і досягнення цілей), система ціннісних та смислових орієнтацій, воля як вияв інтринсивної мотивації [14]. Дослідниця наголошує: «Самодетермінація у становленні та розвитку особистості створює умови для досягнення нею високих результатів діяльності і тим самим укріплення її психологічного благополуччя» [15]. Психологічне благополуччя, своєю чергою, сприяє становленню особистісної зрілості через забезпечення задоволення особистих потреб і досягнення цілей; прагнення до особистісного зростання; усвідомлення цілей свого майбутнього; наявність довірливих взаємин з оточенням; самостійність і незалежність, впевненість у своїх можливостях ефективно діяти, здатність свідомо контролювати й оцінювати свої досягнення і перспективи, наявність мотивації саморозвитку та самореалізації.

Як зазначалося вище, особистісна зрілість розглядається критерієм особистісного зростання, а самодетермінація є головним феноменом особистісної зрілості та виявом особистісного потенціалу. Особистісний потенціал як «структурована цілісність відображає особливості системної організації особистості та її багатогранність, забезпечує успішність соціально-психологічної адаптації особистості у нових умовах, ефективно вирішення проблемних ситуацій та життєвих труднощів» [16, с. 50]. Його показниками визначають особистісну автономію, внутрішню свободу; осмисленість життя; життєстійкість у складних обставинах; готовність до внутрішніх змін; здатність сприймати нову невизначену інформацію; постійну готовність до дії; особливості планування діяльності; часову перспективу особистості.

У межах дослідження позитивних психологічних станів, що впливають на захопленість роботою, А.Ю. Трофімов і Ю.І. Бондар розглядають поняття «психологічний капітал» (аналогом якого є конструкт «особистісний потенціал»). Для цього позитивного стану розвитку людини характерними є: самоефективність – прийняття та докладання необхідних зусиль для вирішення складних завдань («люди з високим психологічним капіталом самоефективності не чекають, коли для них будуть встановлені складні цілі, навпаки, вони створюють їх, постійно кидаючи виклик собі»); оптимізм як позитивна атрибутивна ознака поведінки у сьогоденні та майбутньому («реа-

лістичний та гнучкий оптимізм дає змогу розвивати та підтримувати здатність до самодисципліни, аналізу минулих подій, планування на випадок надзвичайних ситуацій і профілактичної допомоги); надія – наполегливий рух у бік цілі, а в разі необхідності й перенаправлення шляхів до досягнення мети («пізнавальний стан або тип мислення, у якому людина здатна створювати реалістичні установки, що корелюють із певними цілями та очікуваннями, а потім досягати цих цілей через самовизначення»); життєстійкість – досягнення успіху попри ускладнення проблем та виникнення негараздів («не тільки здатність оговтуватися від негараздів, а й позитивна спрямованість, яка «кидає виклик» події, і воля до виходу поза межі нормального, зони комфорту та рівноваги» [17, с. 261–262]).

Дані досліджень, які ґрунтуються на викладених вище засадах, дають змогу стверджувати, що «багаті» на психологічний (особистісний) капітал особи можуть характеризуватися як особистісно зрілі, зокрема у сфері професійної діяльності.

Висновки. Аналізуючи поняття особистісної зрілості у континуумі понять спектру особистісного розвитку, можна виокремити такі концептуальні положення. Особистісна зрілість:

- не обмежується певними віковими рамками і не є показником вікового періоду розвитку;

- розглядається функцією психічного здоров'я особистості та, відповідно, ресурсності здорової людини, яка прагне самоактуалізації;

- висвітлюється як динамічний процес розгортання суб'єктних властивостей, суб'єктної позиції особистості;

- пов'язана із ціннісною сферою особистості, пошуком і створенням смислових систем як основи для життєвих та особистісних проєктів;

- розглядається як акмеологічний складник процесу розвитку особистості;

- визначається як ресурс розвитку й самоорганізації особистості, що зміцнює і розкриває суб'єктність, а також сприяє соціальній адаптації та гармонійній взаємодії особистості з оточуючими і навколишнім світом;

- виокремлюється критерієм особистісного зростання, а самодетермінація – головним феноменом особистісної зрілості та виявом особистісного потенціалу;

- провідним механізмом (інструментом) досягнення особистісної зрілості є здатність до рефлексії.

Перспектива подальших наукових пошуків полягає в емпіричному дослідженні особливостей становлення особистісної зрілості у контексті розроблення психологічних технологій сприяння позитивному психічному здоров'ю особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артюхіна Н.В., Кучеренко Р.О. Життєтворчі можливості особистості в дорослому віці. *Габітус*, 2023. Вип. 51. С. 64–69.

2. Архипова С.П. Творча зрілість особистості й рівні досягнення «акме» людини в процесі її професійного становлення. *Соціальна педагогіка*. 2005. № 4. С. 84–90.

3. Вінник Н.Д. Дослідження особистісної зрілості студентів як умови успішної професійної самореалізації. *Педагогічний процес: теорія і практика Серія «Психологія»*. 2018. № 3(62). С. 16–20.

4. Гордон Олпорт: матеріали. URL: <https://vseosvita.ua/library/gordon-olport-22556.html>

5. Дідик Н.М. Особистісна зрілість як акме особистості психолога-професіонала. *Проблеми сучасної психології*. 2009. Вип. 3. С. 121–122.

6. Карпенко З.С. Онтологічне обґрунтування аксіологічної персонології. *Психологія особистості*. 2011. № 1(2). С. 182–190.

7. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (у схемах, презентаціях і таблицях) : навчальний посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2022. 158 с.

8. Клименко М. Функції нарцисичної саморегуляції у контексті особистісного самоздійснення. *Психологія особистості*. 2019. № 1(10). С. 83–91.

9. Кузікова С.Б. Феноменологія саморозвитку в психосоціальної генезі особистості: суб'єктний підхід. *Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика* : монографія / за ред. С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. С. 295–318. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/10836/1/ОСОБИСТІСТЬ%20У%20РОЗВИТКУ%20-%20ПСИХОЛОГІЧНА%20ТЕОРІЯ%20І%20ПРАКТИКА%20%20стр.pdf>

10. Максименко С.Д. Модуси розуміння особистості в психології: буттєве і духовне, цілісність і саморух. *Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика* : монографія / за ред. С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. С. 9–16. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/10836/1/ОСОБИСТІСТЬ%20У%20РОЗВИТКУ%20-%20ПСИХОЛОГІЧНА%20ТЕОРІЯ%20І%20ПРАКТИКА%20%20стр.pdf>

11. Меленчук Н.І., Мухаровська Б.О. Особливості самоставлення осіб із різним рівнем нарцисизму. *Габітус*. 2023. Вип. 49. С. 140–145. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.49.24>

12. Радчук Г.К. Психологія аксіогенезу особистості в контексті вищої професійної освіти. *Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика* : монографія / за ред. С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. С. 319–339. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/10836/1/ОСОБИСТІСТЬ%20У%20РОЗВИТКУ%20-%20ПСИХОЛОГІЧНА%20ТЕОРІЯ%20І%20ПРАКТИКА%20%20стр.pdf>

13. Роджерс К. Про становлення особистістю: психотерапія очима психотерапевта. URL: <http://psychologis.com.ua/-1-379.htm>

14. Сердюк Л.З. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості : монографія / І.В. Данилюк та ін. ; ред. Л.З. Сердюк. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/712878/>

15. Сердюк Л.З. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості : монографія / І.В. Данилюк та ін. ; за ред. Л.З. Сердюк. Київ – Львів : Вид. В. Кундельська, 2021. 236 с. URL: http://psychology-naes-ua.institute/userfiles/files/Serdjuk_1.pdf
16. Ткачишина О.Р. Особистісний потенціал як основа формування конструктивних копінг-стратегій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2022. Т. 33(72). № 4. С. 50–54. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/0917>.
- Трофімов А.Ю., Бондар Ю.І. Психологічний капітал в організації. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2014. № 2(23). С. 259–265. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/229858616.pdf>
18. Чепелева Н.В., Рудницька С.Ю. Психологічна характеристика особистості, здатної до самопроєктування. *Педагогіка і психологія. Вісник НАПН України*. 2018. № 1. С. 71–77. URL: https://lib.iitta.gov.ua/712378/1/Чепелева_Рудницька_стаття-1.pdf
19. Фундаментальна акмеологія – наука XXI століття : монографія / редкол. В.О. Огнев'юк, В.М. Гладкова, Я.С. Фруктова. Київ : Інтерсервіс, 2019. 206 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/27937/1/v.hladkova_Fundamental%20acmeology.pdf
20. Шамне А.В. Теоретико-методологічний аналіз психосоціального розвитку як єдності соціогенези, персоногенези та суб'єктогенези. *Особистість у сучасному світі* : матеріали III Всеукраїнського психологічного конгресу з міжнародною участю, 20–22 листопада 2014 р. Київ : Інформаційно-аналітичне агентство, 2014. С. 100–103.
21. Ямницький В.М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент : монографія. Одеса : ПНЦ НАПН України, 2006. 362 с.
22. Peseschian, Nossrat. *Positive Psychosomatics: Clinical Manual of Positive Psychotherapy*. 2016. Bloomington, USA: AuthorHouse.

СЕКЦІЯ 7 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПЕДАГОГІЧНОМУ КОЛЕКТИВІ ЗОШ

PSYCHO-CORRECTIVE PROGRAM OF CONFLICT RESOLUTION IN THE TEACHING STAFF OF SCHOOL

У статті описано психокорекційну програму розв'язання конфліктів у педагогічному колективі ЗОШ, доведено її ефективність у контексті вирішення конфліктів у педагогічному колективі ЗОШ.

Розкрито зміст поняття «програма», схарактеризовано програму як план діяльності, робіт, проведення якогось заходу; виклад основних завдань, цілей і принципів діяльності організації чи окремого діяча. Висувано гіпотезу, що розроблена програма за умови впровадження її реалізації запропонованих психокорекційних завдань має сприяти формуванню толерантності, тактовності, милосердя, доброзичливості, комунікативності, емпатії педагогів, які працюють у закладах середньої освіти. З'ясовано, що програма базується на принципах варіативності, доступності, системності, логічності й послідовності викладення матеріалу. Проаналізовано авторські психологічні тренінги, вправи, виховні заходи, етичні бесіди С. Баникіної, О. Воробійової, О. Гриви, Л. Карамушки, І. Костюк, Е. Регнет, І. Філіпенко, К. Фопеля.

Описано поетапне впровадження комплексної програми «Конфлікт – запорука творчості», яке здійснювали психологи на семінарах-практикумах, методичних об'єднаннях, веб-семінарах, педагогічних радах експериментальних груп Миколаївської гімназії № 43 імені К.Ф. Ольшанського й Миколаївського ліцею № 40, Миколаївської гімназії № 39 імені Ю.І. Макарова.

Окреслено, що психокорекційна програма «Конфлікт – запорука творчості» базується на методології безконфліктної взаємодії особистості, що відображає взаємозв'язок і взаємодію різних підходів до вивчення проблеми теорії і практики вирішення конфліктів у педагогічному колективі ЗОШ, а саме: аксіологічного підходу, спрямованого на реалізацію завдань гуманізації суспільства, де найбільш значущою цінністю проголошується ідея різнобічно й гармонійно розвиненої особистості; середовищного підходу, що є її умовою реалізації виховного впливу, і способом організації середовища та підвищення його виховного потенціалу з метою впливу на особистість педагогів; діяльнісного підходу, що передбачає таку організацію діяльності об'єкта, за якої він усвідомлює себе особистістю, виявляє й розкриває свої можливості, творчі здібності, є активним учасником різних видів діяльності в системі: «мета – мотив – засіб – дія – результат».

Ключові слова: конфлікт, криза ідентичності, жінки середнього віку, педагогічні працівники, заклади освіти, психокорекція.

The article describes the psychocorrective program for resolving conflicts in the pedagogical staff of secondary schools, and proves its effectiveness in the context of resolving conflicts in the pedagogical staff of secondary schools.

The meaning of the concept of "program" is revealed, the program is characterized as a plan of activities, works, holding some kind of event; a statement of the main tasks, goals and principles of the organization's or an individual's activity. It is hypothesized that the developed program, subject to the implementation and implementation of the proposed psychocorrective tasks, should contribute to the formation of tolerance, tact, mercy, benevolence, communicativeness, and empathy of teachers working in secondary education institutions.

It was found that the program is based on the principles of variability, accessibility, systematicity, logic, and sequence of presentation of the material. The author's psychological trainings, exercises, educational activities, ethical conversations of S. Banykina, O. Vorobyova, O. Hryva, L. Karamushka, I. Kostiuk, E. Regnet, I. Filipenko, and K. Foppel were analyzed.

The step-by-step implementation of the complex program "Conflict is the key to creativity" is described, which was carried out by psychologists at workshops, methodical associations, web seminars, pedagogical councils of experimental groups of Mykolaiv Gymnasium No. 43 named after K.F. Olshansky and Mykolaiv Lyceum No. 40, Mykolaivska gymnasium No. 39 named after Yu.I. Makarov.

It is outlined that the psychocorrective program "Conflict is the key to creativity" is based on the methodology of conflict-free interaction of the individual, which reflects the relationship and interaction of various approaches to the study of the problem of the theory and practice of conflict resolution in the pedagogical team of secondary schools, namely: the axiological approach aimed at the implementation of tasks humanization of society, where the idea of a versatile and harmoniously developed personality is declared to be the most significant value; environmental approach.

It is summarized that the environmental approach is both a condition for the realization of educational influence and a way of organizing the environment and increasing its educational potential in order to influence the personality of teachers. It is noted that the activity approach provides such an organization of the object's activity, in which it realizes itself as a person, reveals and reveals its possibilities, creative abilities and acts as an active participant in various types of activities in the system: "goal – motive – means – action – result".

Key words: conflict, identity crisis, middle-aged women, teaching staff, educational institutions, psychological correction.

УДК 159.922.2:316.36-057.36:335.01
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.34>

Дрозд О.В.

к. пед. н.,
доцент кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Гудовський В.А.

здобувач другого (магістерського) рівня
вищої освіти
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Людина зіткана з протиріч. У цьому й унікальність, і причина конфліктів. Якщо конфлікти міжособистісного характеру, то їх можна вирішити з учасниками, залученими в конфліктну ситуацію. Як же бути, коли конфлікт виникає із самим собою? Це питання також турбує працівників освітньої сфери. У житті жінок-педагогів нерідко проявляється так звана «криза ідентичності» – період, коли людина ставить під сумнів себе або своє місце у світі, критично аналізує свої цінності й символ віри, поведінку й уподобання. На якому віковому етапі найчастіше виникає така криза і як зарадити тим, хто відчув її наслідки? Найчастіше криза ідентичності починає проявлятися в зрілому віці, особливо в період кризи середини життя, адже це етап повторного становлення особистості, друге народження людини. На фоні статевих змін і бурхливої гормональної перебудови жінки серйозно замислюються: «Хто я?»

У пошуку власної ідентичності жінка змінює зовнішність, пріоритети, ставлення. У її душі вирує океан емоцій, що провокує безліч конфліктів із колегами, учнями, керівництвом. Й ось на цей стан невизначеності й постійних шукань несподівано нашарувалася війна як виклик, як суворий кат для втомленої особистості. Спонтанічнення, розгубленість, ступор, агресія, роздратування, зухвальство, скепсис – ось чи не весь перелік реакцій таких жінок. Але це нормальна реакція на ненормальні умови. І це найголовніше, що мають зрозуміти самі жінки.

У такі моменти жінка найбільше потребує підтримки і схвалення, хоча найменше це демонструє і просить. Почуття всемогутності, самовпевненість забороняють жінці проявляти жалість до себе й милосердя до світу. Хоча всередині це маленька дівчинка, яка ще недавно з головою вкривалася ковдрою від нічних химер [1, с. 12].

Криза ідентичності, пов'язана з війною, зумовила значно більше страхів у жінок. Криза ідентичності в період війни вдарила по самооцінці, позначилася на успішності в професії, жінка втратила найбільшу розкіш людського життя – спілкування. Треба визнати: «Так, реальність така, довелося жити в тяжкі часи. Але випробування гартують, і ми будемо набагато мужнішими, сильнішими і стійкішими». Варто концентруватися на успіхах, а не невдачах, на нових знаннях і досвіді, а не на оцінках, радити, а не забороняти, дякувати, хвалити й дозволяти. І не заходити без стуку в кімнату одне одного. У відповідь на гнів, обурення й нервові зриви іноді варто просто промовчати або спокійно відповісти: «Я теж тебе люблю». Криза ідентичності – складна річ, але будь-яка криза минає, і потрібна вона кожному для того, щоб перейти на нову сходинку життя, бо найтемніший час перед світанком.

Першим блоком психокорекційної програми «Конфлікт – запорука творчості» визначено *створення доброзичливої атмосфери, упровадження традицій і свят у колективі*.

Початковий етап передбачав залучення до впровадження комплексної програми «Конфлікт – запорука творчості» для педагогів експериментальної групи. Досягненню поставленої мети сприяв перший блок програми, який орієнтує працівників закладів освіти на вирішення таких завдань: засвоїти поняття: конфлікт, конфліктна ситуація, діалог, міжкультурна взаємодія, інтелігентність, конфліктологічна компетентність тощо; ознайомитися з найбільш значущими та перспективними методами вирішення конфліктів у педагогічному колективі ЗОШ; навчитися виявляти й аналізувати проблеми і труднощі педагогічної взаємодії, що виникають між усіма суб'єктами освітнього процесу, передусім у середовищі педагогів, поглибити знання з психології конфліктів.

Цілеспрямовану роботу з педагогічними працівниками ЗОШ ми розпочали з ознайомлення вчителів із результатами діагностики рівня конфліктності на констатувальному етапі.

Для підготовки педагогів до безконфліктної взаємодії з колегами засобами освітньої платформи zoom використовували ділові та рольові ігри, що містили психологічні завдання, наприклад: «Як учинити педагогові в певній конфліктній ситуації?» У процесі гри вироблялися навички співпраці, спрямовані на безконфліктну взаємодію, а саме: позитивне ставлення до відмінностей, швидке реагування на непередбачувані педагогічні ситуації, педагогічний такт, розрядка шляхом гумору. Тобто лише в ході програвання певних психологічних ситуацій, що вимагали морального вибору, відбувалося формування неконфліктності самих педагогів, адже психологічні ситуації, моральні дилеми – це фрагмент педагогічної діяльності, через розв'язання яких виявляється психолого-педагогічна культура та професійна майстерність педагогів.

Під час реалізації першого блоку ми зверталися до таких форм роботи, як лекційно-практичні заняття, інсценізація, психокорекційні й арт-терапевтичні вправи, дискусії, круглі столи, тренінги тощо.

Саме завдяки ним відбувався розвиток критичного й аналітичного мислення педагогів, удосконалювалося вміння переконливо висловлювати думку, дискутувати, формувалося асертивне та саногенне мислення, навички емпатії.

Зокрема, ефективною з позиції розвитку неконфліктності педагогів була вправа «Збирання ідей», яка проводилася у формі мозкового штурму, під час якого учасники відповідали на запитання: «Що значить бути іншим?».

«Чи добре бути іншим?», «Відмінності, які об'єднують». Такий вид роботи сприяв використанню причинної дискримінації, розвитку особистісної сензитивності.

У процесі експериментальної роботи доведено ефективність таких методів у контексті вирішення проблеми конфліктних ситуацій у педагогічному колективі ЗОШ, як рольові ігри, соціально-психологічні тренінги, метод аналізу соціальних ситуацій із морально-етичним характером, метод моделювання ситуації, метод зворотного зв'язку.

Працівники закладів шкільної освіти дотримувалися основного правила – єдності слова й діла, а також презентували колегам світ не тільки в його цілісності, а й у його закономірних протиріччях.

Результати застосування таких засобів, як саморефлексія, приклад, аналізування власних переживань, пояснення, аутотренінг, психогімнастичні вправи («Дихання», «Настрій на емоційний стан переможця» тощо), прийоми ейдетики, підтверджують їх ефективність.

Ефективним методом профілактики конфліктів і запобігання їм є уникнення конфліктних дій. Психологи рекомендують таке:

- не прагнути будь-що домінувати;
- бути принциповим, проте не боротися лише заради принципів;
- пам'ятати, що прямолінійність – це добре, проте не завжди;
- частіше посміхатися (посмішка мало коштує, але дорого цінується);
- говорити правду потрібно, але робити це вміло й доречно;
- прагнути бути незалежним, але не самовпевненим;
- бути справедливим, але не очікувати справедливості від інших;
- виявляти доброзичливість, витримку й спокій у будь-якій ситуації;
- реалізувати себе у творчості, а не в конфліктах.

Важливою умовою нашого експерименту було надання кожному учасникові права на помилку, адже стратегія «не припуститися помилки» перешкоджає розвитку творчих здібностей. Надмірна суворість, безкомпромісність, вимогливість до педагога-шкільника – це нівелюючий фактор, який може обернутися лихом для осіб із невротичною схильністю до паніки. Для таких педагогів кожна помилка – це катастрофа, вони легко впадають у відчай, і, усупереч дійсності, у них з'являється думка «я нічого не вмю», що може спровокувати рішення взагалі покинути експериментальний майданчик.

Підсумовуючи викладене й ураховуючи важливість цієї умови, ми вважаємо, що для результативності психокорекційної роботи, спрямованої на подолання конфліктності осо-

бистості, ефективними виявилися такі положення:

- сприймати людину такою, якою вона є;
- поважати кожну особистість;
- ні за яких обставин не принижувати гідність людини;
- пам'ятати: кожен має право на помилку, кожен має право на свою думку.

У групах, де педагоги кооперувалися, де панувала дружня робоча атмосфера, де можна було спостерігати позитивне ставлення педагогів одне до одного, а в наставника було відчуття, що він із ними в одному човні, усі представники виступали єдиним педагогічним фронтом.

Отже, процес створення доброзичливої атмосфери, упровадження традицій і свят у колективі передусім пов'язаний з актуалізацією здібності педагогів до особистісного зростання, відкритості, уміння розібратися в собі, адекватно оцінювати свої моральні якості, рефлексувати.

Другий блок психокорекційної програми «Конфлікт – запорука творчості» полягав у застосуванні інтерактивних методів, форм і засобів співпраці.

Активні методи навчання поділяються на імітаційні (ділові, рольові ігри, тренінги, ігрове проектування, аналіз моральних ситуацій тощо) і неімітаційні (написання повідомлень, проектів, участь у науково-практичних конференціях, проблемних семінарах, дискусіях тощо). У свою чергу, інтерактивні методи передбачають активну взаємодію, жваве обговорення, обмін думками за допомогою творчих завдань.

Важливою ознакою безконфліктної поведінки, спрямованої на компроміс і співробітництво, є навички міжособистісної взаємодії, які формуються завдяки таким інтерактивним методам: «велике коло», «мозковий штурм», «акваріум», «обмін ролями», «ламання стереотипів», «корекція позицій» тощо.

Вагому роль відігравала організація проблемних дискусій для педагогічних працівників із питань індивідуальних особливостей, розв'язання проблемних ситуацій конфліктного змісту, проведення спеціальних тренінгів. Проблемі дискусії ми формулювали так: «Чи існує межа між гордістю й гідністю і наскільки вона значуща в реальному житті?», «Що означає бути «стадом людей»?», або завершіть почату фразу: «Люди, які не підтримують мої погляди, для мене...».

Також відбувалося визначення шляхів подолання внутрішніх бар'єрів у процесі розвитку безконфліктної взаємодії. Для цього застосовували такі методи і прийоми, як етична бесіда, індивідуальні консультації, проєктивні методики: «Будинок. Дерево. Людина», «Людина під дощем», «Куб у пустелі». Для педагогів

ЗОШ ми підготували й провели медитацію із застосуванням сугестивних методів «Пошук безпечного місця».

Третій блок психокорекційної програми «Конфлікт – запорука творчості» полягав у *вправлянні педагогів в антиконфліктних проявах поведінки та способах протистояння емоційному вигорянню*.

Щодо процесуального компонента неконфліктності особистості, то його формування здійснювалося шляхом проведення тренінгів, колективних творчих справ, присвячених різним подіям і датам, а також через моделювання життєвих ситуацій, участь у благодійних акціях тощо. Такі заходи залишають глибокий слід у людських душах, змушують замислитися над витокami нетерпимості, яка охопила наше суспільство, причинами страждань величезної кількості людей. Таким чином, у свідомості вчителів відбувається зміна переконань, тобто педагог починає розуміти, що його погляди і ставлення до певної проблемної ситуації, яка викликала негативні емоційні реакції, потребують корекції, причому це усвідомлення стає можливим лише тоді, коли, побачивши й емоційно відчувши цю ситуацію, людина зрозуміє та відчує, наскільки це неприємно.

Щоб учителі зуміли «стати на місце іншого», використана психотехніка «Трикутник конфлікту», або «Трикутник Карпмана», яка допомагала впоратися з будь-якою негативною емоцією, не відмовляючись, не закриваючись, а проживаючи її. Також у роботі з педагогами ЗОШ використовувалася методика «примирення через афірмації», яка полягає в розвитку здатності особи відповідати за свої вчинки, просити вибачення, але без відчуття провини та придушення власної гідності. Цей метод полягає в позитивних твердженнях, які допомагають щиро визнавати помилку, вибачатися й каятися, а не накопичувати образи та прагнути помсти.

Ефективними методами реалізації мети третього блоку визначено такі: моральні дилеми, дискусійний клуб, ситуації вибору, тренінги, участь у святах. На наш погляд, для формування досвіду безконфліктної поведінки найкращий ефект має розв'язування ситуаційних завдань і вправ, оскільки цінність цього методу полягає в навчанні педагогів критично й логічно мислити, цей метод розвиває вміння спостерігати й аналізувати проблеми, удосконалює наявні життєві навички.

Для зменшення рівня агресивності педагогам запропоновано елементи арт-терапії, а саме: малюнок лівою рукою, робота з полімерною глиною, казкотерапія, дихальні й тілесні вправи, «методика викликаного гніву», які сприяють розвитку особистості, дають змогу вчителям виражати свої емоції, передавати свій настрій і почуття, допомага-

ють подолати тривожність, негативні поведінкові прояви.

Педагогічний працівник, який знає себе, свої потреби і способи їх задоволення, може більш усвідомлено й ефективно розподіляти свої сили протягом кожного дня, тижня, місяця, цілого року, а значить, продовжити термін свого успішного життя. Зараз у процесі професійної діяльності в ЗОШ педагогічні працівники досить часто стикаються з випадками емоційного вигоряння.

Тому сформованість емоційної рефлексії допомагає використовувати будь-яку емоцію в конкретній ситуації для її максимально ефективного залагодження та розв'язання, позбутися страху, почуття вини, безпідставних проявів гніву, роздратування й образ.

Зняття психологічних механізмів стресу сприяє мистецтво, спілкування з родиною, друзями, переключення на будь-яке інше заняття, хобі, читання художньої літератури, слухання музики (особливо класичної). Багатьом людям допомагають масаж, дихальна гімнастика, лазня й водні процедури. Останнім часом популярності набирають нетрадиційні методи лікування та профілактики: фітотерапія, гомеопатія, терапія кольором, мінеральна, ароматерапія. Позитивно впливає на нашу емоційну сферу перебування на природі, море, контакти з тваринами, медитації та аутотренінги.

Емоційний світ загадковий і різноманітний. Утім війна постійно занурює нас у негативний бік емоційного життя. Через це діапазон емоцій коливається як маятник: від радості й ейфорії до слизької апатії й суму. Як утримати баланс у вирі тривожних новин і жахливих подій? Вплинути на подію ми ніяк не можемо, тому необхідно змінювати своє ставлення до неї. Потрібно спробувати змістити акцент уваги з «емоцію на рацію», інакше кажучи, з переживань на думки. Запитати себе: що саме я можу змінити в цій ситуації? Яким чином? Коли в моєму житті було щось подібне? Яким чином там і тоді все розв'язалося? Так з'являється усвідомлення того, що все минає, а життя триває, а ось від надмірних переживань з'являється лише безсоння й головний біль.

Спробуйте з'ясувати: що саме так «розгойдало» ваш емоційний стан. Якщо це абстрактні речі: стрічка новин, нав'язливі думки і спогади, сумна пісня чи дощ за вікном, намагайтеся «відключитися» від цих негативних стимулів. Немає стимулів – немає реакції. Якщо ж причиною тривоги, злості чи суму є люди, то спробуйте на певний час дистанціюватися від тих людей, які вносять у ваш особистий простір негативні новини, плітки й чутки, виводять вас зі стану рівноваги.

Улюблена справа й улюблена страва, прогулянка на свіжому повітрі, комедія, музика,

настільна гра, малювання, спорт, розмова з другом, а може, похід до храму чи подорож вихідного дня, тобто час для себе, сприятимуть поліпшенню емоційного стану й відновленню внутрішнього балансу.

Якщо ж відчуваєте, що не виходить самотужки стабілізувати емоційний світ, зверніться за порадою до психолога. Як допомогти педагогам в умовах війни та невизначеності змінити страх перед майбутнім на віру у світле майбутнє?

1. Спершу варто з'ясувати, коли саме з'явився цей страх, які події в країні, у місті, у родині зумовили цей страх.

2. Згадати, хто з найближчого оточення найбільше розпалює цей страх, кому належать песимістичні слова і фрази. Розкрити причину, чому ця людина транслює подібні думки й проєктує власні страхи на вас. Це наштовхне вас на думку, що ваші страхи можуть бути нав'язаними ззовні.

3. Оточуйте себе людьми, які вірять у вас і які люблять життя. Їхній приклад надихатиме вас і дасть розуміння, що ти не один.

4. Щоб нейтралізувати страх, важливо його ідентифікувати, визнати і прийняти.

5. Важливо зосередитися на «хорошому сьогодні», адже в кожному, навіть поганому дні завжди є чимало хорошого.

6. Щоб побороти страх перед майбутнім, треба створити своє ідеальне майбутнє, треба знайти смисли.

7. Рекомендована візуалізація, створення колажу свого щасливого майбутнього, малювання мандали «Мій ідеальний день» або «Моя мрія».

8. Корисно переглядати фільми, сюжетами яких є випробування й колізії, з яких герой гідно вийшов переможцем, як-от «Старий і море».

9. Сприятливо впливають книги, які пробуджують і розвивають позитивне мислення. Рекомендовані автори: Ірвін Ялом, Віктор Франкл, Карлос Руїс Сафон.

10. У момент відчаю й втрати орієнтирів, не соромтеся звернутися по допомогу до психолога [2, с. 5–7].

Отже, вирішення конфліктів у педагогічному колективі ЗОШ може успішно здійснюватися, якщо в процесі міжособистісної взаємодії дотримуватися таких умов: створення доброзичливої атмосфери, упровадження традицій і свят у колективі; застосування інтерактивних методів, форм і засобів співпраці; вправлення педагогів в антиконфліктних проявах поведінки та способах протистояння емоційному вигоранню.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Джексон Донна Наказава. Уламки дитячих травм. Чому ми хворіємо і як це зупинити. Київ : Форс, 2019. 336 с.

2. Пітерсон Т. 101 спосіб впоратися з тривогою, страхом і панічними атаками. Київ : Наш Формат, 2022. 240 с.

ВЗАЄМОВІДНОСИНИ МІЖ ПРОФІЛЯМИ ПРИЙНЯТТЯ КАР'ЄРНИХ РІШЕНЬ ТА СКЛАДНОЩАМИ ПРИЙНЯТТЯ КАР'ЄРНИХ РІШЕНЬ

RELATIONSHIPS BETWEEN CAREER DECISION MAKING PROFILES AND CAREER DECISION MAKING DIFFICULTIES

Сучасне робоче середовище вимагає від ІТ-спеціалістів високої адаптивності та ефективності у прийнятті кар'єрних рішень. У зв'язку із цим розуміння процесів, що лежать в основі цих рішень, а також чинників, які впливають на їх складність, набуває особливої актуальності.

Метою статті є виявлення ключових складників процесу прийняття кар'єрних рішень та дослідження взаємозв'язку між профілями прийняття кар'єрних рішень (CDMP) і складнощами прийняття кар'єрних рішень (CDDQ) серед українських ІТ-спеціалістів.

Проведено теоретичний аналіз наукової літератури з кар'єрної психології. В емпіричній частині дослідження здійснено опитування серед 104 ІТ-спеціалістів в Україні. Використовувалися українські версії Анкети профілів прийняття кар'єрних рішень [1] та Анкети складнощів прийняття кар'єрних рішень [2] для заміру відповідних показників.

Установлено значні кореляції між локусом контролю, профілем прокрастинації, швидкістю прийняття кар'єрних рішень і загальною оцінкою складнощів у процесі кар'єрного вибору. Це свідчить про тісний зв'язок між індивідуальними психологічними характеристиками та сприйняттям складнощів під час прийняття кар'єрних рішень.

Резюмовано важливість розроблення цілеспрямованих кар'єрних консультативних програм та інтервенцій, що спрямовані на підвищення самоефективності, розвиток внутрішнього локусу контролю та ефективного подолання прокрастинації. Також вони вказують на потребу подальших досліджень для глибшого розуміння впливу індивідуальних психологічних особливостей на процес кар'єрного вибору.

Ключові слова: кар'єрний вибір, українські ІТ-фахівці, профілі прийняття кар'єрних

рішень, складнощі прийняття кар'єрних рішень.

The modern working environment requires IT specialists to be highly adaptable and efficient in making career decisions. Understanding the processes underlying these decisions, as well as the factors that influence their complexity, becomes especially relevant in this regard.

This scientific article aims to identify the key components of the career decision-making process and to study the relationship between career decision-making profiles (CDMP) and career decision-making difficulties (CDDQ) among Ukrainian IT specialists.

The study's theoretical component involved analyzing the scientific literature on career psychology. The empirical component involved surveying 104 IT specialists in Ukraine. The Ukrainian versions of the Questionnaire of Profiles of Career Decision Making [1] and the Questionnaire of Difficulties of Making Career Decisions [2] were used to measure the relevant indicators.

Significant correlations were established between the locus of control, the procrastination profile, the speed of making career decisions and the general assessment of difficulties in the career choice process. This indicates a close connection between individual psychological characteristics and the perception of difficulties in making career decisions.

The study summarizes the importance of developing targeted career counseling programs and interventions to increase self-efficacy, develop the internal locus of control, and effectively overcome procrastination. It also indicates the need for further research to gain a deeper understanding of the impact of individual psychological characteristics on career choice.

Key words: career choice, Ukrainian IT professionals, career decision-making profiles, career decision-making difficulties.

УДК 005.966:159.947.2]:316.477
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.35>

Чайка Р.М.

аспірант кафедри психології
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

Вступ. У динамічному світі сучасного ринку праці процес прийняття кар'єрних рішень набуває вирішального значення для професійного зростання та розвитку особистості. Особливо це стосується галузі інформаційних технологій (ІТ), яка характеризується швидкими змінами технологій, високим рівнем конкуренції та постійною потребою в адаптації. У такому контексті розуміння процесу прийняття кар'єрних рішень та складнощів, які виникають у цьому процесі, є критично важливим для забезпечення успішної кар'єри.

Складнощі прийняття кар'єрних рішень можуть суттєво вплинути на кар'єрний шлях індивіда, його професійне задоволення та загальне благополуччя, тому вивчення цього аспекту є ключовим для розроблення ефективних стратегій кар'єрного консуль-

тування та підтримки. Водночас розуміння стилів чи патернів, за якими працівники приймають кар'єрні рішення, відіграє важливу роль у формуванні консультування особистості щодо кар'єрного планування та вибору. Розуміння взаємозв'язків між цими профілями та складнощами прийняття кар'єрних рішень може надати цінну інформацію для розроблення індивідуалізованих та ефективних підходів до кар'єрного розвитку.

Мета дослідження. Метою статті є виявлення ключових складників процесу прийняття кар'єрних рішень і дослідження взаємозв'язку між профілями прийняття кар'єрних рішень (CDMP) та складнощами прийняття кар'єрних рішень (CDDQ) серед українських ІТ-спеціалістів.

Завдання дослідження.

1. Ідентифікація та аналіз ключових аспектів процесу прийняття кар'єрних рішень та складнощів, які при цьому виникають серед українських ІТ-фахівців.

2. Вивчення взаємозв'язку між профілями прийняття кар'єрних рішень (CDMP) та переживаннями складнощів прийняття цих рішень (CDDQ) серед ІТ-спеціалістів.

3. Розроблення рекомендацій для кар'єрних консультантів та HR-менеджерів, які працюють з ІТ-фахівцями, із метою оптимізації процесу прийняття кар'єрних рішень ІТ-спеціалістами.

Методи та процедури. Для вимірювання показників, пов'язаних із профілями прийняття кар'єрних рішень, була застосована українська версія Анкети профілів прийняття кар'єрних рішень [1]. Цей інструмент дав змогу оцінити різні аспекти, які впливають на процес прийняття кар'єрних рішень серед українських ІТ-фахівців.

Також ми використовували українську версію Анкети складнощів прийняття кар'єрних рішень [2] для оцінки складнощів, із якими зіштовхуються учасники під час прийняття кар'єрних рішень. Ця анкета дала змогу виявити конкретні бар'єри та проблеми, які можуть впливати на кар'єрне вирішення в ІТ-секторі.

Було застосовано різноманітні методи рекрутингу – від анонсів у соціальних мережах та чатах ІТ-спеціалістів до імейл-розсилок випускників провідної української конференції для проєктних менеджерів в ІТ.

Вибірка дослідження. У межах ширшого дослідження ми провели опитування серед 104 ІТ-спеціалістів з України, серед яких чоловіки становили 50,5%, а жінки – 48,6%. Середній вік учасників цього дослідження становив 35,4 року, а середній досвід роботи в ІТ-сфері – 9,6 року.

Результати та дискусії. У сучасній сфері кар'єрного консультування останні дослідження відійшли від традиційного підходу, який класифікував людей виключно на основі однієї ключової характеристики. Цей однорідний підхід зазнав критики за нездатність адекватно враховувати індивідуальні відмінності та його обмежену корисність у кар'єрному розвитку.

На противагу цьому І. Гаті з колегами представили багатовимірну модель профілів прийняття кар'єрних рішень (CDMP) [1]. Основу моделі становлять сім постулатів, включаючи визнання індивідуальних відмінностей у підходах до прийняття рішень, опис цих підходів за допомогою багатовимірного профілю, відсутність можливості об'єднати параметри у єдину оцінку, а також визначення адаптивності та особистісної або ситуативної природи різних вимірів.

З аналізу літератури про стилі прийняття кар'єрних рішень І. Гаті з колегами виділили 40 типів, які були зведені до 16 прототипів, а потім до 11 ключових параметрів, які включають збір і обробку інформації, локус контролю, зусилля, зволікання, швидкість прийняття рішення, консультації з іншими, залежність від інших, бажання догодити іншим, прагнення до ідеальної професії та готовність до компромісу [1].

Анкета CDMP, розроблена на основі цієї моделі, продемонструвала високу внутрішню консистентність та міжкультурну валідність, а також конвергентну та інкрементальну валідність порівняно з іншими моделями. На відміну від традиційних підходів, які визначають стилі прийняття рішень як звичні реакції, модель CDMP пропонує більш глибокий аналіз процесу прийняття кар'єрних рішень [3].

Складнощі прийняття кар'єрних рішень становлять значний інтерес у сфері професійної психології. Ця тема важлива, оскільки кар'єрна нерішучість є однією з ключових проблем, що впливають на професійний розвиток особистості [4]. Відповідаючи на потребу глибокого вивчення цього явища, І. Гаті з колегами розробили таксономію труднощів прийняття кар'єрних рішень, а також інструмент оцінки – Анкету труднощів прийняття кар'єрних рішень (CDDQ), яка базується на цій таксономії [5]. Ця модель розвиває попередні теоретичні та емпіричні дослідження, використовуючи теорію прийняття рішень для оцінки багатовимірності труднощів у кар'єрному виборі.

Таксономія складається з трьох основних кластерів складнощів, поділених на десять конкретних категорій. Перший кластер «Недостатня готовність» включає такі категорії, як відсутність мотивації, загальна нерішучість та дисфункціональні переконання. Другий кластер зосереджується на браку інформації щодо процесу прийняття кар'єрних рішень, самопізнання, знань про професії та методів отримання додаткової інформації. Третій кластер включає непослідовну інформацію, внутрішні та зовнішні конфлікти.

Емпіричні дослідження підтвердили достовірність таксономії та CDDQ, підкреслюючи їх значимість у вивченні процесів прийняття кар'єрних рішень [5; 6]. Підхід CDDQ відходить від простої фокусації на результатах чи відповідності між людьми та їхнім робочим середовищем, замість цього вивчаючи типи труднощів, з якими люди стикаються перед та під час процесу прийняття рішення.

Щоб зрозуміти джерела труднощів у кар'єрному виборі, було досліджено зв'язок між труднощами та різними індивідуальними характеристиками, включаючи локус контролю, самоефективність, дисфункціональне мислення та особистісні риси, виміряні за моделлю

особистості Великої п'ятірки [7]. Виявлено, що зовнішній локус контролю, низькі рівні само-ефективності, дисфункціональне мислення, нижчий рівень екстраверсії та вищий рівень нейротизму корелювали з більшими труднощами у прийнятті кар'єрних рішень.

Ці відкриття мають практичне значення для консультантів із питань кар'єри та психологів, які прагнуть розробити більш персоналізовані підходи для задоволення індивідуальних потреб осіб, які зіштовхуються з труднощами прийняття кар'єрних рішень. Розуміння багатогранної природи цих труднощів дає змогу розробляти ефективніші стратегії, що допомагають людям орієнтуватися у складному ландшафті кар'єрного вибору.

Результати емпіричного дослідження.

У рамках нашого дослідження було здійснено аналіз взаємозв'язків між вибраними профілями прийняття кар'єрних рішень та загальною оцінкою складнощів, що супроводжують цей процес. Основні результати показали значну кореляцію між локусом контролю, профілем прокрастинації, швидкістю прийняття кар'єрних рішень та сприйняттям складнощів у прийнятті кар'єрних рішень серед учасників. Результати кореляційного аналізу представлено в табл. 1.

Специфічно було виявлено, що кореляція між локусом контролю та загальною оцінкою складнощів під час прийняття кар'єрних рішень становить $-,289$. Це свідчить про те, що особи з вищою оцінкою локусу контролю, що вказує на більш зовнішній локус контролю, зазнають більше складнощів у процесі прийняття кар'єрних рішень. Цей результат може бути інтерпретований як указівка на те, що особи, які сприймають вплив зовнішніх чинників на своє життя як домінантний, можуть відчувати менше контролю над процесом прийняття кар'єрних рішень, що, своєю чергою, збільшує сприйняття складнощів.

Далі, кореляція між профілем прокрастинації та загальною оцінкою складнощів під час прийняття кар'єрних рішень була виявлена на рівні $-,475$. Цей результат підкріплює ідею про те, що тенденція до прокрастинації

значно збільшує сприйняття складнощів у процесі кар'єрного вибору. Вищі показники прокрастинації асоційовані з більшими труднощами, що може бути пов'язано з відкладанням важливих кар'єрних рішень та невпевненістю у своїх виборах.

Кореляція між швидкістю прийняття кар'єрних рішень і загальною оцінкою складнощів під час їх прийняття була встановлена як $-,413$. Це вказує на те, що особи, які швидше приймають рішення, зазвичай зазнають менших складнощів у цьому процесі. Цей зв'язок може бути інтерпретований через здатність швидко приймати рішення як індикатор упевненості та внутрішньої готовності до кар'єрного розвитку.

Ці результати відкривають нові напрями для подальших досліджень, зокрема для вивчення впливу індивідуальних психологічних характеристик на процес прийняття кар'єрних рішень. Важливо розглядати ці взаємозв'язки в контексті розроблення стратегій кар'єрного консультування та підтримки, які б ураховували індивідуальні особливості особистості.

Для кар'єрних консультантів та HR-фахівців ці результати можуть бути використані для розроблення інтервенцій та програм розвитку, які допомагають IT-фахівцям краще справлятися з викликами, пов'язаними з прийняттям кар'єрних рішень. Наприклад, можуть бути розроблені тренінги та семінари, що сприяють розвитку критичного мислення, швидкості прийняття рішень, самоаналізу та стратегічному плануванню.

Висновки. Аналіз взаємозв'язків між вибраними профілями прийняття кар'єрних рішень та загальною оцінкою складнощів у процесі прийняття цих рішень виявив значущі кореляції, що мають важливі теоретичні та практичні імплікації. Виявлена від'ємна кореляція між локусом контролю та загальною оцінкою складнощів підтверджує, що особи з більш зовнішнім локусом контролю схильні сприймати більше складнощів у прийнятті кар'єрних рішень. Це підкреслює важливість розвитку внутрішнього локусу контролю як стратегії зменшення перешкод

Таблиця 1

Кореляція між вибраними профілями прийняття кар'єрних рішень та загальною оцінкою складнощів прийняття кар'єрних рішень

	Локус контролю	Прокрастинація	Швидкість прийняття рішень	Загальна оцінка складнощів
Локус контролю	-			
Прокрастинація	,109	-		
Швидкість прийняття рішень	,266**	,674**	-	
Загальна оцінка складнощів	-,289**	-,475**	-,413**	-

у кар'єрному розвитку. Установлена від'ємна кореляція між прокрастинацією та загальною оцінкою складнощів указує на те, що тенденція до відкладання може значно ускладнити прийняття кар'єрних рішень. Це вимагає розроблення цілеспрямованих програм, спрямованих на подолання прокрастинації. Знайдена від'ємна кореляція між швидкістю прийняття кар'єрних рішень та сприйняттям складнощів підкреслює, що більша рішучість може сприяти зменшенню переживань складнощів у кар'єрному процесі.

Ці висновки підкреслюють значення розвитку психологічних ресурсів, таких як внутрішній локус контролю та стратегії подолання прокрастинації, для сприяння ефективному прийняттю кар'єрних рішень. Вони також указують на потребу в подальших дослідженнях для глибшого розуміння цих взаємозв'язків та розроблення втручань, спрямованих на підтримку індивідів у їхньому кар'єрному розвитку.

Загалом результати цього дослідження надають цінну інформацію для кар'єрних консультантів, HR-фахівців та розробників освітніх програм, підкреслюючи необхідність урахування індивідуальних психологічних характеристик під час планування кар'єрних втручань та програм розвитку.

Перспектива подальших досліджень.

Отримані результати дослідження «Взаємовідносини між вибраними профілями прийняття кар'єрних рішень та загальною оцінкою складнощів під час прийняття кар'єрних рішень» відкривають широке поле для подальших наукових пошуків. Однією з ключових перспектив є детальніше дослідження механізмів, через які локус контролю, прокрастинація, та швидкість прийняття кар'єрних рішень впливають на виникнення складнощів у цьому процесі. Зокрема, важливим є вивчення того, як індивідуальні стратегії подолання прокрастинації та розвиток внутрішнього локусу контролю можуть сприяти зниженню сприйняття складнощів під час прийняття кар'єрних рішень. Це

дослідження може включати розроблення та тестування цілеспрямованих втручань, які б допомогли індивідам ефективніше управляти своїми кар'єрними рішеннями.

Окрім того, існує потреба у міжкультурних дослідженнях, які дадуть змогу зрозуміти, чи існують культурні відмінності у сприйнятті складнощів під час прийняття кар'єрних рішень та як різні культурні контексти впливають на взаємозв'язки між локусом контролю, прокрастинацією, швидкістю прийняття рішень і загальним сприйняттям складнощів. Такі дослідження не тільки розширять теоретичне розуміння зазначених взаємозв'язків, а й нададуть практичні рекомендації для розроблення більш ефективних крос-культурних програм кар'єрного розвитку та консультування, спрямованих на мінімізацію кар'єрних складнощів у глобальному контексті.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Gati I., Landman S., Davidovitch S., Asulin-Peretz L., Gadassi R. From career decision-making styles to career decision-making profiles: A multidimensional approach. *Journal of Vocational Behavior*. 2010. Vol. 76. № 2. P. 277–291.
2. Gati I., Osipow S.H. Career Decision-making Difficulties Questionnaire (CDDQ). *Encyclopedia of Psychology*. 2008. Vol. 4. P. 1468–1469.
3. Scott S.G., Bruce R.A. Decision-making style: The development and assessment of a new measure. // *Educational and Psychological Measurement*. 1995. Vol. 55. № 5. P. 818–831.
4. Osipow S.H. Assessing career indecision. *Journal of Vocational Behavior*. 1999. Vol. 55. № 1. P. 147–154.
5. Gati I., Krausz M., Osipow S.H. A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*. 1996. Vol. 43. № 4. P. 510.
6. Osipow S.H., Gati I. Construct and concurrent validity of the career decision-making difficulties questionnaire. *Journal of Career Assessment*. 1998. Vol. 6. № 3. P. 347–364.
7. Di Fabio A., Palazzeschi L. Emotional intelligence, personality traits and career decision difficulties. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*. 2009. Vol. 9. P. 135–146.

АКСІОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ І КОГНІТИВНИЙ КОМПОНЕНТ
РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇAXIOLOGICAL COMPETENCE AND COGNITIVE COMPONENT
OF RESILIENCE OF POLICE EMPLOYEES

Стаття присвячена вивченню аксіологічної компетентності у взаємозв'язку з аксіологічним компонентом резильєнтності працівників поліції. Аксіологічну компетентність визначено в межах авторської концепції, де її визначено як здатність розуміти, цінувати й оцінювати цінності, вибрати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на власні ціннісні орієнтації й поведінку на основі цих цінностей. Обґрунтовано, що когнітивний компонент резильєнтності детермінує здатність адаптуватися до стресових ситуацій через керування своїми когнітивними процесами та пов'язаний зі стабільним позитивним відчуттям ідентичності. Аксіологічну компетентність вивчено за допомогою авторського опитувальника, який дає змогу оцінювати її за 5 шкалами: ціннісна рефлексія, ціннісна самореалізація, ціннісна гармонійність, ціннісний розвиток, ціннісна толерантність, а також отримувати загальний показник. Когнітивний компонент резильєнтності вивчено за допомогою шкали базисних переконань Р. Янофф-Булман (R. Janoff-Bulman). Установлено, що всі показники аксіологічної компетентності працівників поліції тісно пов'язані з базисними переконаннями щодо прихильності світу, позитивної природи людей, цінності власного «Я», здатності до самоконтролю щодо подій життя, власної вдачі й везіння. Показано, що окремі показники аксіологічної компетентності пов'язані з переконанням про справедливість світу.

Ключові слова: резильєнтність, цінності, ціннісні орієнтації, аксіологічна компетентність, компетентність, ідентичність, працівники поліції, поліцейські, психодіагностика, самореалізація, гармонійність, толе-

рантність, переконання, когнітивний компонент, самоконтроль, справедливість.

The article is devoted to the study of axiological competence in relation to the cognitive component of resilience of police officers. Axiological competence is defined within the author's concept, where it 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. It is substantiated that the cognitive component of resilience determines the ability to adapt to stressful situations through managing one's cognitive processes and is associated with a stable positive sense of identity. Axiological competence was studied using the author's questionnaire, which allows to evaluate it on 5 scales: value reflection, value self-realization, value harmony, value development, value tolerance, and a general indicator. The cognitive component of resilience was studied using R. Janoff-Bulman's Scale of Basic Beliefs (World assumptions scale). It was established that all indicators of axiological competence of police officers are closely related to basic beliefs about the affection of the world, the positive nature of people, the value of one's own "I", the ability to self-control over life events, one's own character and luck. It is shown that certain indicators of axiological competence are related to the belief in the justice of the world.

Key words: resilience, values, value orientations, axiological competence, competence, identity, police officers, employees of the police, psychodiagnosis, self-realization, harmony, tolerance, beliefs, cognitive component, self-control, justice.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.36>

Большакова А.М.

д.психол.н., професорка,
завідувачка кафедри психології,
педагогіки та філології
Харківська державна академія культури

Дубінін Д.О.

аспірант кафедри соціології
та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Вступ та обґрунтування актуальності дослідження. В умовах тривалої психотравмуючої ситуації, що спричиняє важкий дистрес майже в кожній людині та призводить до виникнення низки негативних впливів на психічне та фізичне здоров'я людини, стан суспільства загалом, ще більш загострюється актуальність проблеми вивчення умов, механізмів і детермінант розвитку здатності людини протистояти дії психотравмуючих факторів і швидко відновлюватися після переживання катастрофічних подій. Аналіз психологічних досліджень, спрямованих на вивчення опірності людини щодо психотравмуючих ситуацій, дає змогу дійти висновку, що найбільш реле-

вантною методологічною основою наукових розвідок у напрямі вивчення особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій є концепція резильєнтності.

Сьогодні проведено досить значну кількість досліджень, під час яких виявлено, що резильєнтність як системна особистісна якість, що зумовлює здатність особистості протистояти впливу важких стресових ситуацій та ефективно адаптуватися до складних життєвих обставин, хоча й не гарантує запобігання психічним проблемам унаслідок переживання важкого дистресу, але підвищує здатність ефективно діяти в складних ситуаціях, знижує уразливість, прискорює поновлення після

переживання травматичного стресу [2; 6–8; 10; 12]. Водночас питання вивчення феномена резильєнтності не є повністю вивченим у сучасній психології. Зокрема, актуальною залишається проблема дослідження феноменології, структури та детермінант розвитку резильєнтності працівників Національної поліції України. У цій галузі найбільш перспективними вважаються наукові розвідки, присвячені вивченню ціннісно-смыслових регуляторів діяльності.

Аналіз теоретико-методологічних підходів сучасної психології дав змогу дійти висновку, що найбільш релевантним для дослідження ціннісних механізмів формування, розвитку й актуалізації резильєнтності працівників поліції є компетентнісний підхід, основним поняттям якого є компетентність як системний, багатокомпонентний феномен, що забезпечує успішність вирішення завдання та проблемних ситуацій, детермінує актуалізацію здатностей і здібностей особистості в різних видах діяльності, визначає «запуск» стану психічної та психофізіологічної готовності до дій, перетворює потенційні можливості людини в конкретні актуальні досягнення [5]. Відповідно до положень компетентнісного підходу [5], системну особистісну якість, що є ціннісним механізмом регуляції діяльності, а звідти, гіпотетично, фактором резильєнтності, названо аксіологічною компетентністю. Сутність аксіологічної компетентності визначено як «здатність розуміти, цінувати й оцінювати цінності, вибирати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на власні ціннісні орієнтації й поведінку на основі цих цінностей» [3, с. 181]. На основі власної авторської моделі аксіологічної компетентності в попередніх дослідженнях створено відповідний опитувальник [1], який дає змогу оцінити її загальний показник і такі компоненти:

- ціннісна рефлексія – високі оцінки за цією шкалою вказують на компетентність в усвідомленні й аналізі цінностей і здатність до критичного мислення в ціннісній сфері;
- ціннісна самореалізація – високі оцінки за цією шкалою відповідають високому рівню компетентності у вираженні цінностей і їх реалізації в практичній діяльності в різних сферах життя;
- ціннісна гармонійність – високі оцінки свідчать про розвинуту здатність до розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів у ціннісній сфері;
- ціннісний розвиток – високі оцінки за цією шкалою визначають компетентність у плануванні й реалізації стратегій і дій щодо розвитку ціннісної сфери, ціннісну гнучкість;
- ціннісна толерантність – високі оцінки за цією шкалою вказують на конфліктологічну компетентність щодо міжособистісних кон-

фліктів щодо предмета цінностей, на толерантність та емпатійність щодо ціннісних розбіжностей у взаємодії з іншими людьми;

– загальна оцінка аксіологічної компетентності як здатності розуміти, цінувати й оцінювати цінності, вибирати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на власні ціннісні орієнтації й поведінку на основі цих цінностей.

Удослідженнях із використанням опитувальника аксіологічної компетентності доведено, що вона є психологічним корелятом резильєнтності працівників Національної поліції України. Зокрема, встановлено тісний взаємозв'язок між усіма складниками аксіологічної компетентності й оцінками поліцейських за шкалою резильєнтності CD-RISC-10, яка є українськомовною адаптацією (О. Односталко, З Кіреєва, Б. Бірон [4]) шкали CD-RISC-10 Дж. Скалі (J. Scali) [11], що дає змогу отримати експрес-оцінку стійкості людини у важких життєвих ситуаціях, її здатність витримувати напруження, адаптуватися, приходити в норму після стресових подій, трагедій або травм. Також за допомогою адаптованої українськомовної версії опитувальника резильєнтності (Е. Грішин), яка створена на основі шкали резильєнтності CD-RISC-25 К.М. Коннора (K.M. Connor [8]) і шкали резильєнтності CD-RISC-25 Л. Ван дер Волта (L. van der Walt [12]), показано наявність тісного прямого взаємозв'язку між рівнем розвитку аксіологічної компетентності працівників Національної поліції й такими конкретними вимірами резильєнтності, як орієнтація на виклики й досягнення цілей, самоконтроль і здатність долати труднощі, самодетермінація та осмисленість життя, стресостійкість, конструктивні копінги, соціальна контактність, оптимальна регуляція, відкритість життєвому досвіду. Отримані дані дали змогу підтвердити нашу гіпотезу, що аксіологічна компетентність є психологічним корелятом резильєнтності загалом. При цьому результати аналізу змісту використаних методик діагностики резильєнтності дають можливість дійти висновку про відсутність у їх структурі шкал або навіть окремих пунктів, які б допомагали дослідити когнітивний компонент резильєнтності, який уважаємо обов'язковим через низку міркувань:

– розвинутий когнітивний компонент резильєнтності детермінує здатність особистості адаптуватися до стресових ситуацій через керування своїми когнітивними процесами (сприйняттям, осмисленням, оцінкою, прогнозуванням ситуацій і самого себе), що дає змогу обирати більш досконалі адаптаційні стратегії для подолання стресових подій і зменшення їх емоційного навантаження;

– когнітивний компонент резильєнтності пов'язаний із більш гнучкими та функціональними підходами до розуміння себе, що сприяє

розвитку стійкого, позитивного, глибокого та стабільного відчуття ідентичності, допомагає долати конфлікти в ідентичності, що можуть виникнути під впливом життєвих викликів;

– вивчення когнітивних аспектів резильєнтності дає змогу розробляти ефективні програми психокорекції та психотерапії, спрямовані на підвищення стійкості до стресу в парадигмі когнітивно-поведінкової терапії, яка сьогодні є психотерапевтичним напрямом із доведеною ефективністю щодо розладів, спричинених дією травматичних стресорів.

Отже, вивчення когнітивного компонента резильєнтності є ключовим для розуміння й підтримання психологічного здоров'я, успішності в різних аспектах життя, що й зумовило актуальність емпіричного дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Метою роботи є вивчення взаємозв'язку аксіологічної компетентності й когнітивного компонента працівників Національної поліції України. Вибірка емпіричного дослідження представлена 127 працівниками Національної поліції України віком від 20 до 44 років.

Для діагностики аксіологічної компетентності використано згаданий вище авторський опитувальник аксіологічної компетентності [1].

Для діагностики когнітивного компонента резильєнтності використано шкалу базисних переконань – адаптований варіант опитувальника WAS (World assumptions scale) Р. Янофф-Бульман (R. Janoff-Bulman), який дає змогу оцінити базисні переконання особистості щодо світу й самого себе за вісьмома категоріями: прихильність світу, доброта людей, справедливість світу, контрольованість світу, випадковість як принцип розподілення подій, що відбуваються, цінність власного «Я», ступінь самоконтролю й контролю над подіями, що відбуваються, ступінь успіху або везіння [9].

Кореляційний аналіз виявив наявність статистично значущого прямого зв'язку між усіма показниками аксіологічної компетентності й базовими переконаннями поліцейських щодо прихильності цього світу (отримано значущі коефіцієнти кореляції r_{xy} від 0,315 до 0,374). Отримані статистичні дані дають можливість дійти висновку, що навіть за часів тривалої психотравмуючої ситуації війни аксіологічна компетентність як здатність до усвідомлення й аналізу цінностей, ціннісної самореалізації, вирішення внутрішньоособистісних конфліктів у ціннісній сфері, розвитку ціннісної сфери, толерування ціннісних відмінностей з іншими людьми пов'язана зі схильністю до більш ресурсного бачення світу. Аксіологічно компетентні поліцейські більшою мірою здатні вірити, що у світі відбувається значна кількість гарних подій, що у світі є багато добра, яке частіше сильніше за зло, що світ загалом заслуговує на захоплення.

Статистично значущі взаємозв'язки отримано для оцінювання досліджуваних поліцейських за всіма показниками опитувальника аксіологічної компетентності та їх оцінками за шкалою «доброта людей» опитувальника базисних переконань Р. Янофф-Бульман (рис. 1). Установлено коефіцієнти кореляції r_{xy} від 0,275 до 0,345. Таким чином, аксіологічна компетентність виявилася психологічним корелятом здатності поліцейських не побоюватися зради з боку навколишніх, уміння довіряти близьким людям, зберігати віру в позитивну природу людства, установки на побудову довірливих відкритих стосунків із людьми.

У результаті статистичної обробки даних (рис. 1) установлено статистично значущі взаємозв'язки лише з окремими складниками аксіологічної компетентності (ціннісна самореалізація та ціннісна гармонійність) і базисним переконанням поліцейських у справедливості світу. За результатами досліджень Р. Янофф-Бульман [9], ця категорія переконань, з одного боку, є детермінантною оптимістичного світосприйняття й позитивного емоційного переживання стосунків зі світом (віри в те, що хороші люди отримують винагороду, переконання, що кожна людина отримує те, на що заслуговує, тощо). Утім за ситуації складних потрясінь (складних криз, психотравм тощо) ця віра дуже часто зазнає ефекту «руйнації ілюзій» і перетворюється на прямо протилежне переконання в тотальній несправедливості, що пов'язано з важкими негативними емоційними переживаннями. Отже, отримані в дослідженні результати дають змогу стверджувати, що аксіологічно компетентні поліцейські навіть за умови тривалої психотравмуючої ситуації війни виявилися здатними уникнути маятникового ефекту руйнації ілюзій і зберегти помірно виражену здатність уникнути страждань від несправедливості світу.

За результатами кореляційного аналізу (рис. 1) не виявлено статистично значущого взаємозв'язку між аксіологічною компетентністю й вірою працівників поліції в контрольованість світу (переконанням, що негаразди є виключно наслідками помилкових дій, віри, що застосування заходів перестороги може запобігти нещастю, прагненням за рахунок передбачуваних дій запобігати можливим неприємностям). Отже, зв'язок між аксіологічною компетентністю й вірою в контрольованість світу може гіпотезуватися як нелінійний або такий, що опосередкований іншими індивідуальними особливостями та життєвим досвідом людини. Так, особистість із високим рівнем аксіологічної компетентності (сформованістю ціннісного механізму саморегуляції) може бути схильною вірити в контрольованість світу через відчуття наявності достатньої кількості ресурсів і механізмів впливу на події

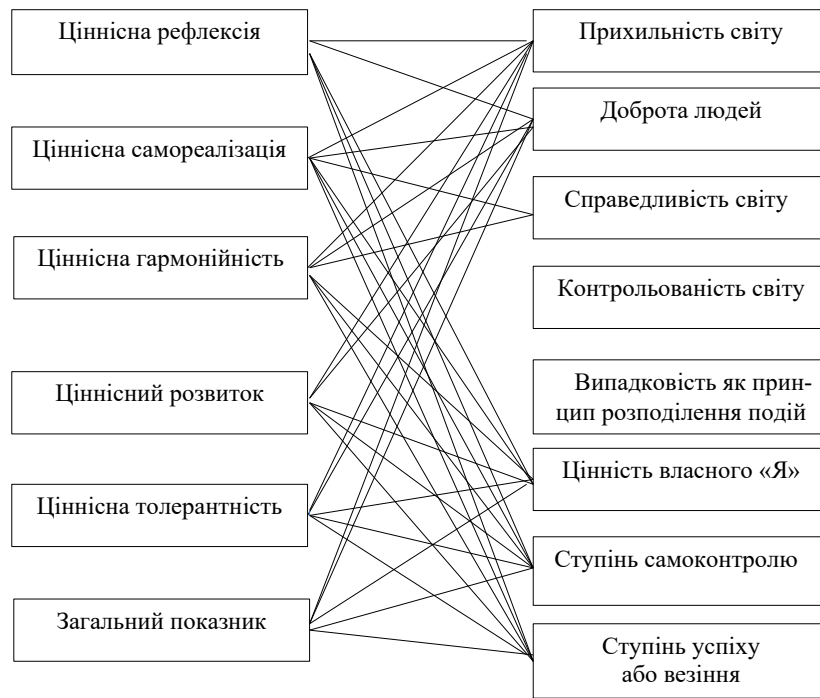


Рис. 1. Кореляційні плеяди показників аксіологічної компетентності й базисних переконань особистості за Р. Янофф-Бульман

свого життя. З іншого боку, особистість із низьким рівнем аксіологічної компетентності (з відсутністю контакту зі своїми цінностями, з неясними, розмитими цінностями та нерозвинутими смислами) може демонструвати високий рівень віри і контрольованість світу як захисного механізму, який дає змогу вберегтися від почуття безпорадності й безпомічності в ситуаціях невизначеності.

Статистично значущого взаємозв'язку не встановлено між показниками аксіологічної компетентності й базисним переконанням поліцейських у випадковості як принципі розподілення подій життя (рис. 1), яке виявляється в прийнятті того, що значна кількість подій життя багато в чому визначається випадком, що в житті є значна міра невизначеності й непередбачуваності. Уважаємо, що зазначену відсутність лінійного взаємозв'язку також можна пояснити за рахунок опосередкування іншими індивідуальними особливостями й життєвим досвідом. Гіпотезуємо, що поліцейські з високим рівнем аксіологічної компетентності можуть мати переконання у випадковості як принципі розподілення подій через високий рівень здатності до прийняття невизначеності (відкритості до непередбачуваності) і здатності розуміти, що події не завжди розгортаються відповідно до системи очікувань, і це є нормальною складністю життя. Аксіологічна компетентність при цьому може надавати відчуття збереженості ціннісно-сміслових основ, які є опорою для прийняття рішень за умов неконтрольованості й непередбачуваності

обставин. Вони можуть розуміти, що навколишній світ не завжди може бути розгорнутим за схемою їхніх цінностей і смислів, і приймають це як нормальну складність життя. Поліцейські з низьким рівнем аксіологічної компетентності можуть вірити у випадковість подій життя через відсутність чітко сформованих цінностей і смислів, яка призводить до відчуття непередбачуваності, невизначеності й неструктурованості життя. Переконання у випадковості життя може також бути формою психологічного захисту для осіб із низьким рівнем аксіологічної компетентності через прагнення зменшити відчуття власної некомпетентності у вирішенні життєвих проблем за рахунок ствердження випадковості подій життя й екстерналізації локусу контролю.

Статистично значущі прямі взаємозв'язки (при r_{xy} від 0,354 до 0,481) виявлено між усіма показниками аксіологічної компетентності поліцейських і шкалою «цінність власного «Я» опитувальника базисних переконань (рис. 1). Тобто високий загальний рівень аксіологічної компетентності й окремих її складників пов'язаний у працівників Національної поліції з високою оцінкою власної самоцінності (сприйняттям себе як хорошої людини, задоволенням власними людськими якостями, властивостями характеру та результатами поведінки). Прямий взаємозв'язок між аксіологічною компетентністю й базисним переконанням у цінності власного «я» може бути пояснений через глибоке розуміння власних цінностей, відчуття власної цінності й гармонії з ними, а також стабільність і самореалізацію в особистому житті.

За результатами кореляційного аналізу (рис. 1) встановлено статистично значущі прямі взаємозв'язки між аксіологічною компетентністю й оцінками за шкалою «ступінь самоконтролю» опитувальника базисних переконань (при r_{xy} від 0,234 до 0,425). Виходячи із цих результатів, можемо констатувати, що досліджуваних із високим рівнем аксіологічної компетентності можна охарактеризувати як таких, що прагнуть за рахунок своїх цілеспрямованих дій збільшити вірогідність досягнення успіху у важливих справах, підвищити рівень захищеності від неприємностей, обрати максимально ефективну стратегію поведінки. Отже, поліцейські з розвинутою системою цінностей і більшим усвідомленням особистих цінностей і смислів вважають, що вибір оптимальних стратегій поведінки, спрямованих на досягнення позитивних результатів, відповідає їхнім цілям і цінностям, вони вірять, що прийняття відповідальності за свої вчинки та використання оптимальних стратегій сприятиме досягненню бажаних результатів у житті.

Кореляційний аналіз дав змогу встановити прямий статистично значущий взаємозв'язок (рис. 1) аксіологічної компетентності й базисних переконань поліцейських щодо ступеня успіху та везіння (сприйняття себе як «везучої» людини, до якої «благоволиять» життя) при r_{xy} від 0,242 до 0,454. Отже, працівники поліції з розвинутою системою цінностей є більш схильними до оптимізму й позитивного ставлення до життя, сприйняття світу як сприятливого, переконання у власній щасливій долі. Отримані результати також можна пояснити за рахунок того, що люди з високим рівнем аксіологічної компетентності можуть відчувати себе активними учасниками свого життя, здатними впливати на події й результати, уважати, що цілеспрямовані дії та рішення сприяють успішності й результативності. Люди з високим рівнем аксіологічної компетентності можуть бути більш уважними до подій свого життя, унаслідок чого є здатними помічати позитивні аспекти свого досвіду та приписувати їх власним діям чи характеру. Також особи з розвинутою системою цінностей, які відчують себе такими, що постійно розвиваються й удосконалюються, можуть уважати, що успіх і щастя є результатом працездатності й зусиль.

Висновки з проведеного дослідження.

Аксіологічна компетентність працівника поліції являє собою здатність розуміти, цінувати й оцінювати цінності, вибирати дії та приймати рішення, які відповідають цінностям, впливати на власні ціннісні орієнтації й поведінку на основі цих цінностей.

Таким чином, результати кореляційного дослідження показників опитувальника аксіологічної компетентності та шкали базисних переконань дають змогу стверджувати, що для

поліцейських із більш високим рівнем розвитку здатності до керування ціннісними механізмами регуляції діяльності притаманний позитивний світогляд, який загалом пов'язаний із більш позитивними переконаннями щодо прихильності навколишнього світу, інших людей, цінності власного «Я», здатності до самоконтролю та впливу на події життя.

Перспективи подальших наукових пошуків полягають у вивченні аксіологічної компетентності як фактора, що відіграє детермінуючу роль у формуванні й розвитку резильєнтності працівників Національної поліції України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Большакова А.М., Дубінін Д.О. Аксіологічна компетентність як психологічний корелят резильєнтності працівників поліції. *Габітус. Науковий журнал / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій*. 2024. № 57.
2. Грішин Е.О. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. Вип. 64. 2021. С. 62–81.
3. Дубінін Д.О. Аксіологічна компетентність у структурі резильєнтності працівників поліції: концептуалізація поняття. *Габітус: Науковий журнал / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій*. 2023. Вип. 53. С. 178–183.
4. Односталко О.С., Кіреєва З.О., Бірон Б.В. Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності (cd-risc-10). *Габітус. Науковий журнал / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій*. 2020. № 13. С. 110–117.
5. Савченко О.В. Рефлексивна компетентність: методи та процедури діагностики : монографія. Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2016. 286 с.
6. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. University of Texas at Arlington, 2013. 118 p.
7. 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.
8. 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.
9. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events : Application of schema construct. *Social Cognition*. 1989. Vol. 7. P. 113–136.
10. Neman R. APA's resilience initiative. *Professional psychology: research and practice*. 2005. № 36. P. 227.
11. 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* 7(6): e39879. Epub 2012 Jun 29.
12. Walt van der L., Suliman S., Martin L., Lammers K., Seedat S. Resilience and post-traumatic stress disorder in the acute aftermath of rape: a comparative analysis of adolescents versus adults. *Journal of Child & Adolescent Mental Health*. 2014. 26(3). P. 239–249.

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ІНТЕРВЕНЦІЙ У ПІДВИЩЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS IN IMPROVING THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS

Стаття присвячена дослідженню особливостей впливу психологічних інтервенцій у підвищенні психологічного благополуччя внутрішньо переміщених осіб. Визначено поняття психологічного благополуччя та його важливість для внутрішньо переміщених осіб, досліджено психологічні аспекти стану внутрішньо переміщених осіб, а також з'ясовано роль психологічних інтервенцій у покращенні психологічного благополуччя. Визначено, що в психологічній науці є різні підходи до розуміння благополуччя. Доведено, що люди, які змушені були покинути свої домівки через війну в країні, стикаються зі складними соціально-психологічними викликами, які можуть вплинути на їхнє психічне здоров'я та добробут. Виявлено, що організація групової та індивідуальної роботи має сприяти усвідомленню кожним учасником власних емоцій, пов'язаних із його психологічним самопочуттям. Це дає змогу розуміти особисту важливість цих емоцій і розвивати стратегії корекції, адаптуючись до змін у житті. Термін «психологічне благополуччя» часто вживається нарівні з такими поняттями, як «психічне здоров'я», «емоційний стан», «емоційний комфорт» тощо. Теоретичний аналіз літератури вказав на необхідність та ефективність психологічних інтервенцій для підвищення психологічного благополуччя біженців і внутрішньо переміщених осіб, що може значно покращити їхні умови життя й адаптацію до нового оточення. Крім того, ми детально проаналізували психологічні аспекти, які впливають на стан біженців і внутрішньо переміщених осіб, включаючи стрес, травми й адаптаційні процеси.

Ключові слова: інтервенція, внутрішньо переміщені особи, стрес, адаптація, переселенці, гештальт-терапія.

The article is devoted to the study of the peculiarities of the influence of psychological interventions in increasing the psychological well-being of internally displaced persons. The concept of psychological well-being and its importance for internally displaced persons was defined, the psychological aspects of the state of internally displaced persons were investigated, and the role of psychological interventions in improving psychological well-being was determined. It was determined that there are different approaches to understanding well-being in psychological science. People who have been forced to leave their homes due to war in their country have been shown to face complex socio-psychological challenges that can affect their mental health and well-being. It was found that the organization of group and individual works should contribute to the awareness of each participant of their own emotions related to their psychological well-being. This allows you to understand the personal importance of these emotions and develop strategies of correction, adapting to changes in life. The term "psychological well-being" is often used along with concepts such as "mental health", "emotional state", "emotional comfort" and others. The theoretical analysis of the literature indicated the need and effectiveness of psychological interventions to improve the psychological well-being of refugees and internally displaced persons, which can significantly improve their living conditions and adaptation to the new environment. In addition, we analyzed in detail the psychological aspects that affect the condition of refugees and internally displaced persons, including stress, trauma and adaptation processes.

Key words: intervention, internally displaced persons, stress, adaptation, Gestalt therapy.

УДК 159.98-05.73

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.37>

Бурдейна Ю.С.

студентка 665Мз групи
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Яблонський А.І.

д.психол.н.,
професор кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Сучасний стан українського суспільства висуває особливі вимоги до психологічної науки і практики. У результаті травматичних подій, що відбуваються в Україні протягом останніх років, гостро виникла потреба в соціально-психологічній підтримці й супроводі цілих соціальних груп, а також у психологічній допомозі окремим особам – дітям, дорослим, родинам.

В Україні сьогодні 4,9 млн. внутрішньо переміщених осіб (ВПО) унаслідок повномасштабного вторгнення Росії в Україну. Ці люди зазнали тяжких випробувань, втратили свої оселі, майно, близьких, змушені шукати нові місця проживання й роботи. Серед них є люди різного віку, статі, релігійних переконань, національностей і соціального статусу.

У таких умовах внутрішньо переміщені особи стикаються з багатьма труднощами, включаючи й психологічні. Їхній емоційний стан

може бути порушений, вони можуть зазнавати стресу, тривоги та депресії, що, у свою чергу, може впливати на їхній фізичний стан і здоров'я. Тому важливо забезпечити психологічну підтримку й допомогу цій категорії людей.

Ю. Гопкало [1], О. Даценко [2], О. Завгородня [3], Ю. Кашлюк [4], В. Омелянська [5], К. Педько [6] та інші науковці активно вивчали різні аспекти психологічного благополуччя осіб, які постраждали внаслідок війни, а також особливості психологічних інтервенцій, проте в дослідженні буде висвітлена саме роль психологічних інтервенцій у підвищенні психологічного благополуччя внутрішньо переміщених осіб.

У сучасній українській реальності, пов'язаній із війною, особливо актуальним є психологічне благополуччя особистості. Цей феномен відображає суб'єктивну оцінку людиною себе і власного життя. Поняття «психологічне бла-

гополуччя» ввійшло до складу наукових досліджень уже досить давно, і на цей час існують різноманітні підходи до визначення змісту цього феномена. Термін «психологічне благополуччя» найчастіше ототожнюється зі схожими поняттями: «психологічне здоров'я», «емоційне благополуччя», «емоційне самопочуття» тощо.

Першим заклав теоретичне підґрунтя для розуміння психологічного благополуччя американський психолог Н. Бредберн, який визначив цей феномен як баланс між двома комплексами емоцій, що накопичуються протягом життя, – позитивним і негативним (у дослівному перекладі це позитивний і негативний афект). Слушно відкреслює Ю. Кашлюк: «Н. Бредберн наголошує на тому, що події, які відбуваються в повсякденному житті, несуть у собі радість чи розчарування, відбиваються в нашій свідомості, накопичуються у вигляді певного афекту. Те, що нас турбує, і те, що ми переживаємо, підсумовується у вигляді негативного афекту, а події повсякденного життя, які несуть нам радість і щастя, сприяють збільшенню позитивного афекту» [4, с. 71].

Подальшому розумінню феномена психологічного благополуччя сприяли роботи Е. Дінера, який запровадив поняття «суб'єктивне благополуччя». Суб'єктивне благополуччя, на думку автора, складається з трьох основних компонентів: задоволення, комплексу приємних емоцій (pleasant affect) і комплексу неприємних емоцій (unpleasant affect).

Вагомим внеском у дослідження психологічного благополуччя Е. Дінера, на переконання Ю. Кашлюк, є те, що дослідник «відповідно до зазначених компонентів, визначив сторони самосприйняття:

- когнітивну – інтелектуальну оцінку задоволеності різними сферами свого життя;
- емоційну – наявність поганого чи хорошого настрою» [4, с. 71].

Незважаючи на схожість трактувань структури психологічного благополуччя і структури суб'єктивного благополуччя, Е. Дінер усе ж не розглядає їх як прямі аналоги. Він вважає, що суб'єктивне благополуччя – лише компонент психологічного благополуччя, відзначаючи при цьому, що для опису останнього необхідно вводити додаткові показники [4].

Досліджуючи проблему благополуччя, науковці відзначають існування двох основних підходів до дослідження проблеми: гедоністичний («hedone» – задоволення) та евдемонічний («eudaimonia» – блаженство, щастя).

О. Даценко зазначає: «Гедоністичний напрям (Д. Канеман, Н. Бредберн, Е. Дінер) розвивався в контексті когнітивної та поведінкової психології, де благополуччя описують у термінах «задоволеності – незадоволеності». Серед основних складових феномена

науковці виділяють когнітивний та емоційний компоненти, які синтезують оціночні функції позитивного ставлення до власного існування. Пріоритетним способом підвищення рівня психологічного благополуччя вважається адаптивна соціальна поведінка, яка відповідає прийнятним у суспільстві еталонам гармонійного та щасливого життя» [2, с. 2].

О. Завгородня й О. Краєва на основі наявних досліджень здійснили аналіз психологічних проблем, із якими стикаються українці, вимушено переміщені внаслідок російської агресії. Науковці зазначають: «Вимушені переселенці частіше за респондентів постійного місця проживання перебувають у стані кризи ідентичності, на що вказує статус мораторію. Ураховуючи зазначене, імовірно, досліджувані респонденти активно намагаються подолати кризу, використовуючи різні варіативні стратегії, перманентно перебувають у стані пошуку інформації, необхідної для її вирішення. Таким чином, вимушені переселенці мають вирішувати питання, пов'язані з розв'язанням завдань статусу мораторію, а отже, і кризи ідентичності, що найчастіше за несприятливих умов може призводити до набуття псевдоідентичності» [3, с. 75].

Вимушене переселення в психологічному аспекті небезпечне тим, що в самих переселенців несформована готовність до зміни способу життя, значно звужуються або й руйнуються ціннісно-сміслові структури. Особливо, коли мова йде про кардинальні зміни в соціокультурному середовищі, де нова реальність не збігається зі звичним для особистості оточенням, і такий дисонанс може призвести до формування внутрішнього конфлікту, що виражається в суперечностях між особистістю й умовами її діяльності, з одного боку, і між внутрішньоособистісними утвореннями (ціннісними орієнтаціями) – з іншого.

Про культурний шок як одну з причин виникнення стресу для українських біженців вказує багато дослідників. Зокрема, В. Предко й О. Сомова підкреслюють: «Культурний шок – феномен, що може виникати при переміщенні людей з одного культурного середовища до іншого, при цьому в людини проявляється низка фізичних і психічних симптомів. До цих симптомів належать прояви стресу й надмірний страх сторонніх людей, а також сильне почуття туги за Батьківщиною. Культурний шок може по-різному впливати на людей залежно від низки їхніх психологічних особливостей. Наслідки культурного шоку залежать від: а) різниці між культурами, так чим більша культурна дистанція між рідною культурою та культурою того суспільства, що приймає, тим більше можуть виявлятися ознаки культурного шоку; б) індивідуального досвіду; в) статевих особливостей, зокрема жінки більш чутливі до

дії культурного шоку, ніж чоловіки» [8, с. 91].

Аналізуючи теоретичні концепції, що пояснювали феномен культурного шоку як основний чинник розвитку стресу, учені прийшли висновку, що «найбільш вагомими факторами появи культурного шоку є втрата контролю, розбіжність між очікуваннями та реальними подіями, відсутність соціальної підтримки й достатніх навичок» [8, с. 91].

У ситуації з біженцями культурний шок передусім пов'язаний із мовними бар'єрами, з влаштуванням дітей у відповідну школу чи коледж, відсутністю належних зручностей у місці проживання, певними проблемами з транспортом, плутаниною з придбанням товарів у торговельних закладах тощо [8].

Також О. Завгородня й О. Краєва зауважують: «Вимушене переселення впливає безпосередньо й на фізичне здоров'я (скарги внаслідок пережитого стресу, недостатнього часу на сон, неякісного та недостатнього харчування, загострення залежностей – надмірного вживання алкоголю, куріння тощо). Переселенці, на противагу респондентам постійного місця проживання, частіше виражають невпевненість у значущості власної думки для інших людей, мають сумніви стосовно наявності достатнього кола друзів і приятелів; їм притаманні складнощі в побудові планів, оскільки травматичний досвід дається взнаки та заважає повноцінному розвитку особистості. Переселенці відрізняються більшою мірою заниженою самооцінкою, невпевненістю в собі й власних силах; спрямованістю в минуле, розмитою перспективою; невдоволенням робочим місцем, відсутністю внутрішнього задоволення від виконання професійних обов'язків, зниженням показників фізичного здоров'я, наявністю складнощів у побудові планів на майбутнє, підвищенням цінності безпеки» [3, с. 75].

Аналіз наукової літератури дає змогу констатувати, що психологічне благополуччя включає душевний комфорт, узгодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги. До основних соціально-психологічних чинників психологічного благополуччя І. Петухова, М. Заушнікова, І. Каськов зараховують «безпеку й комфорт навколишнього середовища; атмосферу любові; відкритість і довірливість міжособистісних взаємин; батьківський контроль і включеність у життя дітей; відчуття значущості в сім'ї; сімейну та соціальну підтримку» [7, с. 125].

Науковці виділяють фактори психологічного благополуччя особистості в умовах війни. Зокрема, І. Петухова, М. Заушнікова, І. Каськов зазначають: «Психологічне благополуччя людини пов'язано із життєвою ситуацією, у якій вона опинилася та яким чином її сприймає та оцінює. Усвідомлене ставлення до ситу-

ації, у якій вона опинилася, позитивно впливає на рівень психологічного благополуччя, тоді як поляризація оцінок (негативні або позитивні) значно ускладнюють прийняття тих обставин, які людина не може змінити» [7, с. 127].

Другим фактором науковці виділяють таке: «Психологічне благополуччя пов'язано зі змінами, які раптово, несподівано, вимушено з'явилися в житті людини. Тож для психологічного благополуччя важливим постає відновлення життєвої безперервності (когнітивної, функціональної, соціальної, емоційної, психофізіологічної). Коли нові зв'язки між минулим, теперішнім і майбутнім не встановлюються, це знижує загальний рівень адаптованості і, як наслідок, психологічне благополуччя» [7, с. 127].

Третім не менш важливим фактором психологічного благополуччя людини в умовах війни І. Петухова, М. Заушнікова, І. Каськов виділяють таке: «Психологічне благополуччя залежить від того, яким чином відбувається структурування власного майбутнього: це передбачає усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків із теперішнім. Оптимістичні прогнози можуть свідчити як про достатній рівень психологічного благополуччя, так і про силу психологічних захистів, що заважають усвідомленню і прийняттю сьогодення» [7, с. 127].

Підсумовуючи, науковці зазначають: «Психологічне благополуччя людей в умовах воєнного стану зумовлене особистісними факторами, а саме: характером, рівнем сформованих конструктивних параметрів балансу афективного реагування на травматичні впливи, мірою реалізації можливостей впливати на власне життя й умови оточення, модальністю прогностичної оцінки майбутнього, актуальним станом суб'єктивного благополуччя (у поєднанні відчуття певної міри щастя й задоволеності життям)» [7, с. 126]. Тому актуальності набувають психологічні впливи (інтервенції) для відновлення психоемоційного благополуччя людини.

Інтервенції в психології є важливим інструментом для допомоги людям з різними психологічними проблемами та порушеннями. Це спеціально розроблені заходи, спрямовані на зміну мислення, поведінки й емоційного стану клієнта з метою досягнення кращого психічного й емоційного благополуччя.

Кризове втручання, або інтервенція, є екстреною та невідкладною психологічною допомогою, спрямованою на повернення людини до адаптивного рівня функціонування, запобігання психопатології та зниження негативної дії травматичної події [1]. Інтервенція включає спеціалізовані методи допомоги, включаючи терапевтичні втручання, які допомагають витримати критичний момент і глибше пізнати себе.

Мета інтервенції полягає не стільки в тому, щоб розв'язати проблему, скільки в тому, щоб

зробити можливим роботу над нею, оскільки багато проблем, що виникають у кризі, неможливо вирішити негайно. Р. Рапопорт уважає, що в разі кризового втручання необхідно, як мінімум, забезпечити такі завдання:

- 1) зняття симптомів;
- 2) відновлення докризового рівня функціонування;
- 3) усвідомлення тих подій, які призвели до стану дисбалансу;
- 4) виявлення внутрішніх ресурсів клієнта, його сім'ї та різних форм допомоги ззовні для подолання кризи [1].

Дослідники вважають, що інтервенція – це психологічне втручання до особистісного простору з метою стимуляції позитивних змін. Мета інтервенції полягає в послабленні або усуненні тих форм поведінки, які перешкоджають соціальній адаптації. Відмінною особливістю психологічної інтервенції є бажання змін з боку самої особистості, її готовність співпрацювати з психологом [1].

Існує кілька основних методів інтервенцій у покращенні психологічного благополуччя. Одним із них є *психотерапія*, яка включає різні підходи, такі як психоаналіз, когнітивно-поведінкова терапія, гештальт-терапія й багато інших. У процесі психотерапії психолог працює з клієнтом індивідуально або в групі, використовуючи різні методи й техніки для роботи з його проблемами.

Ще одним методом є *психоедукація*, яка спрямована на покращення знань клієнта про його психологічний стан і способи управління своїми емоціями й думками та розуміння їх. У процесі психоедукації клієнт отримує інформацію про свою проблему, а також навчається застосовувати різні навички, які допоможуть йому керувати своїми емоціями, будувати здорові стосунки та приймати самостійні рішення.

Я. Андрушко виокремлює п'ять груп умінь, що містяться в психоедукації, а саме:

«1. Усвідомлення власних емоцій, переживань, почуттів. Розуміння емоцій, розрізнення сили їх проявів і впливу на міжособистісні взаємини.

2. Емпатичні здібності – уміння широко співчувати, відчувати інших, переживати їхні емоції як власні, резонувати разом із ними, водночас залишатися самим собою, не зливатися та не вигорати.

3. Уміння управляти власними емоціями, генерувати емоції з позитивною модальністю й уміти виражати з негативною модальністю. Це вміння диференціювати, коли, з якою силою, у який спосіб вияв емоцій або їх відсутність вплине на інших.

4. Уміння визнавати власні емоційні помилки й неконструктивні вчинки; брати на себе відповідальність за емоційні прояви, за їх міру та ступінь; просити пробачення, заглажувати провини, відшкодовуючи емоційні збитки.

5. Об'єднання й інтеграція зазначених емоційних навичок підвищать емоційну інтерактивність. Ефективне міжособистісне спілкування означає вільний, відкритий, щирий обмін емоційною інформацією і є втіленням особистої сили. Саме рівень інтерактивних навичок є найвищим показником і досягненням емоційної грамотності на практиці» [2, с. 4].

Когнітивно-поведінкова терапія (далі – КПТ) є одним із найпоширеніших методів інтервенції в психології. Вона базується на припущенні, що наші думки, почуття й поведінка взаємопов'язані. У ході КПТ психолог допомагає клієнту визначити та змінити негативні думки й установки, які можуть призводити до проблем у поведінці чи емоційному стані. Як правило, це досягається шляхом установлення нових позитивних думок і застосування практичних стратегій поведінки.

У рамках КПТ використовується низка методик, спрямованих на усвідомлення та зміну негативних думок. Центральним компонентом КПТ є робота з негативними, автоматичними думками. Під ними, на переконання О. Романчука, «маються на увазі ті думки, які виникають у відповідь на певну життєву ситуацію і призводять до неадекватного, негативного її сприйняття, а відповідно, до негативних емоцій і неадекватних дій. Ці думки часто є короткотривалі, напівусвідомлені, вони мало або зовсім не піддаються критичному аналізу – саме звідси їх назва «автоматичні» [9, с. 5].

О. Романчук зауважує: «Робота з автоматичними, негативними думками має на меті навчити пацієнтів виявляти автоматичні думки й піддавати їх критичному аналізу, а відповідно, виробити більш адекватне та об'єктивне сприйняття реальності – і у відповідь більш адекватні дії та копінг-стратегії. Когнітивна терапія виробила великий арсенал технік для роботи з автоматичними думками. Суттю цих технік є навчання пацієнтів (як під час сесій, так і у формі домашніх завдань) більшої внутрішньої чутливості та здатності до самоспостереження, відповідно, виявляти оті автоматичні думки й образи, тоді вміти критично проаналізувати їх достовірність та адекватність, «корисність» – і на основі цього більш адекватно діяти щодо реальності» [9, с. 41].

Ще одним важливим методом КПТ є експозиція. Р. Романчук зауважує: «Когнітивно-поведінкова травмофокусована психотерапія охоплює різні схеми втручань, спрямовані на переосмислення й повторне переживання травматичних подій. Основними методами травмофокусованих втручань є експозиція наживо (*invivoexposure*), експозиція в уяві (*imaginalexposure*), пролонгована експозиція (*prolongedexposure*), стимульна конфронтація (*stimulusconfrontation*), повторне когнітивне опрацювання (*cognitivereprocessing*), когні-

тивна реструктуризація (cognitiverestructuring), а також наративна реконструкція (narrative-reconstruction)» [9, с. 42].

КПТ активно застосовується в лікуванні таких розладів, як депресія, тривожні й панічні розлади, посттравматичний стресовий розлад, фобії, проблеми із самооцінкою тощо. Основна мета КПТ – допомогти пацієнтові розвинути навички позитивного мислення, управління своїми емоціями та поведінкою, що дає змогу йому справлятися із життєвими труднощами ефективніше, жити щасливіше й задоволеніше життя.

Психодинамічна терапія основана на припущенні про вплив несвідомих процесів на нашу поведінку й емоції. У ході психодинамічної терапії психолог допомагає клієнту досліджувати й усвідомлювати ці несвідомі фактори, щоб знизити їх негативний вплив. Часто використовують такі методи, як аналіз сновидінь, вільна асоціація та інтерпретація символів та образів.

Гештальт-терапія відрізняється від інших методів інтервенції в психології своїм активним та експериментальним підходом. Вона націлена на допомогу клієнтам в усвідомленні й інтеграції своїх різних частин особистості. Під час гештальт-терапії психолог може використовувати такі методи, як рольові ігри, діалог з уявними предметами чи закони природи, щоб допомогти клієнту встановити гармонію між своїм «я» та навколишнім світом.

Системна терапія основана на розумінні людських проблем та особистісних конфліктів у контексті сім'ї чи інших системних відносин. Психолог допомагає клієнтам вивчати та змінювати динаміку цих відносин, щоб досягти більш здорових і гармонійних взаємодій. Часто використовуються методи сімейного консультування, що включають обговорення, ігри й інші техніки для покращення взаємодії та вирішення конфліктів.

Ігрова терапія активно застосовується в роботі з дітьми й підлітками. Вона базується на припущенні, що гра є природним способом вираження та вирішення проблем. Психолог використовує ігрові техніки й матеріали, щоб допомогти клієнтам досліджувати свої емоції, розвивати соціальні навички та знаходити рішення для своїх проблем.

Холістична терапія пропонує комплексний підхід відновлення психічного благополуччя. Вона враховує фізичний, емоційний, ментальний і духовний стан людини. У ході холістичної терапії психолог може застосовувати різні методи, включаючи медитацію, масаж, йогу й інші техніки для досягнення гармонії та балансу.

Значна роль у допомозі людям із низьким психологічним благополуччям відводиться психотерапії, яка виконує важливі функції

в пом'якшенні впливу негативних факторів і спрямована на покращення загального психологічного самопочуття людини. У цій роботі важливо виявити внутрішні ресурси особистості, які містяться в позитивних ситуаціях, і створити умови для переосмислення подій, що викликають негативні емоції. Це потребує введення специфічних елементів у процес психотерапії з урахуванням теоретичних знань (Данильченко, 2014). Працюючи з людьми з низьким рівнем психологічного благополуччя, психолог, опираючись на принципи гештальт-психології, акцентує увагу на здатності жити «тут і зараз», відчуваючи емоції без відокремлення від моменту. Важливо розуміти власні кордони, щоб зберігати баланс між власними бажаннями та взаємодією з навколишнім світом.

Психолог допомагає особі зрозуміти власне життєве коло та прагне розширити його лише за бажанням самої особи, що сприяє покращенню психологічної незалежності й усвідомленню власної відповідальності.

Головною метою психологічної підтримки для осіб із низьким рівнем психологічного благополуччя є вдосконалення зосередження на реальних потребах, світогляді й цінностях, які були актуальними для них, а також зміна особистого ставлення з метою підтримки психологічного комфорту й зорієнтованості на майбутнє. Важливо навчити особистість із низьким рівнем психологічного благополуччя переосмислювати травматичні події, які можуть призвести до розриву між минулим, сьогоденням і майбутнім, і сприяти їхньому адекватному опрацюванню та прийняттю. Це дає змогу розвивати рефлексію, усвідомлення важливості психологічного комфорту, відповідальність за власне життя та сприйняття допомоги навколишніх.

Працюючи з людьми з низьким рівнем психологічного благополуччя, психолог повинен спрямувати їхні переживання і травматичні події на зменшення розбіжності між їхнім досвідом і світоглядом. Це допоможе зменшити негативні наслідки травм і сприятиме підвищенню загального рівня психологічного благополуччя. Психолог повинен допомогти особистості подолати внутрішню порожнечу, яка споживає її емоційні ресурси й може призвести до морального виснаження. Форма надання психологічної допомоги залежить від ставлення особистості до інших людей і її готовності до спілкування. Для осіб із низьким психологічним благополуччям може бути корисним перехід від індивідуальної до групової роботи, ураховуючи їхні унікальні риси особистості.

Таким чином, організація групової та індивідуальної роботи має сприяти усвідомленню кожним учасником власних емоцій, пов'язаних із його психологічним самопочуттям. Це дає

змогу розуміти особисту важливість цих емоцій і розвивати стратегії корекції, адаптуючись до змін у житті.

Варто зазначити, що психологічне благополуччя для внутрішньо переміщених осіб є важливим фактором для забезпечення гідного та щасливого життя.

Детально проаналізовано психологічні аспекти, які впливають на стан біженців і внутрішньо переміщених осіб, включаючи стрес, травми й адаптаційні процеси.

Особлива увага приділена ролі психологічних інтервенцій у поліпшенні їхнього психологічного стану. Виокремлено й розглянуто різноманітні підходи до психологічної підтримки та інтервенцій, які спрямовані на підвищення рівня благополуччя цих людей. Описано методи та стратегії, спрямовані на зменшення стресу, покращення психічного стану й підтримку процесу адаптації до нових умов життя.

Загалом аналіз цього розділу вказує на необхідність та ефективність психологічних інтервенцій для підвищення психологічного благополуччя внутрішньо переміщених осіб, що може значно покращити їхні умови життя й адаптацію до нового оточення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гопкало Ю. Ментальне здоров'я особистості – загальнонаціональне благополуччя. *Грааль науки*. 2022. № 11. С. 499–500.
2. Даценко О.А. Психологічне благополуччя як критерій успішності особистості. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2023. Т. 34 (73). № 2. С. 1–5.
3. Завгородня О., Краєва О. Психологічні проблеми осіб, вимушено переміщених внаслідок російської агресії. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. С. 73–82.
4. Кашлюк Ю. Психологічне здоров'я і психологічне благополуччя особистості як складові задоволеності життям. *Psychological Journal*. 2017. Т. 7. № 3. С. 47–58.
5. Омелянська В.І., Ісаєвич С.І., Заболотна Н.М. Динамічність переживання психологічного благополуччя. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2023. № 1. С. 30–34.
6. Педько К. Вплив соціальної активності на соціальний капітал внутрішньо переміщених осіб. *Педагог. процес: теорія і практика. Серія «Психологія»*. 2018. № 3 (62). С. 114–121.
7. Петухова І., Заушнікова М., Каськов І. Психологічне благополуччя особистості в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. № 3 (73). С. 124–129.
8. Предко В.В., Сомова О.О. Вплив війни на зміну рівня стресу та стратегій збереження життєстійкості українців. *Вчені записки ТНУ імені В. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2022. Т. 33. № 72. С. 89–98.
9. Романчук О.І. Майндфулнес-орієнтована КПТ – новий ефективний метод попередження рецидиву депресії. *Нейроньюз: психо-неврологія і нейропсихіатрія*. 2014. № 3 (38). С. 40–45.

СПЕЦИФІКА ПРОАКТИВНОЇ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

SPECIFICITY OF PROACTIVE COPING BEHAVIOR OF POLICE OFFICERS IN THE CONDITIONS OF MARTIAL LAW

У статті розкривається питання копінг-поведінки як способу, за допомогою якого людина реагує на стресові ситуації або події та який спрямований на зменшення чи зниження стресу. Ця поведінка передбачає використання певного репертуару засобів для подолання складних життєвих і професійних обставин, що особливо є актуальним для поліцейських в умовах воєнного стану. Робота поліцейських в умовах воєнного стану є вкрай складною та вимагає особливих навичок, професійної підготовки й відповідальності. У таких умовах поліцейські зазвичай стикаються зі значними викликами та небезпеками, пов'язаними з воєнним конфліктом, безпекою громадян і забезпеченням громадського порядку.

Зокрема, у роботі робиться акцент саме на проактивній копінг-поведінці як стратегії або дії, яку використовує людина для запобігання стресовим ситуаціям або вирішення їх до того, як вони стануть значними проблемами.

Метою дослідження є емпіричне вивчення специфіки проактивної копінг-поведінки поліцейських-чоловіків і поліцейських-жінок. Як досліджувалися були 76 поліцейських, які становили дві групи відповідно до своєї статі. У дослідженні застосовано опитувальник проактивної поведінки, а математико-статистична обробка результатів здійснювалася за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок.

У ході дослідження з'ясовано, що поліцейські-чоловіки віддають перевагу раціональному та логічному підходу до вирішення проблеми. Вони чітко визначають свої цілі, аналізують час і розробляють конкретні плани для досягнення цих цілей, можуть активно шукати можливості для впливу на проблему та приймати ініціативу у вирішенні проблеми. Виявлено, що поліцейські-жінки спрямовані на пошук емоційної підтримки, що полягає в активному зверненні до близьких людей, родини, друзів чи інших джерел підтримки для вираження своїх почуттів, отримання розуміння та співчуття. Жінки виявляють схильність до спілкування й вираження своїх емоцій, і пошук

емоційної підтримки є важливим елементом їхніх стратегій копінеу.

Ключові слова: воєнний стан, жінки, копінг-поведінка, поліцейські, проактивна поведінка, чоловіки.

The article explores the issue of coping behavior as a method by which a person reacts to stressful situations or events aimed at reducing or reducing stress. This behavior involves the use of a certain repertoire of means to overcome difficult life and professional circumstances, which is especially relevant for police officers in the conditions of martial law. The work of police officers under martial law is extremely difficult and requires special skills, professional training and responsibility. In such environments, police officers typically face significant challenges and dangers related to military conflict, citizen security, and public order.

In particular, the work focuses on proactive coping behavior as a strategy or action used by a person to prevent or resolve stressful situations before they become significant problems.

The purpose of the study was to empirically study the specifics of proactive coping behavior of male and female police officers. 76 police officers, who were divided into two groups according to their gender, acted as research subjects. The "Proactive Behavior Questionnaire" was used in the study, and mathematical and statistical processing of the results was carried out using the Student's t-test for independent samples.

In the course of the study, it was found that male police officers prefer a rational and logical approach to problem solving. They clearly define their goals, analyze time and develop specific plans to achieve these goals, can actively seek opportunities to influence the problem and take initiative in solving the problem. It was found that policewomen are directed to seek emotional support, which consists in actively turning to loved ones, family, friends or other sources of support to express their feelings, gain understanding and sympathy. Women show a tendency to communicate and express their emotions, and seeking emotional support is an important element of their coping strategies.

Key words: martial law, women, coping behavior, police officers, proactive behavior, men.

УДК 159.942.5(043.5)

DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.38)

2024.58.38

Гончарова Я.І.

аспірантка

Харківський національний університет внутрішніх справ

Постановка проблеми. Умови воєнного стану створюють надзвичайно напружене й ризиковане середовище як для населення, так і для поліцейських, які в цих складних і напружених умовах продовжують виконувати свої професійні обов'язки, попри надмірне навантаження та труднощі в умовах нестабільності й стресу.

Поліцейським, які відповідають за забезпечення внутрішнього порядку й боротьбу зі злочинністю, в умовах війни доводиться співпрацювати з військовим командуванням, проводити операції з очищення міст від окупацій-

них сил та інші складні завдання. Нестандартні умови служби, повітряні тривоги, загроза використання зброї призводять до фізичної втоми, психологічного й емоційного напруження, професійного вигорання та стресових реакцій [3, с. 252].

В умовах воєнного стану проблема забезпечення психологічної стійкості поліцейських до стресу, психологічної готовності та здібності впоратися з ним є соціально та професійно значущою, від неї залежить не тільки ефективність діяльності правоохоронців, а й порятунок життя людей. Професійна діяльність поліцей-

ських протікає в умовах надзвичайних ситуацій і характеризується суттєвим впливом негативних, стресових факторів. Це висуває високі вимоги до психологічних якостей особистості, рівня їхнього професіоналізму й надійності професійної діяльності.

Успішність діяльності поліцейських багато в чому визначається їхньою здатністю довго перебувати в напружених умовах, практично безперервно адаптуватися до змін у цих умовах і при цьому вирішувати завдання щодо свого службового призначення.

Ефективність службової діяльності досягається не тільки професійними знаннями, вміннями, навичками, а й ефективністю копінг-поведінки в екстремальних та особливих умовах. Проблема психологічної адаптації працівників органів внутрішніх справ до стресу посідає одне з провідних місць у науці, оскільки від ефективності її розв'язання безпосередньо залежить ефективність діяльності правоохоронців [2].

Кожна особа переживає стрес індивідуально, і кожна має власний спосіб подолання цього стресу, який формується залежно від сили стресорів, їх тривалості, частоти виникнення, індивідуально-психологічних характеристик особистості. Ці способи подолання стресу називаються стрес-долаючими копінг-стратегіями.

Аналіз досліджень і публікацій. Аналіз літературних даних дає змогу стверджувати, що сьогодні описано досить велику кількість копінг-стратегій, під якими прийнято розглядати застосування різних способів і методів, спрямованих на подолання стресових ситуацій [9; 14]. Однак більшість класифікацій копінг-поведінки побудовано на основі двох базових стилів, виділених зарубіжними дослідниками Р. Лазарусом та С. Фолкманом [8]:

1. Проблемно-орієнтований стиль копінг-поведінки визначає поведінку людини для подолання стресової ситуації, коли вона аналізує те, що сталося, звертається по допомогу до інших, шукає додаткову інформацію. Цей стиль передбачає попередній аналіз проблеми, фокусування на пошуку можливих способів її вирішення, усвідомлення своїх можливостей та особливостей ситуації, вибір із можливих альтернатив найбільш прийнятної моделі поведінки, звернення до власного досвіду вирішення аналогічних проблем, практична реалізація планів [7].

2. Емоційно-орієнтований стиль копінг-поведінки передбачає занурення у власні переживання, самозвинувачення, залучення інших в особисті переживання. При цьому індивід може переживати внутрішню й зовнішню агресію у вигляді злості, почуття провини, злості на оточуючих; фіксацію на переживанні своєї безпорадності, неможливості впоратися із

ситуацією; зосередження на власних недоліках; апатію або роздратування; переживання нервового напруження, зриви; пошук можливостей для емоційної розрядки [8].

Уважається, що обидва стилі копінг-поведінки необхідні індивіду й застосовуються залежно від складності ситуації, бо сприяють фізичному та психічному здоров'ю особистості.

Особливий інтерес у багатьох сучасних дослідників викликає проблема копінг-поведінки особистості в контексті моделі випереджального подолання, орієнтованого на майбутнє, що фокусується на поведінці, спрямованій на сприйняття стресових ситуацій, які потенційно можуть виникнути. Така поведінка дає змогу запобігти негативному впливу стресорів на особистість. Ця модель ґрунтується на роботах Т. Вілса й С. Шифман, які запропонували розділяти копінг-поведінку на передбачальну (антиципаційну), що дає змогу індивіду передбачати деяку стресогенну подію і свою реакцію на неї, і відновлювальну, що дає можливість набути психологічної рівноваги після стресу.

Випереджальне, проактивне подолання розглядається як поєднання процесів саморегуляції та копінгу. Випереджальне подолання включає п'ять компонентів: 1) накопичення ресурсів, які можуть бути використані для запобігання майбутнім утратам або нейтралізації їх; 2) розуміння, усвідомлення потенційних стресорів; 3) оцінювання потенційних стресорів на початковому етапі; 4) завчасні, підготовчі спроби подолання; 5) виведення та здійснення зворотного зв'язку про успішність скоєних спроб подолання.

Т. Бейтман і Дж. Крент одними з перших запропонували концепцію проактивної особистості в 1993 році [4]. Під проактивністю вони розуміли особистісну диспозицію, стійку поведінкову тенденцію, яка характеризується тим, що людина відносно не обмежена ситуаційними силами й здатна впливати на своє навколишнє середовище, швидко пристосовуючись до змін.

Грант та Ешфорд визначали проактивність як запобіжні дії, що орієнтовані на зміни. Така поведінка включає прогнозування майбутніх подій, планування дій з метою вплинути на ситуацію [5]. Паркер і Вільямс підкреслювали спрямованість проактивної поведінки на зміни й покращення ситуації навколо себе, створення більш сприятливих умов для особистого успіху [13].

Д. Орган визначає проактивну поведінку як екстарольову поведінку людини, коли вона за власною ініціативою виходить за межі своїх професійних обов'язків [11]. С. Паркер описує проактивну поведінку через чотири характеристики: запобігання проблемам, створення

інновацій, здатність заявляти про себе та свої плани, відповідальність за результат [12].

У роботах А. Баккер та Е. Демероуті пропонується інший погляд на розуміння проактивної поведінки [10]. Автори стверджують, що сьогодні людина повинна вміти керувати своєю розумовою та фізичною енергією для того, щоб бути ефективною. М. Тімс порівнює управління своїм станом і проактивну поведінку, показуючи, що в цих явищах є загальний компонент. Управління своїм станом на роботі є самоініційованим і має певну мету. Така поведінка дає змогу співробітникам упоратися з високими вимогами й фактично є копінгом [10]. Проактивна поведінка в найзагальнішому її розумінні проявляється в тому, що люди виявляють ініціативу, щоб передбачати і створювати зміни в роботі, пов'язані з невизначеністю й динамічністю умов, технологій і вимог діяльності, що зростають [6].

Проактивний аналіз подолання розроблено на основі теорії проактивного подолання Л. Аспінвалл, Р. Шварцера та Е. Грінглас. Автори відзначають, що проактивний копінг являє собою особливий стиль життя, оснований на переконанні в тому, що те, що відбувається в житті кожної людини, залежить від неї самої, а не від удачі чи зовнішніх обставин. Життя таких людей спрямовується індивідуальними, а не зовнішніми факторами, і вони відповідають за ті події, які з ними відбуваються [1].

Виклад результатів дослідження.

У дослідженні взяли участь працівники правоохоронних органів у загальній кількості 76 осіб, які розділені на дві групи залежно від статі досліджуваних. Першу групу становили чоловіки в кількості 44 особи, а другу групу – жінки в кількості 32 особи.

Для дослідження специфіки проактивної долаючої поведінки працівників правоохоронних органів, чоловіків і жінок, ми використовували методику «Опитувальник проактивної долаючої поведінки» Е. Грінглас, Р. Шварцер і Д. Тауберт, адаптований українською мовою Б. Бірон [1, с. 229]. Структура опитувальника складається з 55 тверджень, які описують і вимірюють шість стратегій долаючої поведінки, а саме: проактивного, рефлексивного, превентивного подолання, стратегічного пла-

нування, пошуку інструментальної та емоційної підтримки. Превентивне подолання допомагає передбачувати потенційні стресори й готує дії по нейтралізації негативних наслідків до того, як настане можлива стресова подія. Важливими аспектами проактивного подолання є пошук інструментальної підтримки (інформації, порад, зворотного зв'язку) й емоційної підтримки (співчуття й розуміння).

Як математико-статистичний критерій використаний t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок. Результати дослідження проактивних копінг-стратегій чоловіків і жінок-поліцейських подано в таблиці 1.

Аналізуючи результати дослідження проактивних копінг-стратегій досліджуваних поліцейських-чоловіків і жінок, виявили, що за показником «рефлексивне подолання» в першій досліджуваній групі поліцейських-чоловіків отримано $20,07 \pm 3,15$ бала, у другій групі поліцейських-жінок – $28,13 \pm 4,02$ бала при $t=1,24$, без вірогідних відмінностей. Це свідчить про те, що обом групам досліджуваних поліцейських однаковою мірою притаманні уявлення й роздуми про можливі поведінкові альтернативи шляхом порівняння їх можливої ефективності. Вони схильні оцінювати можливі стресори, аналізувати проблеми й наявні ресурси, генерувати передбачуваний план дій та обирати оптимальні способи його виконання. У цьому випадку скоріш можна говорити про перспективну, а не ретроспективну рефлексію.

Такий проактивний копінг, як «стратегічне планування», вірогідно більш притаманний поліцейським-чоловікам порівняно з досліджуваними жінками ($14,87 \pm 3,2$ і $7,15 \pm 1,9$ при $p \leq 0,05$). Тобто досліджуваним поліцейським-чоловікам більшою мірою порівняно із жінками притаманно розробляти довгострокові цілі та стратегії, які орієнтовані на досягнення успіху в майбутньому. Цей процес включає аналіз зовнішнього й внутрішнього середовища, визначення місії, стратегічних цілей, розроблення планів дій для цих цілей і визначення ресурсів, які необхідні для виконання цих планів.

Основна мета стратегічного планування визначається тим, щоб людина могла адаптуватися до змін у своєму середовищі, роз-

Таблиця 1

Показники проактивних копінг-стратегій чоловіків-поліцейських і жінок-поліцейських

Копінг-стратегії	Група чоловіків	Група жінок	t	p
Рефлексивне подолання	$20,07 \pm 3,15$	$28,13 \pm 4,02$	1,24	-
Стратегічне планування	$14,87 \pm 3,2$	$7,15 \pm 1,9$	2,07	0,05
Превентивне подолання	$26,14 \pm 4,2$	$25,61 \pm 4,03$	0,09	-
Пошук інструментальної підтримки	$26,03 \pm 3,75$	$15,24 \pm 2,4$	2,42	0,01
Пошук емоційної підтримки	$11,83 \pm 2,3$	$19,37 \pm 2,8$	2,08	0,05
Проактивне подолання	$41,78 \pm 4,8$	$29,17 \pm 3,6$	2,10	0,05

виватися й ефективно використовувати свої ресурси для досягнення своїх стратегічних цілей. Важливою частиною стратегічного планування є не тільки розроблення стратегій, а й постійний моніторинг їх виконання та коригування згідно з поточною ситуацією.

За шкалою «превентивне подолання», яка свідчить про можливість передбачення потенційних стресорів і підготовку дій щодо нейтралізації негативних наслідків до того, як настане можлива стресова подія, у досліджуваних групах поліцейських не виявлено вірогідних відмінностей ($26,14 \pm 4,2$ і $25,61 \pm 4,03$ при $t=0,09$). За наявності превентивного подолання люди схильні використовувати широкий спектр копінг-поведінки (накопичення коштів, страхування, підтримку здорового способу життя тощо).

Показник проактивного копінгу «пошук інструментальної підтримки» в групі чоловіків становить $26,03 \pm 3,75$ бала, у групі жінок дорівнює $15,24 \pm 2,4$ бала, вірогідні відмінності зареєстровані на рівні $p \leq 0,05$ у бік підвищення показника в поліцейських-чоловіків. Це свідчить про те, що досліджуваним чоловікам притаманно отримувати інформацію, поради і зворотній зв'язок від безпосереднього соціального оточення в період подолання стресів. Тобто порівняно із жінками досліджувані поліцейські-чоловіки схильні звернутися за допомогою до інших людей, ресурсів або засобів для вирішення проблеми або подолання стресу. Це може включати пошук порад, підтримку, консультації або будь-які інші форми допомоги, які можуть допомогти зменшити або послабити стрес.

Копінг-стратегія «пошук емоційної підтримки» вірогідно більш виявляється в групі поліцейських-жінок ($11,83 \pm 2,3$ і $19,37 \pm 2,8$ при $p \leq 0,05$). Це вказує на те, що поліцейські жінки порівняно з чоловіками більш схильні до пошуку емоційної підтримки, орієнтовані регуляцією емоційного дистресу шляхом розділення почуттів з іншими, пошуку співчуття й спілкування з людьми з безпосереднього соціального оточення.

Загальний показник «проактивне подолання» в групах досліджуваних поліцейських вірогідно більш виражений у чоловіків, ніж у жінок ($41,78 \pm 4,8$ і $29,17 \pm 3,6$ при $p \leq 0,05$). Поліцейським-чоловікам вірогідно більш притаманний процес визначення мети, тобто постановка важливих для особистості цілей, а також процес саморегуляції щодо досягнення цих цілей, що включає когнітивний і поведінковий складники. Суть проактивного подолання полягає в зусиллях щодо формування загальних ресурсів, які сприяють досягненню важливих цілей і сприяють особистісному зростанню.

Висновки. Виходячи з результатів дослідження проактивних копінг-стратегій полі-

цейських-чоловіків і поліцейських-жінок можна відмітити, що для поліцейських-чоловіків притаманні такі копінг-стратегії, як стратегічне планування, пошук інструментальної підтримки й загальне проактивне подолання. Тобто саме використання цих копінг-стратегій допомагає чоловікам ефективно впоратися зі стресом і проблемами, надаючи їм структурований і практичний підхід до вирішення складних ситуацій. У досліджуваних жінок-поліцейських переважає копінг-стратегія пошук емоційної підтримки, що проявляється в пошуку підтримки й розуміння від інших людей, щоб упоратися зі стресом, негативними емоціями чи складними життєвими ситуаціями.

Отже, розуміння особливостей копінг-стратегій в умовах війни є важливим та актуальним для розроблення більш ефективних підходів і підготовки поліцейських до подібних викликів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бірон Б.В. Проактивне подолання стресових ситуацій особистістю : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2015. С. 229–231.
2. Швець Д.В. Копінг-поведінка майбутніх правоохоронців у контексті прогностичної компетентності. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2017. Т. 6. Вип. 13. С. 188–197.
3. Шиліна А.А. Особливості професійної діяльності працівників Національної поліції в умовах війни. *Особистість, суспільство, війна* : тези доповідей учасників Міжнародного психологічного форуму (7 квіт. 2023 р., м. Харків, Україна) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2023. С. 252–255.
4. 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.
5. Grant A.M., Ashford S.J. The dynamics of proactivity at work. *Research in organizational behavior*. 2008. Vol. 28. P. 3–34.
6. Grant A.M., Parker S.K. 7 redesigning work design theories: the rise of relational and proactive perspectives. *Academy of Management annals*. 2009. Vol. 3. № 1. P. 317–375.
7. Folkman S. Age differences in Stress and Coping Processes. *Psychology and Aging*. 1987. V. 2 (2). P. 171–184.
8. Folkman S., Lazarus R. S. If it changes, it must be a process: a study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. V. 48. P. 150–170.
9. Kobasa S., Maddi S.R., Kahn S. Hardiness and health: A prospective study. *J. Pers. and Soc. Psychology*. 1982. V. 42. № 1. P. 128–136.
10. Op den Kamp E., Tims M., Bakker A.B., Demerouti E. Proactive vitality management in the work context: development and validation of a new instrument. *European journal of labor and organizational psychology*. 2018. № 27. P. 493–505.

11. Organ D.W., Podsakoff P.M., MacKenzie S.B. Organizational citizenship behavior: Its nature, antecedents, and consequences. Sage Publications. 2005. URL: https://www.researchgate.net/publication/292654947_Organizational_citizenship_behavior_Its_nature_antecedents_and_consequences (дата звернення: 02.02.2024).
12. Parker S.K., Collins C.G. Taking stock: Integrating and differentiating multiple proactive behaviors. *Journal of management*. 2010. Vol. 36. № 3. P. 633–662.
13. 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.
14. Wills T.A. Stress and Coping factors in epidemiology of substance use. *Research advances in alcohol and drug problems*. N.Y. Plenum, 1990. P. 215–250.

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ БЕЗРОБІТНИХ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ

FEATURES OF THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE UNEMPLOYED DURING THE PERIOD OF MARITAL STATE

Стаття присвячена висвітленню результатів теоретичного й емпіричного вивчення показників соціально-психологічної адаптації безробітних у період воєнного стану.

Здійснено теоретичний аналіз закономірностей соціально-психологічної адаптації осіб в умовах воєнного стану, специфіки сучасних досліджень психологічних характеристик безробітних осіб, їхнього сприйняття себе, побудови життєвої перспективи тощо. Виокремлено актуальні наукові проблеми, що розкривають напрями наукових пошуків у сфері психологічного та соціального супроводу безробітних осіб в умовах воєнного стану.

Емпіричне дослідження дало змогу охопити 80 осіб, із яких 40 респондентів мають статус безробітного й перебувають на обліку в Полтавській міськрайонній філії Полтавського обласного центру зайнятості, і 40 працевлаштованих осіб. Вікові характеристики вибірки становлять 25–48 років. Для діагностики особливостей соціально-психологічної адаптації безробітних використано методики «Мотивація до успіху» (Т. Елерс) і «Мотивація до уникнення невдач» (Т. Елерс), «Діагностика соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребовій сфері» (О. Потьомкіна), методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд) і застосовано методи математичної статистики (критерій Пірсона).

Представлені результати емпіричного дослідження засвідчили, що безробітні особи в період воєнного стану характеризуються вираженими труднощами соціально-психологічної адаптації порівняно з працевлаштованими громадянами. Так, безробітні, справді, характеризуються вираженою мотивацією до уникнення невдач, суттєвими труднощами адаптації, погіршеним сприйняттям себе й очікуваннями неуспішності в системі соціальних стосунків, орієнтовані на процес діяльності. Натомість працюючі досліджувані, дійсно, більше спрямовані на мотивацію до досягнення успіху, орієнтовані на результат діяльності й мають кращі показники соціально-психологічної адаптації, очікують позитивного ставлення від навколишніх.

Ключові слова: безробітні, воєнний стан, соціально-психологічна адаптація безробітних, мотиваційні тенденції безробітних, соціально-психологічні установки безробіт-

них, чинники соціально-психологічної адаптації безробітних.

The article is devoted to highlighting the results of a theoretical and empirical study of indicators of social and psychological adaptation of the unemployed during the period of martial law.

A theoretical analysis of the patterns of socio-psychological adaptation of persons in the conditions of martial law, the specifics of modern research into the psychological characteristics of unemployed persons, their self-perception, construction of life prospects, etc., was carried out. Current scientific problems are highlighted that reveal the directions of scientific research in the field of psychological and social support of unemployed persons in the conditions of martial law. Empirical research made it possible to cover 80 people, of which 40 respondents have the status of unemployed and are registered in the Poltava city-district branch of the Poltava regional employment center, and 40 employed people. The age characteristics of the sample are 25–48 years. To diagnose the peculiarities of social and psychological adaptation of the unemployed, the methods "Motivation to success" (T. Elers) and "Motivation to avoid failure" (T. Elers), "Diagnostics of social and psychological attitudes of the individual in the motivational and need sphere" (O. Potemkina) were used, the method of diagnosis of socio-psychological adaptation (K. Rogers, R. Diamond) and applied methods of mathematical statistics (criterion -Pearson).

The presented results of the empirical research proved that unemployed persons in the period of martial law are characterized by pronounced difficulties of social and psychological adaptation, compared to employed citizens. Thus, the unemployed are indeed characterized by a pronounced motivation to avoid failure, are oriented towards the process of activity, have significant adaptation difficulties, worsened self-perception and expectations of failure in the system of social relations. On the other hand, working subjects are really more motivated to achieve success, are focused on the results of their activities and have better indicators of social and psychological adaptation, expect a positive attitude from the people around them.

Key words: unemployed, martial law, socio-psychological adaptation of the unemployed, motivational tendencies of the unemployed, socio-psychological attitudes of the unemployed, factors of socio-psychological adaptation of the unemployed.

УДК 159.922.75
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.39>

Дудецька С.М.

завідувачка відділу юридично-правової допомоги та забезпечення життєдіяльності району Київська районна в м. Полтаві рада, здобувачка освіти за спеціальністю 053. Психологія ОР «Магістр» ВСП ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» Миколаївський інститут розвитку людини

Заїка В.М.

к.психол.н., доцент кафедри соціальної роботи та спеціальної освіти ВСП ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» Полтавський інститут економіки і права

Актуальність проблеми дослідження.

Україна перебуває в умовах воєнного стану й нестабільної політичної ситуації, що негативно відображається на економіці країни. Викликане веденням військових дій України, різьоме погіршення ситуації після 2022 року призвело до затяжної економічної кризи, що, у свою чергу, позначається в дисбалансі всіх макроекономічних показників. У зв'язку з уве-

денням в Україні воєнного стану тимчасово, на період дії правового режиму воєнного стану, можуть обмежуватися конституційні права і свободи людини та громадянина. Відомо, що період воєнного стану також значно впливає на соціально-психологічну адаптацію населення, особливо безробітних. Така ситуація створює серйозні виклики, що потребують уваги науковців і практиків. Однак, на жаль, досліджень

із цього питання в межах соціальної психології ще досить мало.

Мета статті – проаналізувати соціально-психологічні аспекти адаптації безробітних під час періоду воєнного стану.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Безробіття, як наслідок формування нових соціально-економічних відносин, стало неминучим елементом нашого буття. Воно впливає на якість життя, обмежує соціальні та професійні перспективи, а також зумовлює певну поведінку й психологічний стан людини. Розгубленість, депресія, страх, непотрібність, утрата сенсу життя, зміна соціального статусу, звичного рівня життя й колишніх соціальних зв'язків, збільшення неорганізованого часу, нерозуміння значення власної активності у вирішенні кризової ситуації, матеріальні труднощі в період військового стану – ось далеко неповний перелік змін психологічного стану людей, що втратили роботу.

Соціально-психологічна підтримка безробітних поряд із психологічною допомогою особливо в теперішній нелегкий час є важливим складником системи роботи служби зайнятості, спрямованої на прискорення повернення незайнятих громадян на роботу та їх соціально-психологічну реабілітацію.

Проблема психологічної підтримки безробітних як один із основних напрямів роботи психологів служби зайнятості й відділів організації профорієнтації незайнятого населення в період воєнного стану в Україні набуває особливої актуальності. Т. Алексенко, І. Беляєва, О. Бережна, С. Вершинін, Ж. Вірна, О. Грабовець, Дж. Каллаган, Л. Карамушка, Н. Коломинський, Н. Максимова, К. Мілютіна, Н. Серебрякова, Л. Шипіцина, Т. Шульга детермінують психологічний супровід як не просто суму різноманітних методів роботи, а комплексно-технологічну, особливу культуру підтримки й допомоги спеціалістами, які беруть участь у процесі супроводу.

Сучасні дослідження подають також різноманітний матеріал стосовно психологічних характеристик і соціально-психологічного становлення особистості безробітного. Зокрема, Н. Жиліяк [2, с. 87] аналізує аспекти самовизначення безробітних осіб, акцентуючи увагу на труднощах визначення життєвої перспективи та плануванні життя особи в умовах соціальних трансформацій і втрати місця роботи. М. Торжевський [5, с. 92], здійснюючи різноманітний аналіз цієї проблеми, зауважує на наявності комплексу психологічних проблем і труднощів у безробітної особи. А. Фесенко [6, с. 54] відзначає погіршення системи соціальних контактів у молодих унаслідок втрати роботи, наявність у них виражених конфліктних тенденцій, пов'язаних із переживанням суб'єктивного стану самотності. Дослідження

Т. Кухар [3, с. 130] свідчить про наявність суттєвих психологічних зрушень у безробітних: появу в них тривоги, страхів, дезорганізації життєвого планування, сану фрустрації тощо. Т. Гальцева [1, с. 95] зауважує на тому, що втрата місця роботи є одним із різновидів життєвих криз особистості, порушуючи її цілісне функціонування, зачіпаючи механізми соціальної адаптації та зменшуючи можливість вільно розвиватися в житті. Такі кризові стани, зауважують О. Стефанюк і К. Пивоварська [4, с. 94], зумовлюють негативні психологічні й соціально-психологічні явища, коли всі особи нашої країни, у тому числі й безробітні, перебувають у стані кризи та потребують додаткової уваги.

Разом із тим, попри посилену дослідницьку увагу науковців до категорії внутрішньо переміщених осіб, залишається остаточно не вивченою й не визначеною сукупність психологічних чинників, які визначають продуктивність і результативність процесу адаптації внутрішніх переселенців. Хоча саме такий напрям дослідження видається одним із найбільш актуальних в умовах сьогодення, коли в Україні велика кількість людей переживають труднощі адаптаційного характеру й потребують психологічного супроводу та допомоги. Отже, практично зумовлена необхідність пошуку повного переліку чинників соціально-психологічної адаптації та неповна представленість цієї проблеми в наукових джерелах і зумовили актуальність теми дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою вивчення показників соціально-психологічної адаптації осіб в умовах воєнного стану ми провели емпіричне дослідження, у якому використано методики «Мотивація до успіху» (Т. Елерс) і «Мотивація до уникнення невдач» (Т. Елерс), «Діагностика соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребовій сфері» (О. Потьомкіна), методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд) і застосовано методи математичної статистики (критерій χ^2 -Пірсона).

Експериментальна вибірка становила 40 осіб, які мають статус безробітного й перебувають на обліку в службі зайнятості, які становили експериментальну групу, і 40 працевлаштованих осіб. Вікові характеристики вибірки становлять 25–48 років. Емпіричною базою дослідження обрано Полтавську міськрайонну філію Полтавського обласного центру зайнятості.

В основі дослідження покладено гіпотезу, згідно з якою ми передбачаємо, що безробітні особи в період воєнного стану характеризуються вираженими труднощами соціально-психологічної адаптації порівняно з працевлаштованими громадянами. Так, безробітні, імовірно, характеризу-

ються вираженою мотивацією до уникнення невдач, суттєвими труднощами адаптації, погіршеним сприйняттям себе й очікуваними неуспішності в системі соціальних стосунків, орієнтовані на процес діяльності. Натомість працюючі досліджувані, імовірно, більше спрямовані на мотивацію до досягнення успіху, орієнтовані на результат діяльності й мають кращі показники соціально-психологічної адаптації, очікують позитивного ставлення від навколишніх.

Результати діагностики, які характеризують вираженість мотивації до успіху досліджуваних із двох підгруп, представлені на рис. 1.

Як свідчать дані, представлені на рис. 1, групи досліджуваних залежно від факту працевлаштування різняться за вираженістю мотивації успіху в діяльності ($\chi^2=11,02, p\leq 0,01$). Так, безробітні переважно характеризуються низьким її рівнем вираженості, що зафіксовано в 60% непрацюючих досліджуваних. Вони не орієнтовані на досягнення результатів у діяльності, прагнуть її виконувати формально. Активність непрацюючих досліджуваних у ситуації втрати роботи спрямована переважно на несистематичні пошуки нового місця роботи, які супроводжуються невпевненістю таких особистостей у результативності своїх дій. В умовах військового стану вони не докладають значних зусиль для пошуку місця роботи й типово задовольняються позицією безробітного, апелюючи на соціально-економічні труднощі, притаманні країні в умовах війни.

Також 22% безробітних характеризуються середнім рівнем вираженості мотивації до успіху. В одних ситуаціях вони орієнтовані на результат та оптимізують власні зусилля для його досягнення. В інших ситуаціях – недостатньо важливих для них і таких, що ніби не ведуть до працевлаштування, такі досліджувані не мають орієнтованості на успіх у діяльності. Зокрема, у разі втрати роботи під час війни вони часто демонструють зневіру у своїх можливостях, унаслідок чого їхні намагання знайти нове місце роботи несистематичні та фрагментарні.

Висока мотивація до успіху властива лише 18% безробітних в умовах війни, які прагнуть досягати результатів у будь-якій діяльності й мобілізуються для цього: їхня мета швидко знайти роботу й розвиватися, оскільки в складних матеріальних умовах воєнного стану вони не мають необхідного фінансового ресурсу для життя. Починаючи якусь справу, такі безробітні впевнені у своїх можливостях і налаштовані на результат. Вірогідно, що такі досліджувані недовго перебуватимуть без роботи в умовах війни, змінять свій статус.

Натомість серед працюючих респондентів переважно виражена мотивація до досягнення успіху, яка зафіксована в 62% працюючих респондентів. Вони орієнтовані на успіх у будь-якій діяльності, яку виконують швидко й ефективно. Працюючі досліджувані, будучи орієнтованими на успіх, навіть утративши місце роботи, швидко мобілізуються й знаходять нове, тому й належать до другої категорії осіб.

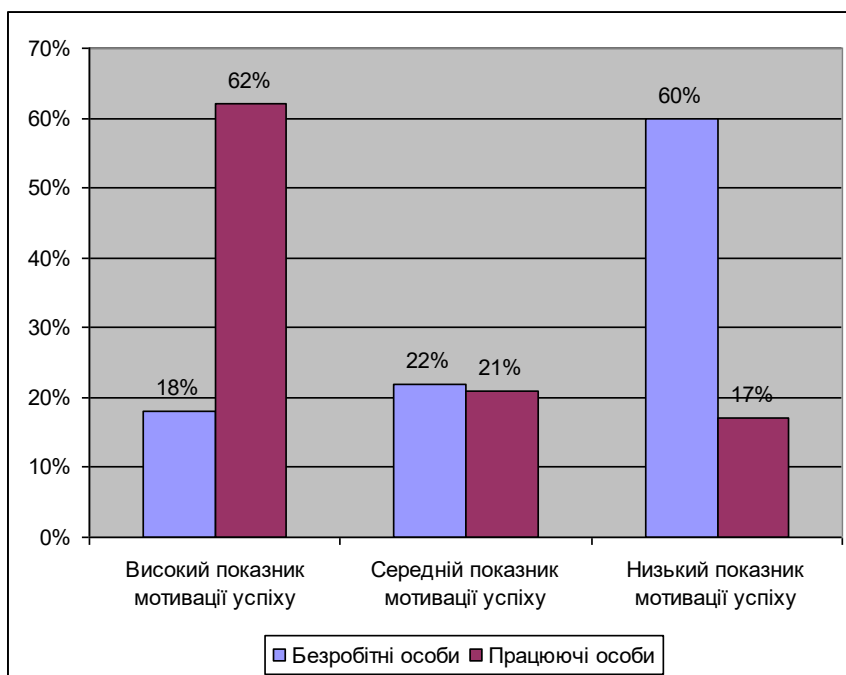


Рис. 1. Особливості вираженості мотивації успіху безробітних і працюючих досліджуваних в умовах війни

Середній рівень мотивації успіху властивий 21% працюючих досліджуваних. Вони мають переважну орієнтацію для досягнення результативності в будь-якій діяльності, проте не завжди можуть подолати труднощі під час її виконання, що залежить переважно від значення ситуації для досліджуваних.

Низький рівень вираженості мотивації успіху властивий 17% працюючих респондентів. Вони не орієнтовані на результативність у діяльності, формально до неї ставляться. На роботі вони просто виконують свої функціональні обов'язки, не переймаючись кар'єрним зростанням, а лише відпрацьовують свій час.

Розглянемо вираженість мотивації до уникнення невдач серед досліджуваних, що представлено на рис. 2.

Як свідчать дані, представлені на рис. 2, безробітні характеризуються переважанням мотивації до уникнення невдач ($\chi^2=13,427$, $p \leq 0,01$), що зафіксовано в 64% непрацюючих досліджуваних. Вони переважно орієнтовані на таке виконання діяльності, за якого хоч і не досягнуть результативності, проте уникнуть покарання чи негативних наслідків. У ситуації втрати роботи такі досліджувані переважно не орієнтовані на успіх, сумніваються у своїх можливостях знайти роботу. Переважання мотиваційної тенденції до уникнення невдач серед безробітних ускладнює процес пошуку роботи й успішну життєву самореалізацію таких особистостей особливо в умовах воєнного стану.

Середній і низький показники вираженості мотивації уникнення невдач зафіксовано у 18% безробітних досліджуваних. Досліджувані, які мають низький рівень вираженості мотивацій-

ної тенденції до уникнення невдач, орієнтовані на успіх і результативність діяльності. Безробітні із середнім рівнем мотивації уникнення невдач по-різному поводяться у відповідальних ситуаціях, під час втрати роботи також. У ситуаціях, коли вони впевнені у своїх можливостях, такі досліджувані спрямовані на успіх, швидко орієнтуються в ситуації та знаходять роботу. Натомість у ситуаціях, коли такі досліджувані відчувають невпевненість чи бачать труднощі, вони не докладають необхідних зусиль для досягнення бажаного результату і, як наслідок, не можуть повторно працевлаштуватися.

Також ми визначили, що 74% працюючих респондентів в умовах воєнного стану характеризуються низьким рівнем вираженості мотивації до уникнення невдач. Вони орієнтовані на успіх і професійне зростання, досягнення матеріального благополуччя. Окрім цього, 12% досліджуваних цієї групи мають середній показник вираженості такої мотивації, а 14% – високий. Респонденти із середнім рівнем вираженості мотивації уникнення невдач у відповідальних ситуаціях діють переважно успішно, мобілізуються для результативності. Досліджувані, які мають високий рівень вираженості мотивації уникнення невдач, у більшості ситуацій діють так, щоб уникнути негативних наслідків своєї бездіяльності.

Розглянемо особливості мотиваційних настанов досліджуваних, що відображають їхню спрямованість на процес чи на результат діяльності й представлені на рис. 3.

Як свідчать дані, представлені на рис. 3, на результат більшою мірою спрямовані працюючі досліджувані, ніж безробітні ($\chi^2=9,591$,

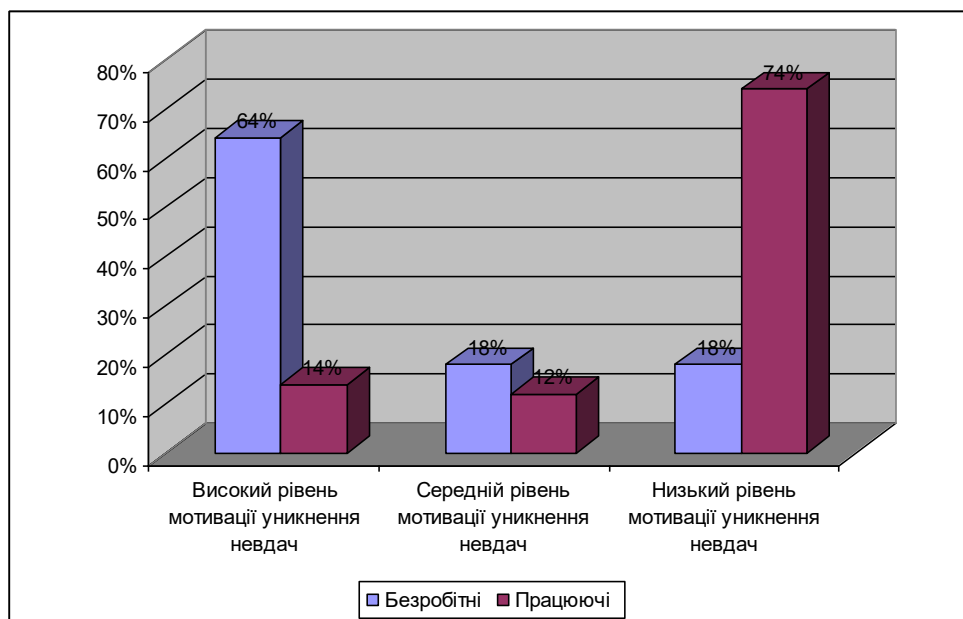


Рис. 2. Особливості вираженості мотивації до уникнення невдач безробітних і працюючих респондентів в умовах війни

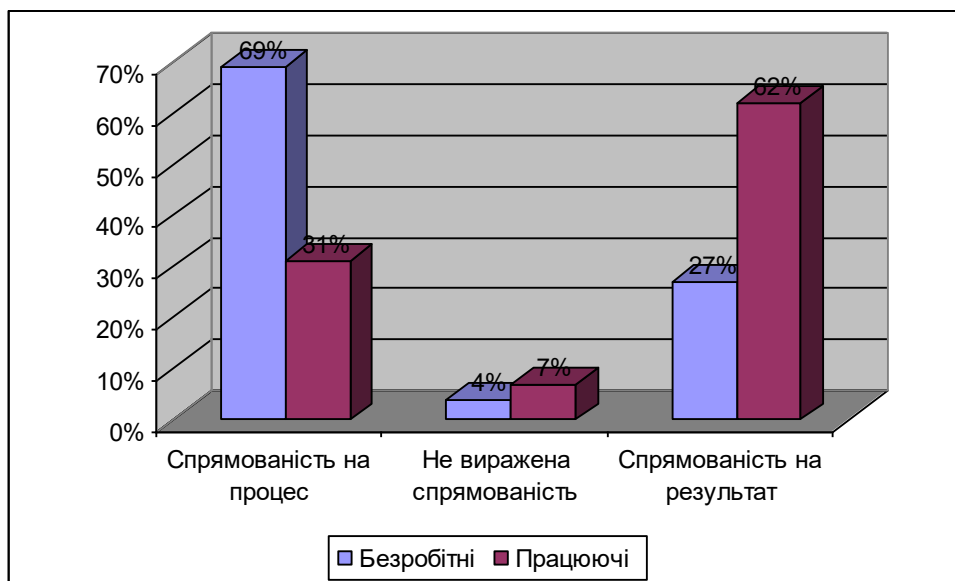


Рис. 3. Особливості спрямованості в діяльності безробітних і працюючих досліджуваних в умовах війни

$p \leq 0,05$). Так, безробітні більше спрямовані на процес діяльності, оскільки це властиво 69% таких досліджуваних. Розцінюючи свої можливості на низькому рівні, такі досліджувані спрямовані на процесуальний бік діяльності й пошуку роботи, відчуваючи, що неспроможні досягти бажаного результату. Тобто в пошуку роботи такі респонденти проявляють невпевненість у своїх можливостях і спрямовані на сам процес пошуку роботи, адже в разі недосягнення результату не відчуватимуть виражених негативних емоцій. Їхні намагання знайти роботу характеризуються довгими роздумами, розмірковуваннями, що спрямовані на затягування часу, а не на реальне працевлаштування, що ускладнює їхнє становище в умовах воєнного часу.

Натомість серед працюючих досліджуваних 62% орієнтовані на результативність у діяльності. Вони ставлять перед собою високі цілі й упевнені у своїх можливостях їх досягти, процес трудової діяльності не є для них особливо значимим.

Орієнтованість на процес діяльності властива лише 31% працюючих досліджуваних, які отримують задоволення від своєї трудової діяльності, не маючи вираженого прагнення до її результативності.

Порівняємо вираженість якостей альтруїзму й егоїзму серед досліджуваних двох підгруп, що представлено на рис. 4.

Як свідчать дані, представлені на рис. 4, серед безробітних досліджуваних переважає орієнтованість на альтруїзм ($\chi^2=10,119$, $p \leq 0,01$), що зафіксовано в 62% таких респондентів. Вони переважно орієнтовані на допомогу іншим людям, відстоювання не лише

власних інтересів, а й інтересів навколишніх. Унаслідок таких соціальних установок безробітні іноді не можуть швидко працевлаштуватися, оскільки переймаються проблемами інших людей. Низький рівень вираженості альтруїзму властивий 31% таких досліджуваних, які характеризуються схильністю до егоїзму. Вони орієнтовані виключно на власні інтереси, не звертаючи увагу на проблеми та потреби навколишніх.

Натомість серед працюючих досліджуваних більше виражена установка на егоїзм, властива 59% респондентів цієї підгрупи. Такі досліджувані переважно орієнтовані на досягнення необхідних для них інтересів, не переймаючись проблемами навколишніх. Виражена орієнтованість на альтруїзм властива 32% досліджуваним другої групи, які переймаються не лише своїми проблемами, а й проблемами інших людей.

На рис. 5 порівняємо показники соціально-психологічної адаптації безробітних і працюючих досліджуваних в умовах війни.

Як видно із рис. 5, безробітні респонденти характеризуються вираженими аспектами соціально-психологічної дезадаптації. Зокрема, для них характерні знижені показники загального рівня адаптації в соціально-психологічному плані ($\chi^2=10,326$, $p \leq 0,01$), прийняття інших ($\chi^2=9,34$, $p \leq 0,05$), самосприйняття ($\chi^2=7,61$, $p \leq 0,05$) та емоційного комфорту ($\chi^2=8,72$, $p \leq 0,05$). Тобто, не маючи постійного місця роботи, перебуваючи в стані матеріальних труднощів в умовах військових дій, такі респонденти відчувають труднощі соціально-психологічної адаптації, не спроможні успішно організувати систему взаємодії з навколиш-

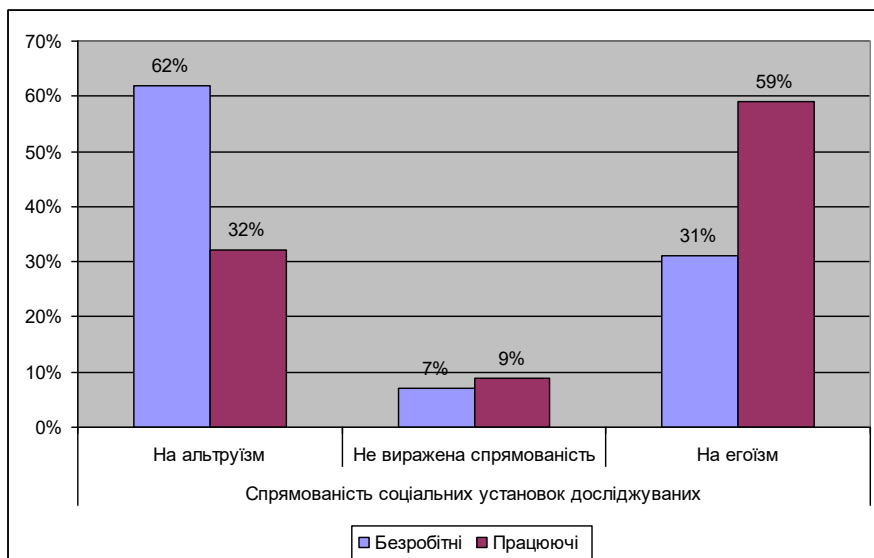


Рис. 4. Спрямованість на альтруїзм чи егоїзм безробітних і працюючих респондентів в умовах війни

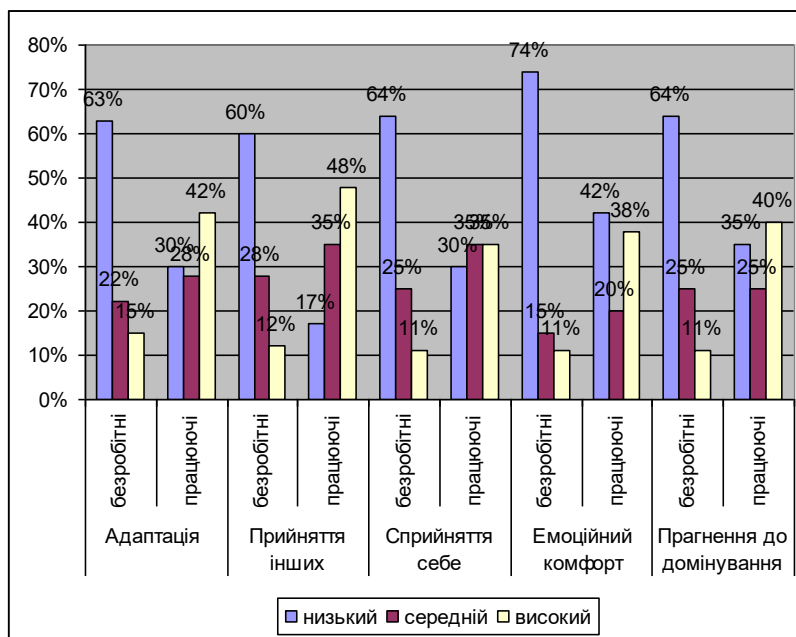


Рис. 5. Показники соціально-психологічної адаптації безробітних і працюючих досліджуваних в умовах війни

німи, не можуть бути ефективними в стосунках з іншими людьми та знайти своє місце в системі стосунків у мінливому середовищі. Разом із тим виявлено, що безробітні респонденти характеризуються відсутністю схильності до домінування, що на низькому рівні виражено в 65% представників цієї підгрупи.

Натомість працевлаштовані респонденти характеризуються вищими показниками соціально-психологічної адаптації. У таких досліджуваних переважають високі рівні очікування сприйняття інших (48%), самосприйняття (35%), емоційного комфорту (38%) і доміну-

вання (40%). Тобто, маючи роботу й можливість фінансового забезпечення, професійного зростання, такі досліджувані характеризуються вищими показниками соціально-психологічної адаптації, очікують позитивного перебігу спілкування. Для них характерне більш позитивне сприйняття власної особистості, прагнення нав'язувати іншим свою точку зору, домінувати в системі міжособистісних стосунків, що базуються на їхній більшій життєвій успішності, спроможності матеріально себе забезпечувати, ефективно реалізуватися в системі виробничих стосунків.

Висновки з проведеного дослідження.

Результати емпіричного вивчення засвідчують, що сформульована нами гіпотеза доведена. Дійсно, ми з'ясували, що безробітні особи в період воєнного стану характеризуються вираженими труднощами соціально-психологічної адаптації порівняно з працевлаштованими громадянами. Так, безробітні, справді, характеризуються вираженою мотивацією до уникнення невдач, орієнтовані на процес діяльності, суттєвими труднощами адаптації, погіршеним сприйняттям себе й очікуваннями неуспішності в системі соціальних стосунків. Натомість працюючі досліджувані, дійсно, більше спрямовані на мотивацію до досягнення успіху, орієнтовані на результат діяльності й мають кращі показники соціально-психологічної адаптації, очікують позитивного ставлення від навколишніх.

Разом із тим проблема вивчення чинників соціально-психологічної адаптації українців в умовах військового стану є не вичерпаною. Зокрема, перспективою подальших розвідок авторів може стати вивчення впливу локусу контролю та смисложиттєвих орієнтацій на процес адаптації безробітних у складних соціальних умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гальцева Т.О. Трансформація особистості в період проживання життєвих криз. *Трансформації особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін* : колективна монографія / за заг. ред. Л.М. Пріснякової. Дніпро : ЛІРА, 2023. С. 72–98.
2. Жилияк Н.В. Деякі аспекти самовизначення безробітних у процесі профпереорієнтації. *Актуальні проблеми розвитку організаційної та економічної психології в Україні* : тези II Всеукраїнського конгресу з організаційної та економічної психології. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені І. Огієнка, 2015. С. 86–87.
3. Кухар Т.В. Безробіття як соціальне явище та фактор зміни психічного стану особистості. *Вісник Харківський національного університету ім. В.Н. Каразіна*. 2018. № 771. Вип. 38. С. 128–132.
4. Стефанюк О., Пивоварська К. Особливості роботи центру освіти дорослих в умовах повномасштабного військового вторгнення. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти*. 2023. № 19. С. 84–93.
5. Торжевський М.В. Проблеми безробіття молоді та напрями їх вирішення. *Економіка України*. 2014. № 1. С. 87–96.
6. Фесенко А.М. Невирішеність проблеми працевлаштування як фактор соціального відчуження молоді. *Педагогіка та соціальна робота*. 2014. № 6. С. 51–56.

ВПЛИВ БОЙОВОГО СТРЕСУ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

INFLUENCE OF COMBAT STRESS ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF COMBAT PARTICIPANTS

У статті розглядається суть поняття бойового стресу, його основні складники та характеристики. Проаналізовано останні дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців щодо підвищення стійкості особистості у професійній діяльності в умовах бойових операцій з урахуванням військового досвіду Збройних сил України. Вивчено різні підходи до психологічної підготовки військових у провідних країнах світу. Визначено, що реакції на бойовий стрес можуть бути фізичними, емоційними, когнітивними або поведінковими, призводячи до негативних наслідків або психологічних травм у військовослужбовців, що переживають стресові або травматичні ситуації під час бойових дій або військових операцій. Виявлені прояви стресу можуть бути різноманітними, включаючи дратівливість, надмірний страх, фізичні симптоми та зміни у психічному стані. Вони можуть змінюватися залежно від різноманітних чинників, таких як інтенсивність та тривалість бойових дій, моральний дух командування і підрозділу. Проведено дослідження, у рамках якого описано психологічні та фізіологічні симптоми бойового стресу серед військовослужбовців Збройних сил України та Національної гвардії України. Особливу увагу приділено аналізу підходів до психологічної підготовки військових у Сполучених Штатах Америки, Великій Британії, Німеччині та Ізраїлі. З урахуванням досвіду психологічної підготовки військовослужбовців цих країн визначено загальні підходи, що сприяють психологічній стійкості та зменшенню проявів бойового стресу серед особового складу підрозділів. Обговорено необхідність подальших досліджень бойового стресу та розроблення комплексних програм високопрофесійної психологічної підготовки військовослужбовців для операцій у сучасних умовах бойових дій.

Ключові слова: соціально-психологічна реабілітація, психотравмуючі чинники, бойова травма, стрес, бойовий стрес, бойова психічна травма, психічна травматизація, психологічний супровід, копінг-стратегія, резилієнтність.

The article explores the essence of the concept of «combat stress», its main components, and characteristics. It also examines recent research by domestic and foreign scientists regarding the enhancement of personal resilience in professional activities under conditions of combat operations, considering the military experience of the Armed Forces of Ukraine. Various approaches to the psychological training of military personnel in leading countries worldwide are studied. It is determined that reactions to combat stress can be physical, emotional, cognitive, or behavioral, leading to adverse effects or psychological traumas among servicemen experiencing stressful or traumatic situations during combat actions or military operations. The manifestations of stress can be diverse, including irritability, excessive fear, physical symptoms, and changes in psychological state. These manifestations may vary depending on various factors such as the intensity and duration of combat actions, the morale of command, and unit. A study is conducted outlining the psychological and physiological symptoms of combat stress among servicemen of the Armed Forces of Ukraine and the National Guard of Ukraine. Special attention is paid to analyzing approaches to psychological training of military personnel in the United States, Great Britain, Germany, and Israel. Considering the experience of psychological training of military personnel in these countries, common approaches that promote psychological resilience and reduce manifestations of combat stress among unit personnel are identified. The necessity of further research on combat stress and the development of comprehensive programs for high-quality psychological training of military personnel for operations in modern conditions of combat actions is discussed.

Key words: social-psychological rehabilitation, psychological trauma factors, combat trauma, stress, combat stress, combat-related psychological trauma, psychological traumatization, psychological support, coping strategy, resilience.

УДК 159.944.4.9.07-057.36(045)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.40>

Прокоф'єва Л.О.

викладач кафедри загальної та практичної психології
Ізмаїльський державний гуманітарний університет

Розвиток військової психології як самостійної галузі психології відбувся лише наприкінці XIX – на початку XX ст. Її унікальність полягає у врахуванні специфічних особливостей військової діяльності, яка характеризується екстремальними умовами. Найбільш активно ця галузь розвивається у США, Великій Британії, Німеччині та Ізраїлі. Військова психологія також почала активно розвиватися у нашій країні.

У зв'язку з активною фазою збройної агресії Російської Федерації проти нашої держави проблема збереження психічного здоров'я військовослужбовців стає одним із найбільш принципово важливих завдань військового

керівництва. Новий контекст змінює підхід до управління власною поведінкою військових, їх адаптації до умов служби та бойових дій. Особлива увага приділяється значенню індивідуальних особливостей нервової системи та мотивів, які військовослужбовці враховують під час дій у таких умовах.

В умовах військового стану народилася гостра необхідність вивчення стресових реакцій у військовослужбовців під час бойових дій в Україні з метою подальшого розроблення протоколів для надання психологічної підтримки та соціально-психологічної реабілітації у майбутньому. Важливу роль в успішному виконанні бойових завдань відіграє психоло-

гічна підготовка військовослужбовців, як підтверджує досвід у локальних війнах і збройних конфліктах, у яких брали участь переважно військові США, Великої Британії, Німеччини та Ізраїлю. Багато інформації про психологічну підготовку солдата надають праці європейських психологів, які визнають, що емоційно-вольові чинники діяльності та поведінки людини є ключовими [7]. Головними завданнями психологічної підготовки є формування психологічної стійкості до впливу психотравмуючих чинників бойової обстановки, забезпечення психічного стану під час бойових дій, зниження психогенних утрат та надання психологічної допомоги військовим, які отримали бойову психічну травму [4, с. 1].

Метою статті є розгляд особливостей поняття бойового стресу, чинників, що спричиняють його виникнення та прояви; аналіз упроваджених підходів до роботи з бойовим стресом у провідних країнах світу, які мають досвід ведення бойових дій у сучасних умовах, та можливість їх застосування у системі психологічної підготовки військовослужбовців нашої країни.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Видатні фахівці армії Ізраїлю, США, Франції та інших країн приділяють значну увагу проблемам психологічного захисту від бойового стресу. Вони розглядають стрес, особливо бойовий, як специфічний феномен, який впливає на процеси деформації особистості та результати діяльності військовослужбовців. Наслідки бойового стресу можуть проявлятися у формі посттравматичних стресових розладів, що ускладнює адаптацію військових до мирного життя.

Фахівці збройних сил різних країн активно займаються вивченням бойового стресу та організацією роботи з корекції його наслідків. Наприклад, у Збройних силах Ізраїлю діє армійська система охорони психічного здоров'я – «Система психологічного захисту військовослужбовців Ізраїлю» [1]. У Збройних силах Франції впроваджена Концепція психологічної підтримки (Французька доктрина «Медики на передовій»). Таким чином, кожна із цих країн має свою власну систему психологічного захисту від бойового стресу [6].

Високі досягнення у дослідженні бойового стресу належать О. Блінову, О. Бойко, О. Бондаренко, С. Бочарову, Л. Китаєву-Смику, М. Корольчук, Є. Литвиновському, С. Миронцю, М. Мушкевичу, К. Островській, В. Осьодлу, Т. Титаренко, С. Яковенку та ін.

Аналіз сучасних досліджень [1; 4; 5 та ін.] дає змогу визначити бойовий стрес як психічне напруження, що виникає у військовослужбовців під час їх адаптації до умов бойової діяльності й викликане використанням їхнього ресурсного потенціалу. Таке визначення

бойового стресу повністю відповідає існуючій феноменології цього стану і дає змогу досліджувати його, урахувавши можливість реагування військовослужбовця на проблемні ситуації за допомогою його психологічних ресурсів з урахуванням індивідуальних особливостей у переживанні психічних станів.

Про феномен бойового стресу існують інші точки зору, які висловлені різними експертами. Наприклад, у дослідженні І.І. Приходько [5] бойовий стрес розглядається як процес, що виникає унаслідок впливу чинників бойової обстановки на психіку військовослужбовця. Даний процес супроводжується зниженням рівня психологічної безпеки особистості та проявом неспецифічних доклінічних психологічних симптомів. У сукупності ці прояви формують поняття бойової психологічної травми особистості або можуть призводити до специфічних психічних розладів, які об'єднуються у категорію бойової психічної травми.

У висновках О. Збаровського [3] зазначено, що досвід бойових дій свідчить про те, що військовослужбовці несуть не лише фізичні, а й значні психологічні втрати, пов'язані з отриманням бойових психічних травм. Слід зазначити, що дані травми призводять до порушень психічної діяльності і можуть спричинити повну або часткову втрату боєздатності.

Бойові стресові реакції спостерігаються під час бойових дій або підготовки до них. Це непрохідні реакції виживання, що охоплюють фізіологічні, поведінкові, емоційні, когнітивні та інші зміни в організмі. Ситуації, які ставлять під загрозу життя, активізують вегетативну нервову систему, яка регулюється двома протилежними відділами: симпатичною, що відповідає за збудження, і парасимпатичною, що відповідає за заспокоєння. Установлено, що це призводить до послідовної серії автоматичних реакцій, які називають «захисним каскадом» і включають екстремальні, але тимчасові зміни у функціонуванні організму, такі як підвищена концентрація уваги/збудження, зміни у поведінці, емоціях, когніції, мовленні та моториці. Такі реакції є інтенсивними і можуть призводити до помірних або серйозних порушень, але їх тривалість обмежується кількома годинами або, у найгіршому випадку, кількома днями.

О. Блінов [1], О. Збаровський [3] зазначають, що до прикладів бойових стресорів належать тілесні ушкодження та поранення, що обмежують фізичні можливості військовослужбовця; убивство противника; свідчення про загибель людини; загибель або поранення військовослужбовця підрозділу.

Деякі з реакцій на бойовий стрес, які можуть відчувати військовослужбовці, включають неспокій, паніку, дратівливість, лютість, розгубленість, проблеми з пам'яттю, втомленість,

безсоння, прискорене серцебиття, задишку і дисоціацію. Ступінь їх вираженості може змінюватися залежно від різних чинників, таких як інтенсивність, тривалість та частота бойових дій, моральний дух командування та підрозділу [7].

Результати вітчизняних та зарубіжних сучасних досліджень [1; 3; 5 та ін.] дають змогу стверджувати, що вплив бойового стресу на психіку військовослужбовця може призводити до зміни рис його характеру, а також прояву акцентуацій, які раніше не були властиві. Визначено, що це також може призвести до поглиблення властивостей особистості, що вже присутні, а також спричиняти виникнення стрес-асоційованих розладів та збільшувати ризик проявів суїцидального характеру. У боротьбі з психотравмуючим впливом стресорів у бойовій обстановці залежно від сили та тривалості їхнього впливу спочатку порушується функціонування інтелектуального складника особистості, а потім виникають проблеми у соціальній та емоційній сферах.

Згідно з результатами дослідження, проведеного з використанням опитувальника Stress Symptom Checklist [7], розробленого університетом штату Техас, виявлено, що більше половини військовослужбовців (57%) відчувають такі фізіологічні симптоми, як головний біль, біль у спині, шиї та плечах, підвищений кров'яний тиск, порушення роботи шлунку, втома, уживання алкоголю та/або сигарет, зміна апетиту. Серед психологічних симптомів найчастіше зустрічаються тривога, плутанина або розгубленість, забудькуватість, почуття перенавантаженості, перепади настрою, неспокій, часті нудьга, спалахи гніву, зміна ваги, переїдання та сексуальні проблеми.

Психічна травматизація в бойових умовах є поширеним явищем, яке може призвести до розладів психіки різної важкості у військовослужбовців. Це зазвичай призводить до часткової або повної втрати боєздатності. Відповідно до ступеня важкості, військові психічні травми розрізняють так:

Легкі (I ступінь), що характеризуються надмірним збудженням і дратівливістю, бажанням ізолюватися, утратою апетиту, швидкою стомленістю та наявністю головного болю.

Середні (II ступінь), які включають легкі істеричні реакції та прояви агресії, тимчасову амнезію, депресію, гіперестезію (підвищену чутливість до яскравого світла, гучних звуків і запахів) та страх.

Важкі (III ступінь), коли спостерігається порушення слухових і зорових функцій, розбалансування рухових навичок та координації рухів, а також наявність психомоторних розладів від безглузвих вчинків до стану ступору [1, с. 86].

I. Приходько [5] наголошує, що більшість військовослужбовців, як правило, добре адаптується до бойового стресу помірної сили. На початковому етапі навіть спостерігаються певні позитивні зміни, такі як концентрація уваги, ясність мислення, поліпшення пам'яті, підвищення бойової активності та цілеспрямованості дій.

Проте бойовий стрес надмірної сили може викликати істотні зміни, які мають різні форми прояву. На індивідуальному рівні він може приймати такі форми: різке неадекватне підвищення або зниження бойової активності; різке підвищення емоційності або заціпеніння; деструктивна форма мотивації або демотивації до бойової діяльності; різке невластиве зниження дисциплінованості і відповідальності за виконання поставлених завдань; порушення моральних норм комунікації з оточуючими; дезорієнтація у просторі й часі; відчуття нереальності ситуації; гнівливість, роздратованість і агресивність; пригніченість й апатія; безнадійність; утрата сенсу життя і поява суїцидальних думок; панічні настрої тощо.

На груповому рівні спостерігаються такі негативні прояви, як значне погіршення соціально-психологічного клімату й зниження згуртованості та взаємодопомоги, зростання конфліктності, поширення панічних настроїв і негативного ставлення до виконання поставленого завдання.

Вітчизняні дослідники [1; 3; 5 та ін.] визначають, що під дією бойового стресу надмірної сили можуть спостерігатися різні форми стресових впливів, включаючи невротичні та психотичні розлади. Особливо небезпечними під час ведення бойових дій є прояви групової паніки та істерії, які дезадаптують велику кількість військовослужбовців і позбавляють їх здатності адекватно оцінювати ситуацію й спроможності функціонального виконання бойових завдань. Унаслідок цього спостерігається відсутність ефективної спільної діяльності, мотивації і віри в перемогу.

Проте під впливом бойового стресу у певних військовослужбовців можна спостерігати й позитивні посттравматичні тенденції, такі як підвищення резилентності; упевненість у собі й у власних силах; покращення самодисципліни, самоконтролю і комунікативних здатностей; зростання особистісної зрілості; підвищення почуття власної гідності; переосмислення ролі сім'ї, категорій моральних цінностей і цінності різних аспектів людського життя; цілеспрямованість та наполегливість у досягненні мети; розширення планів на майбутнє; підвищення рівня групової згуртованості, психологічної і функціональної готовності до спільних бойових дій, внутрішньогрупової й міжгрупової взаємодії тощо.

Якість виконання бойового завдання, кількість утрат серед особового складу та його майбутня адаптація до цивільного життя значно залежать від психологічного стану військових. Військовий, який відчуває контроль під час бою, не проявляє бойової стресової реакції. Найважливішими захисними чинниками є сильна групова згуртованість, довіра до командирів, висока мотивація, належне озброєння та захищеність, висока якість бойової підготовки та належний медичний корпус. Однак ці чинники не можуть повністю усунути вплив екстремальних обставин, тому важливо оперативно реагувати для забезпечення психологічної підтримки.

Дослідження щодо негативного впливу бойового стресу на особистість викликають зацікавленість у вивченні копінг-стратегій та копінг-ресурсів, які допомагають подолати стресові ситуації. Важливим внеском у дану галузь є досягнення українських науковців, таких як С. Корсун, К. Кравченко, Д. Мадді, В. Осьодло, О. Тімченко та ін. Вони досліджували різноманітні базисні стратегії подолання наслідків стрес-факторів, зокрема «проблемно-орієнтовану», «емоційно орієнтовану», «пошук соціальної підтримки», «уникання» та «відволікання». За результатами досліджень [3; 5] розглянемо найбільш ефективні.

Проблемно-орієнтована копінг-стратегія спрямована на раціональний аналіз ситуації та пошук альтернативних шляхів виходу з неї, зменшення впливу стресу та оптимістичне налаштування. Дана стратегія допомагає активувати когнітивну сферу, зокрема розвивати критичне мислення та здатність до прийняття обґрунтованих рішень в умовах кризових ситуацій. Вона також сприяє здійсненню ефективного пошуку, аналізу та застосування необхідної інформації, збереженню стійкості та уникає маніпуляцій.

Емоційно орієнтована копінг-стратегія спрямована на регулювання власного емоційного стану, відчуттів та дій. Вона включає у себе вираження емоцій як спосіб стабілізації психоемоційного стану. Емоції впливають на фізіологічний рівень, змінюючи функціонування органів і систем організму, та на поведінковий рівень, впливаючи на соціальну взаємодію. Позитивні емоції сприяють підвищенню резилієнтності, швидкому одужанню та створенню сприятливого клімату, тоді як надмірна емоційність може призвести до афективних проявів і психоемоційної травматизації.

Копінг-стратегії визначаються наявністю копінг-ресурсів, які використовуються або можуть бути використані суб'єктом для подолання стресу. Особистісні копінг-ресурси включають здатність адекватно сприймати, усвідомлювати й оцінювати вплив навколишнього середовища, уміння керувати власним

життям і брати за нього відповідальність, рівень освіти, навички комунікації, рівень тривожності, морально-етичні цінності, емпатію, духовність, та індивідуальні психологічні особливості, такі як витривалість, мужність, толерантність тощо.

Копінг-ресурси соціального середовища зумовлені оточенням, у якому перебуває людина. Основним особистісним ресурсом, який сприяє подоланню стресу, є «Я-концепція». Вона формується у процесі набуття життєвого досвіду і є динамічною системою уявлень, що відображає «Я-реальне», «Я-ідеальне» і співвідношення між ними. Основними елементами «Я-концепції» є самосвідомість та самооцінка [5].

О. Зборовський [3], І. Приходько [5] зазначають, що учасники збройних конфліктів є специфічним контингентом, для якого потрібна багатопрофільна реабілітація, оскільки участь у бойових діях є потужним стресом, що може спричинити функціональні порушення організму, розвиток соматичних захворювань і виникнення патологічних реакцій. З огляду на те, що нині не існує єдиних методологічних підходів до організації медичної, психологічної, професійної та соціальної реабілітації учасників бойових дій, а лише окремі напрями теорії і практики із цієї проблеми, необхідно здійснювати пошук оптимального варіанту проведення медико-психологічних реабілітаційних профілактичних заходів.

Загальною метою запровадження державної програми з психологічної реабілітації військовослужбовців, які перебували у зоні проведення бойових дій, є надання їм необхідної підтримки та допомоги для подолання психологічних труднощів, що виникають унаслідок участі в конфліктних ситуаціях.

Когнітивний аспект, а саме формування позитивного образу себе та соціальної реальності, а також сприяння усвідомленню можливостей самореалізації у професійній діяльності та поза нею.

Емоційний аспект – мінімізація рівня стресу, тривоги, агресивності та пригніченості шляхом навчання прийомам саморегуляції та підвищення рівня емоційної стійкості й мотивації.

Поведінковий аспект – розвиток позитивних форм поведінки, спрямованих на підтримку міжособистісних відносин, співробітництво, відповідальність та самостійність у професійній та особистій сферах.

Дана програма має сприяти підвищенню якості життя військовослужбовців, сприяючи їхньому психологічному благополуччю та успішній адаптації у мирному цивільному житті після військової служби.

Отже, перспективою подальших наукових досліджень є проведення нових емпіричних студій із виявлення специфічного ансамблю проявів наслідків впливу бойового стресу.

Ці дослідження мають урахувати видову і родову специфіку військової служби.

Важливо зрозуміти, які саме аспекти військової служби спричиняють найбільший стрес для різних категорій військовослужбовців. Наприклад, можуть бути проведені дослідження, спрямовані на вивчення впливу бойового стресу на різні військові спеціальності (наприклад, піхотинець, танкіст, пілот, медичний персонал тощо) або на різні групи військовослужбовців (новобранці, ветерани, жінки, підлітки тощо).

Результати таких досліджень стануть передумовою для розроблення відповідних психологічних програм для подолання наслідків психічної травматизації та збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Ці програми можуть включати в себе різноманітні методики та стратегії, спрямовані на зниження стресу, підвищення резиліентності, поліпшення соціальної підтримки та психологічної готовності до викликів служби.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О. А. Особливості мотивації та переживань учасників бойових дій. *Сучасний стан психологічного забезпечення професійної діяльності сил охорони правопорядку*. Харків : Національна академія НГУ, 2017. С. 84–87.
2. Буассо Х., Мартінес Л.М. Психологічна підтримка в Збройних силах Франції. *Матеріали лекції ст. лікаря Хумберта Буассо і ст. лікаря Лорана Мельхіора Мартінеса*. Київ, 2015.
3. Зборовський О.М. Психічні порушення в учасників АТО та методи їх корекції. *Медичне забезпечення антитерористичної операції: науково-організаційні та медико-соціальні аспекти*. Київ : Пріоритети, 2016. С. 184–192.
URL: [http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0c5a21ec22571b300253d46/15c140dd326495adc225810c00676a4d/\\$FILE/_i0nm0bp85sg2ue1f00nggbbp85ss2uu1f50nrgbbp85tk2uq1fv_.pdf](http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0c5a21ec22571b300253d46/15c140dd326495adc225810c00676a4d/$FILE/_i0nm0bp85sg2ue1f00nggbbp85ss2uu1f50nrgbbp85tk2uq1fv_.pdf)
4. Особливості психологічної підготовки армій країн НАТО. URL: <https://bookster.com.ua/osoblyvostipsykhologichnoi-pidhotovky-armii-krain-nato/>
5. Приходько І.І. Система профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологія»*. 2018. Вип. 1. URL: http://books.ndcnangu.co.ua/statti_NDL_3/Vnadpn_2018_1_13.pdf
6. Combat and Operational Stress Reactions (COSRs). URL: <https://health.mil/Military-Health-Topics/Centers-of-Excellence/Psychological-Health-Center-of-Excellence/Psychological-Health-Readiness/Combat-and-Operational-Stress-Control/COSRs>
7. Stress Symptom Checklist. URL: <https://www.baylor.edu/content/services/document.php/183434.pdf>

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ПОЛІФАКТОРНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF MULTIFACTOR DEPRIVATION OF MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS

У статті зроблено спробу здійснити теоретичне обґрунтування актуальності проблеми депривації, яка широко досліджена у багатьох аспектах соціально-психологічного наукового пошуку, але майже не розглядалася у контексті сучасного соціального стану суспільства, зокрема військових подій та їхніх наслідків для особистості військовослужбовців. Виконано пілотне емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей подібних наслідків. Акцентовано увагу на особливостях психічних станів особистості військовослужбовців, ураховано перебування в умовах поліфакторної депривації під час військових дій.

У роботі проаналізовано різні підходи до психічного, соціально-психологічного змісту депривації як соціальної ситуації або процесу та інші аспекти еволюції її наукового вивчення. Погляди на певну систематизацію депривації аналізуються з позиції психологічних та соціально-психологічних наслідків під час виконання соціально значущих завдань, обтяжених бойовими стрес-факторами. Установлено, що депривація зазвичай визначається як фізіологічний, психологічний, соціально-психологічний, соціокультурний процес або навіть стан. Вона виникає як результат позбавлення, обмеження або відсутності можливості задовольнити нагальні потреби, недосяжності доступу до певних важливих ресурсів тощо. Визначено, що проблема досліджується в різних галузях психології, соціології, медицини та стосується соціальної, емоційної, фізіологічної, когнітивної сфер буття людини. Проведене емпіричне дослідження частково пояснює наслідки обмежень на фізичне та психічне здоров'я військовослужбовця, його поведінку та розвиток.

Отримані результати спрямували розроблення рекомендацій превенції або мінімізування наслідків впливу депривації військовослужбовців під час військових дій, а також визначення шляхів та стратегій збереження та покращення психічного здоров'я та функціональності військовослужбовців.
Ключові слова: фрустрованість, поліфакторна депривація, ознаки психологічного впливу, деприваційні чинники, військовослужбовці, посттравматичний стресовий розлад.

The article attempts to provide a theoretical justification of the relevance of the problem of deprivation, which has been widely studied in many aspects of socio-psychological scientific research, but was almost never considered in the context of the modern social state of society, in particular, military events and their consequences for the personality of military personnel. A pilot empirical study of the socio-psychological features of such consequences was carried out. Focused attention on the peculiarities of the mental states of the personality of military personnel, taking into account the presence in conditions of multifactorial deprivation during military operations.

The paper analyzes various approaches to the mental, socio-psychological content of deprivation as a social situation or process and other aspects of the evolution of its scientific study. Views on a certain systematization of deprivation are analyzed from the standpoint of psychological and socio-psychological consequences during the performance of socially significant tasks burdened by combat stress factors. It is established that deprivation is usually defined as a physiological, psychological, socio-psychological, socio-cultural process, or a state of mind. It arises as a result of deprivation, limitation or lack of ability to satisfy urgent needs, unattainability of access to certain important resources, etc. It is determined that the problem is investigated in various fields of psychology, sociology, and medicine and concerns the social, emotional, physiological, and cognitive spheres of human existence. The conducted empirical research partially explains the consequences of restrictions on the physical and mental health of a military serviceman, his behavior and development.

The obtained results directed the development of recommendations for the prevention or minimization of the consequences of the deprivation of servicemen during military operations, as well as the determination of ways and strategies to preserve and improve the mental health and functionality of servicemen.

Key words: frustration, polyfactorial deprivation, signs of psychological influence, deprivation factors, military personnel, Post-traumatic stress disorder.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.41>

Тимошенко О.І.
д.філос.н., доцент,
ректор
ПВНЗ «Європейський університет»

Бєславина Т.І.
к.психол.н., с.н.с.,
доцент кафедри практичної психології
та соціальних технологій
ПВНЗ «Європейський університет»

Зміни у різних сферах соціального контексту сучасного суспільства нашої країни були викликані багатьма обставинами та особливими драматичними подіями, зокрема військовим конфліктом. Вони викликали специфічні, іноді незворотні, наслідки для багатьох верств населення у різних сферах людського буття: соціально-економічної, соціально-політичної, соціальної, соціокультурної тощо.

З одного боку, навіть такі зміни сприяють цивілізаційному просуванню суспільства та особистості, адже спонукають її до постійного розвитку у широкому розумінні, але

з іншого боку, в індивідуальному плані, вони призводять до обмеження або позбавлення можливостей задоволення певних потреб особистості, як соціальних, так і когнітивних, фізіологічних, афективних, поведінкових. Таке позбавлення або обмеження у теоретичному вимірі науки зазвичай трактується як депривація різної сутності, змісту, форми, характеру, яка тягне за собою певні наслідки для окремої людини. Аналіз досліджень О. Алексєнкової, О.Ю. Варія, Я. Гошовського [2], В. Кобильченко [3] та інших українських дослідників дав змогу зробити висновок, що неможливість задово-

лення людиною протягом певного часу важливих психічних потреб негативно впливає на її інтелектуальну, тобто когнітивну, афективну й поведінкову сфери. Можна припустити, що особливо деструктивні руйнівні впливи та їхні наслідки виникають, якщо комплексна деприваційна ситуація обтяжена так званими бойовими стрес-факторами. Але, на жаль, саме у такому контексті ця проблема досі майже не аналізувалася.

Метою дослідження було визначено теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних та соціально-психологічних особливостей наслідків поліфакторної депривації військовослужбовців під час військових дій, а також визначення шляхів та стратегій збереження та покращення загального та психічного здоров'я, а також функціональності військовослужбовців, які знаходяться в умовах військових дій.

У психологічний тезаурус дефініція «депривація» увійшла відносно нещодавно: вивчення цього явища почалося лише в середині 40-х років ХХ ст., у буквальному сенсі термін означає «позбавлення».

Різні погляди виявляються у дослідженні психічної, сенсорної, емоційної, сексуальної, соціальної, інформаційної депривації. Людство впродовж цивілізаційної еволюції неодноразово стикалося з деприваційними наслідками, але предметом дослідження депривація стала з розвитком соціальної психології. Зараз найбільш дискусійним є питання, чи є вона ситуацією, процесом, психічним станом.

Термін використовується у психології, соціології та медицині для пояснення різних аспектів впливу обмежень на фізичне та психічне здоров'я, поведінку та розвиток людини. Депривація може бути тимчасовою або тривалою, а її наслідки можуть бути різними залежно від типу депривації, її тривалості, її також розглядають як психологічний, фізіологічний або соціокультурний процес, що виникає унаслідок обмеження або відсутності доступу до певних важливих ресурсів, стимулів або потреб.

Я. Гошовський узагальнив деякі досягнення у вивченні проблеми у таких висновках: «Несформованість ключових життєвих орієнтирів, аксіологічна дихотомія, страждання через утрату (ненабуття) сенсу життя, почуття знехтуваності, самотності і занедбаності породжують своєрідний екзистенційний вакуум, який обмежує особистісний потенціал депривованої людини» [2, с. 92]. Він найбільш ретельно дослідив загальні характеристики наслідків депривації для особи, яка у процесі соціалізації потерпає від різних її проявів. Зокрема, він відзначає що «...депривація призводить до амбівалентності й розщеплення, тому одним із домінуючих станів особистості можна назвати маргінальність як межове перебування в ког-

нітивному дисонансі, на зламі двох або кількох культурних (субкультурних) систем» [там само].

Слід акцентувати, що його висновки стосуються насамперед дітей, які зазнають деприваційного впливу, що залишає незабутній слід у психічному складі, тобто депривація «...породжує кризу ідентичності й ускладнює набуття статевих, соціально-статусних ролей і пояснюється хронічною фрустрованістю різного виду потреб, браком саморефлексії, тривалою залежністю від інших, несформованістю власних засобів досягнення депривованими дітьми бажаного, тобто пригніченням екзистенційного самоствердження як наслідку прищепленої безпорадності» [там само].

Це може стати справедливим і для дорослих людей, а саме військовослужбовців, які опинилися у складних умовах майже тотальної депривації, позбавлені багатьох звичних способів організації свого буття, постійного фактору ризику втрати життя під час військових дій тощо.

Депривація у діапазоні різних її різновидів сьогодні приваблює дедалі більше уваги з боку дослідників різних наукових галузей: педагогіки, соціології, медичних дисциплін, різних напрямів психології, зокрема таких, як соціальна та соціально-педагогічна, пенітенціарна психологія, військова психологія та ін. З'явилося розуміння необхідності вивчення явища психічної депривації значно ретельніше. Останнім часом розширено коло наукових пошуків підходів, поглядів, знань про депривацію як соціально-педагогічну проблему та вікову динаміку дезадаптивних проявів депривованих неповнолітніх (Т. Белавіна, В. Мартинюк); як вплив соціальної та економічної депривації науково-педагогічних працівників на професійну діяльність та її ефективність (Ю. Терлецька); як психологічні особливості взаємозв'язку відчуття тривоги, страху та агресії (М. Томчук) та розвитку психічної й соціальної депривації. З'явилися теоретичні, емпіричні результати дослідження емоційної депривації (Н. Цумарева); у сучасному вимірі зарубіжної наукової літератури нею цікавився Ф. Абдула (F. Abdulla). Але серед широко досліджуваних багатьох негативних впливів на військовослужбовців під час бойових дій поки що не обговорюється питання впливу та наслідків саме деприваційних умов їх перебування на бойових позиціях.

Термін «поліфакторна депривація» застосував В. Кобильченко [3, с. 72], коли описував її прояви у дітей з інклюзією. Цей термін найліпше підкреслює тотальний характер обмежень, позбавлення можливостей задоволення звичайних та звичних потреб людини. Отже, виникла потреба спробувати проаналізувати факторну структуру певних наслідків

впливу поліфакторної депривації на військово-службовців, на їхні психічні стани, виявити приховані зміни для подальшого аналізу та формування перспективи можливої превенції, пошуку стратегій збереження функціональності та підвищення ефективності діяльності в умовах бойових дій.

Особливе місце серед цих умов займає поліфакторна депривація у її різних проявах як стану психологічного, фізичного, емоційного та соціально-психологічного обмеження, що виникає унаслідок тривалого перебування в умовах військових дій за одночасної відсутності звичайних соціальних і побутових зручностей, звичних соціальних зв'язків. Депривація є складним феноменом, який може мати серйозні негативні наслідки для фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців, а також впливати на їхню здатність до виконання службових обов'язків, здатність до інтеграції у цивільне суспільство після завершення військової кар'єри.

Сучасний військовий конфлікт відзначився неймовірною жорстокістю та вбивствами, що супроводжується переживанням важких утрат, болю від поранень і травм, непрохідного безперервного страху, психотравмивної ситуації, масового божевілля, втрати цінностей, нелюдської втоми, загальної ненависті поряд із перебуванням у стані невизначеності, відкладеного життя.

В актуальних умовах військова служба нерозривно пов'язана з високими вимогами до фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців. Завжди військові дії, які можуть включати в себе бойові операції, миротворчі місії або інші форми військових завдань, ставлять військовослужбовців у надзвичайні стресові обставини і викликають серйозні психоемоційні та психологічні навантаження.

Таким чином, своєчасною є увага до наукового аналізу розробленості проблеми депривації та вивчення соціально-психологічних, психологічних наслідків її особливостей у військовослужбовців, в умовах військових дій, а також її наслідків для фізичного та психічного здоров'я цієї категорії населення. Здійснений аналіз чинників, що спричиняє соціальна ситуація депривації в умовах військових конфліктів, дасть змогу проаналізувати умови, обставини, які впливають на військовослужбовців, та розглянути можливі підходи до запобігання або зменшення негативного впливу наслідків депривації та реабілітації військовослужбовців у подальшому. Сподіваємося, що результати дослідження допоможуть поліпшити умови служби військовослужбовців і забезпечити їхню психологічну та фізичну готовність до виконання службових завдань в умовах військових дій та після них.

Військові дії є одним із найскладніших

і найнебезпечніших видів людської діяльності. Вони супроводжуються значними фізичними і психологічними навантаженнями в умовах тотальних обмежень задоволення багатьох життєво значущих потреб, що призводить до виникнення різного ступеня важкості наслідків депривації у військовослужбовців. Як уже було зазначено, депривація військовослужбовців може розглядатися як психологічний стан, який виникає під впливом військових дій та може мати серйозні руйнівні, небажані результати, шкідливі наслідки для фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців. Цей стан часто спричинюється стресом, травмами та емоційними переживаннями, які супроводжують військовий конфлікт.

У зв'язку зі зростаючою складністю сучасних військових загроз та геополітичних конфліктів питання фізичного та психологічного здоров'я військовослужбовців стає актуальнішим ніж будь-коли. Військові операції можуть тривати довгий час і вимагати від військовослужбовців не тільки фізичної витривалості, а й стійкості до стресів та психологічних травм. Депривація, у якій вони перебувають, може призвести до зниження працездатності, виснаження, включаючи посилений психологічний дистрес та інші проблеми, але вона не є непередбачуваним і незворотним станом.

Пошук підходів до превенції, а також стратегій корекції та реабілітації осіб, які зазнали такого тиску, напруження тощо, можуть бути розроблені на основі наукових досліджень і практичного досвіду. Емпіричне дослідження спрямоване саме на аналіз і розроблення рекомендацій для поліпшення умов життя та служби військовослужбовців, які знаходяться в умовах поліфакторної депривації, наслідками якої можуть бути шкідливі ефекти різного змісту.

Є певні обмеження у проведенні дослідження, пов'язані з відсутністю доступу до певних даних за вимогою особливостей службових обов'язків досліджуваних, а також частина результатів не може бути опублікована для вільного використання.

У дослідженні взяли участь 67 військовослужбовців чоловічої статі віком від 25 до 56 років із різним досвідом перебування в умовах бойових дій, які перебували у лікувальному закладі на реабілітації після поранень різного ступеню тяжкості. Характеристики за національністю і за вибором мови, якій вони надають перевагу в особистому спілкуванні, не враховувалися.

Методами дослідження поряд із теоретичним аналізом та узагальненням отриманих результатів і висновків, загальнонауковим методом спостереження були застосовані емпіричні методи наукового пошуку: опитування з використанням батареї тестових

методик, обробка та інтерпретація отриманих результатів, статистичний аналіз результатів шляхом стандартних процедур із використанням комп'ютеризованої системи обробки статистичних даних SPSS 20.0 (обертання Varimax із нормалізацією Кайзера, критерій вибіркової адекватності Кайзера – Мейера – Олкіна, критерій сферичності Бартлетта).

Усі застосовані методики адаптовані до досліджень в Україні, відповідають Міжнародному протоколу та рекомендовані до використання у практиці клінічного психолога [5, с. 86–105].

В опитуванні були використані такі клінічні психодіагностичні методики:

Шкала здоров'я пацієнта IAPT – стандартизована методика виявлення психопатологічних порушень, розроблена Національною службою охорони здоров'я Великобританії (NICE) у рамках програми «Покращення доступу до психологічних терапій» (IAPT) [5, с. 86–105].

Ця шкала була застосована не в повному обсязі, а лише деякі її модулі:

1. Шкала самооцінювання щодо наявності посттравматичного стресового розладу (PCL-M).

2. Опитувальник досліджуваного про стан здоров'я (PHQ-9).

3. Шкалою діагностування генералізованого тривожного розладу у дослідженні стала методика GAD-7.

4. Окрім того, було застосовано також «напівструктуроване інтерв'ю для оцінювання умов, чинників травматичних переживань, що виникають у стані позбавлення або обмежень різного змісту та спрямованості», але результати не обговорюються у межах цієї статті.

Факторизацію даних здійснено за методом головних компонент з обертанням Varimax із нормалізацією Кайзера. Для перевірки міри використання факторного аналізу щодо цієї вибірки було використано критерій адекватності вибірки Кайзера – Мейера – Олкіна (0,782) та критерій сферичності Бартлетта (0,000), що визначає нормальність розподілу змінних. Інтерпретація даних відбувалася з урахуванням середніх значень.

Визначено факторну структуру наслідків поліфакторної депривації військовослужбовців в умовах бойових стрес-факторів. За допомогою факторного аналізу виокремлено чотири фактора: перший отримав назву «соціальна ізоляція», другий – «песимістичність», третій – «депресивність», а четвертий – «роздратованість», які відповідають схожим результатам досліджень такого характеру. Дисперсія сумарно охоплює понад 70% від загальної, причому перші три фактора охоплює понад 50% від загальної дисперсії.

Отримані результати характеризують певні особливості психічних станів військовослуж-

бовців унаслідок перебування у депривованій ситуації, яка ускладнена бойовими стрес-факторами.

За допомогою дисперсійного аналізу виявлено розподіл факторного навантаження за змінними «віку» та «сімейного стану» досліджуваних військовослужбовців, які тривалий час перебували в умовах бойових дій. Виявилось чотири групи чоловіків: а) самотні, б) одружені, не мають дітей, в) одружені та мають дітей, г) розлучені, але мають дітей.

Виявилися значущі відмінності між першою наймолодшою та третьою групами за віковою ознакою ($p \leq 0,260$), а також значущі розбіжності між другою та третьою групами ($(p \leq 0,060)$).

Між першою та другою групами значимих розбіжностей не виявлено.

Виявилось, що на відміну від більш молодших випробуваних у старших за віком досліджуваних більш вираженою є «песимістичність».

Відмінності у групах за ознакою особливостей сімейного стану (одруженість, наявність дітей тощо) виявили також значущі розбіжності у факторі «песимістичність» між першою та другою групами ($p \leq 0,06$). Одружені характеризуються більш високим рівнем прояву песимізму, ніж неодружені та молодше за віком. Схожі показники виявилися між другою та третьою групами ($p \leq 0,075$), де одружені, але бездітні, гостріше відчувають «песимістичність» та непрогнозованість майбутнього, ніж ті, хто одружений та має дітей. В інших показниках інших груп значимих розбіжностей не знайдено.

Дослідження показало доцільність комплексного теоретичного та емпіричного вивчення особливостей функціонування людини в умовах або тотального позбавлення, або значного обмеження звичних умов життєдіяльності (певний комфорт, режим сну, відпочинок, можливості підтримання гігієни, склад харчування тощо), звичайних соціальних зв'язків (родинних, професійних, дружніх, інтимних і т. ін.), звичного обсягу інформаційного простору (соціальні мережі, телебачення, новини з різних джерел), тобто депривації багатьох сфер власного буття.

Отже, поліфакторна депривація військовослужбовців є актуальною серйозною проблемою, яка потребує комплексу заходів для її вирішення; необхідно вжити заходів щодо забезпечення військовослужбовців необхідними ресурсами, розробити комплексну програму соціально-психологічного спрямування, запропонувати проведення заходів із психологічної підтримки, проаналізувати варіанти вже існуючої Програми психологічної допомоги, яка розроблена у Міністерстві оборони України, та запропонувати прийоми самопомоги, і першої допомоги побратимам.

Тобто врахування результатів дослідження допоможе покращити умови служби військовослужбовців і забезпечити їхню психологічну та фізичну готовність до виконання службових завдань в умовах військових дій та після них.

Результати цього дослідження можуть бути корисними як для військових командувачів, медичних працівників психологів, реабілітологів тощо, так і для відповідальних органів у сфері оборони та національної безпеки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців : методичний посібник / Н.А. Агаєв та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Гошовський Я. Феноменологія депривації: системний теоретико-емпіричний дискурс. *Психологія і суспільство*. 2011. № 1(43). С. 85–95.
3. Кобильченко В.В. Поліфакторна депривація особистісного розвитку дітей із порушеннями зору. *Особистість як суб'єкт подолання кризових станів* : матеріали методологічного семінару НАПН України, 24 березня 2016 р. / за ред. академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ, 2016. С. 72–79. <http://lib.iitta.gov.ua/>, <http://lib.iitta.gov.ua/707167/>
4. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення : методичний посібник / О.М. Кокун та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник / заг. ред. Н. Пророк. Київ : ОБСЄ, 2018. Т. 1. 208 с.
6. Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : Віндрук, 2018. 199 с.

СЕКЦІЯ 9 ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ОСОБЛИВОСТІ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ FEATURES OF DEPRESSIVE STATES IN INTERNALLY DISPLACED PERSONS

Стаття зосереджена на дослідженні питання емоційних станів, що розвиваються у внутрішньо переміщених осіб, які змінили місце проживання у зв'язку з військовими діями в Україні. Особливу увагу приділено розгляду особливостей депресивних станів у зазначеній категорії населення. Відзначається, що ця проблема є нині особливо актуальною, потребує термінової уваги науковців і спеціалістів-практиків у галузі психології, медицини та соціальної допомоги.

Хоч проблема депресії вважається однією з найбільш досліджених у психології, виникнення її розвиток означеного розладу у внутрішньо переміщених осіб не є достатньою мірою вивченими, що й зумовлює актуальність розгляду цього питання в розрізі умов військового стану.

Метою статті було висвітлення результатів дослідження особливостей депресивних станів у внутрішньо переміщених осіб. Для цього використано шкалу депресії А. Бека, за допомогою якої встановлено рівень депресії у внутрішньо переміщених осіб і порівняно його з відповідними даними в осіб, які не змінювали місця проживання. Вивчено показники депресивності серед учасників дослідження на основі класифікації симптомів А. Бека, порівняно дані в представників контрольної та експериментальної груп. Також зіставлено середні значення когнітивно-афективних і соматичних проявів депресії для двох груп: контрольної (місцеві жителі) й експериментальної (внутрішньо переміщені особи). Аналіз отриманих результатів дає змогу зробити висновок, що середні показники депресії, які включають когнітивно-афективні та соматичні прояви, значно вищі серед ВПО порівняно з місцевими жителями. Отримані дані вказують на необхідність довготривалої психологічної підтримки з метою оптимізації емоційних станів у внутрішньо переміщених осіб і кращої їх адаптації до нових умов проживання.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи, примусова міграція, психологічна травма, депресія, симптоми депресії.

The article focuses on the study of emotional states that develop in internally displaced persons who have changed their place of residence in connection with military operations in Ukraine. Particular attention is paid to the consideration of the features of depressive walls in the specified population category. It is noted that this problem is currently particularly relevant and requires the urgent attention of scientists and practicing specialists in the field of psychology, medicine and social assistance.

Although the problem of depression is considered one of the most researched in psychology, the occurrence and development of this disorder in internally displaced persons are not sufficiently studied, which determines the relevance of considering this issue in terms of the conditions of martial law.

The purpose of the article was to highlight the results of a study of the features of depressive states in internally displaced persons. For this, A. Beck's Depression Scale was used, with the help of which the level of depression in internally displaced persons was determined and compared with the corresponding data in persons who did not change their place of residence. The indicators of depression among the study participants were studied based on A. Beck's classification of symptoms and the data of representatives of the control and experimental groups were compared. Average values of cognitive-affective and somatic manifestations of depression were also compared for two groups: control (local residents) and experimental (internally displaced persons).

The analysis of the obtained results allows us to conclude that the average indicators of depression, which include cognitive-affective and somatic manifestations, are significantly higher among IDPs compared to local residents. The obtained data indicate the need for long-term psychological support in order to optimize the emotional state of internally displaced persons and their better adaptation to new living conditions.

Key words: internally displaced persons, forced migration, psychological trauma, depression, symptoms of depression.

УДК 159.9.331.477

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

2024.58.42

Богдан Т.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Горобець Т.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри прикладної психології
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Постановка проблеми. Питання депресивних станів у внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) в Україні є дуже актуальним і вимагає невідкладної наукової та практичної уваги. Як свідчить аналіз численних наукових джерел, внутрішнє переміщення людей, викликане військовими конфліктами, природними катастрофами чи іншими чинниками, є сильним стресогенним фактором, який зазвичай значно підвищує ризик розвитку ментальних розладів, зокрема депресії. Цей феномен чинить відчутний

соціальний, психологічний та економічний вплив. Зокрема, депресивні стани характеризуються високим рівнем індивідуального страждання, погіршенням якості життя, зниженням продуктивності праці й посиленням соціальної ізоляції. Водночас неадекватна діагностика та лікування депресії можуть стати причиною маргіналізації та виключення із соціуму, що, у свою чергу, детермінує посилення соціального напруження й збільшення економічних витрат на соціальну допомогу та медичне обслуговування.

Особливо актуальною проблема депресії у ВПО є в умовах затяжних збройних конфліктів і політичної та економічної нестабільності. У такому разі питання депресивних станів набуває ще більшого значення, оскільки може бути чинником значного погіршення ситуації з правами людини й гуманітарною ситуацією. Проблема депресивних станів серед ВПО в Україні набула особливої актуальності після початку повномасштабної війни з Росією. Ця ситуація є чинником гострого та хронічного стресу, який, у свою чергу, детермінує розвиток депресії.

Аналіз літературних джерел виявив, що, попри велику кількість психологічних досліджень із проблеми депресії та стресу, наукові роботи, які б вузько фокусувалися на депресивних станах серед ВПО, є все ще досить нечисленними. Це може бути зумовлено викликами, з якими стикаються науковці в ході проведення таких досліджень: обмеженим фінансуванням, недостатньою доступністю цільової групи, низькою мотивацією до участі в тестуванні в самих переміщених осіб, іншим методологічними й етичними проблемами.

Однак, з огляду на критичну важливість проблеми для соціальної стабільності й гуманітарної ситуації в країні, необхідно зробити акцент на необхідності подальших досліджень цього явища. Це може вплинути не лише на якість життя самих ВПО, а й на загальний соціальний клімат у країні. Зокрема, вивчення специфіки депресивних станів у цій групі може сприяти розробленню ефективних інтервенцій і стратегій підтримки, що будуть ураховувати унікальні психосоціальні потреби ВПО.

Варто зосередити зусилля на комплексних дослідженнях, які б включали висновки з психології, соціології, медицини та правознавства з метою цілісного розуміння проблеми. Такий підхід дасть змогу не лише діагностувати й лікувати депресивні стани, а й розробляти політичні рекомендації, соціальні програми та правозахисні ініціативи, спрямовані на підтримку й соціальну адаптацію ВПО.

Виклад основного матеріалу. Методологічною й теоретичною основою дослідження є основні положення дослідників щодо депресивних переживань, викладені в працях К. Абрахама, А. Бека, Е. Блейера, І. Лехмана, Дж. Мак-Каллоу, А. Раша, Л. Х'єлла, Д. Зіглера, М. Япко, Ф. Василюка, В. Пишелья М. Покрасса, А. Смулевича та ін. [1; 3; 9; 10].

Депресія – це складний феномен, який викликає інтерес у значної кількості вітчизняних і зарубіжних учених. Н. Гойда, Н. Жданова, О. Напреєнко, В. Домбровська визначають депресію як симптом, синдром або окреме захворювання. Як синдром, депресія має різне вираження, включно із соматоневрологічними, психічними й емоційними порушеннями.

У розумінні І. Дубровіної депресія – це стан, що характеризується ознаками апатії, пасивності й утратою інтересу до життя. С. Головін розглядає депресію як афективний стан, у якому людина виявляє поведінкову пасивність і зазнає змін у когнітивній, емоційній і мотиваційній сферах.

За висновками Л. Бурлачука, О. Вертоградової, Н. Іовчука, І. Кутька, А. Петровського, О. Подольського, К. Горні, особи, які страждають від депресії, переживають провинку через минулі події та відчуття безсилля й безнадії стосовно подій майбутнього, мають низьку самооцінку, страждають від суперечностей між бажаннями й потребами [4].

А. Лоуен тлумачить депресію як ситуацію, коли індивід повністю втрачає емоційні реакції та прояви [7]. Дослідник наголошує, що пригнічення емоцій сприяє прогресуванню депресії, унаслідок чого індивід не може опиратися на власні почуття в разі зміни поведінки.

У психології вирізняють типові прояви депресії, до яких зараховують емоційні, фізіологічні, поведінкові та психологічні аспекти. Серед емоційних ознак депресивного стану виділяють сум, фрустрацію, пригнічення, відчай та емоційне страждання, дратівливість, підвищену тривожність, зменшення спроможності радіти й отримувати задоволення від звичних речей, а також зниження мотивації та обмеженість інтересів.

Фізичні симптоми депресії включають порушення сну й апетиту, дисфункції травної системи, аномалії сексуальної поведінки, а також біль у внутрішніх органах або м'язовій тканині. Поведінкові ознаки передбачають зміни в спілкуванні, небажання займатися звичними видами діяльності, уживання наркотиків та алкоголю. Психологічні індикатори депресії характеризуються складнощами в прийнятті рішень, зниженою здатністю до концентрації уваги, схильністю до песимістичних думок, низькою самооцінкою, відчуттям власної неpotрібності й незначущості, зниженням швидкості мислення, а за тяжких форм захворювання навіть суїцидальними думками [3; 4].

А. Бек, Д. Майерс, Д. Хелл і П. Левінсон указують на те, що депресивні стани призводять до негативних змін у когнітивному полі особи. На їхню думку, пригнічений емоційний стан є головною причиною песимістичного стилю мислення та негативного самосприйняття й світогляду індивіда.

А. Бек визначає депресію не стільки як емоційний збій, а швидше як когнітивний розлад, який він називає «когнітивною тріадою депресії», що включає відчуття власної нікчемності, негативне сприйняття навколишнього. Автор пропонує розглядати депресію як механізм захисту психіки, що сприяє внутрішній інтеграції та адаптації до кризових життєвих умов [2].

Дослідник Д. Хелл уважав, що наслідки депресивної поведінки не лише поширюються на особу, яка її переживає, а й торкаються міжособистісних взаємин, заподіюючи біль і страждання її близьким.

Погляди П. Левінсона передбачають, що депресія має тенденцію до розвитку через відсутність позитивного зворотного зв'язку на дії та зусилля особи. Це трапляється, якщо в житті людини мало подій, котрі могли б виступати як позитивне підкріплення, чи середовище не забезпечує можливостей для такого підкріплення, або ж особа не володіє необхідними соціальними навичками для його отримання. Зміни в соціальному оточенні, що призводять до особистісної дезадаптації, стають причиною депресивних розладів. Коли соціальне середовище змінюється до такої міри, що реакції, які раніше знаходили своє підкріплення, тепер залишаються без відгуку, це може спричинити появу депресії через втрату позитивного підкріплення.

Таким чином, деякі вчені трактують депресію як важливий інструмент свідомої або несвідомої переорієнтації мотиваційно-ціннісної системи, механізму саморозвитку чи саморуйнування [5; 6; 8]. Такий погляд на феномен депресії видається особливо важливим для теми дослідження, оскільки особи, які були вимушені змінити місце проживання, часто стикаються зі значними змінами в умовах проживання, оточенні, матеріальному забезпеченні, що в більшості випадків спричиняє особистісну дезадаптацію з її подальшими наслідками у вигляді депресивних розладів. Депресивні розлади діагностуються в критичних випадках, коли негативні чинники діють на людину протягом тривалого часу. Такі стани потребують комплексного підходу до лікування, включаючи психотерапію та медикаментозне втручання.

Військове вторгнення Росії на територію України спричинило примусову міграцію громадян нашої країни до інших областей. Значний психологічний дискомфорт, викликаний необхідністю адаптації в новому середовищі, призводить до кризової ситуації, коли звичні життєві структури руйнуються, а майбутнє втрачає чіткі контури.

Явище примусової міграції є складним і багатоаспектним. Терміни «міграція» та «примусова міграція» мають декілька визначень, які включають також розуміння понять «біженці» й «вимушено переміщені особи» [11]. Відповідно до Основних принципів УВКБ ООН стосовно примусової міграції, внутрішньо переміщені особи – це особи чи групи осіб, що змушені втікати чи залишати місця проживання, уникаючи наслідків збройних конфліктів, насильства, порушення прав людини, техногенних чи природних лих, при цьому не виїжджаючи за

межі власної країни [11; 12]. Наразі, відповідно досліджень Міжнародної організації з міграції, статус внутрішньо переміщених осіб отримали більше ніж 8 мільйонів громадян України. Брак психологічної допомоги для ВПО часто призводить до того, що психотравма розвивається в депресивний стан.

У рамках дослідження анкетування застосовано як основний метод збирання даних. Збирання й аналіз інформації включав два ключові блоки: по-перше, вивчення особистих даних, де респонденти надавали інформацію про свій вік, стать, а також деталі щодо переміщення, такі як час переїзду та пункт вихідного місцезнаходження; по-друге, тестування за шкалою А. Бека, яке дало змогу оцінити рівень психологічного стану опитаних респондентів.

Дослідження передбачало відбір учасників контрольної та експериментальної груп. Вибірка здійснювалася серед осіб, які користуються послугами благодійного фонду «Ново», що знаходиться в місті Черкаси й спеціалізується на наданні матеріальної підтримки ВПО.

Загалом у дослідженні взяли участь 210 осіб. Експериментальну групу становили 142 особи, які представляли основний фокус дослідження й мали досвід переміщення. Контрольну групу становили 68 осіб, які були мешканцями Черкас і не мали досвіду внутрішньої міграції протягом останніх 2–3 років. В обох групах були представлені відповіді чоловіків і жінок, що дало змогу забезпечити гендерну репрезентативність учасників. Дані, зібрані за допомогою анкетування, піддавалися подальшому статистичному аналізу з метою виявлення можливих кореляцій і закономірностей, які могли б вплинути на психологічний стан та адаптацію ВПО в новому соціальному середовищі.

На основі даних, отриманих у ході опитування, ми сформувавши статистику щодо тимчасової хронології переїздів осіб, які ідентифікували себе як внутрішньо переміщені особи (ВПО). Інформація, зібрана від респондентів, указує на значний варіативний спектр дат, починаючи від початку 2022 року й завершуючи даними станом на 2023 рік. Це засвідчує, що процес внутрішнього переміщення був актуальним і триває протягом цього періоду, адже по всій території України й донині тривають бойові дії. Опитування фіксує різні періоди, у які респонденти вимушені були змінити своє місце проживання, включаючи найбільш критичні місяці та роки.

Динаміка дат може відображати специфічні події або умови, що спричинили внутрішнє переміщення. Такий розподіл дат дає можливість здійснити глибший аналіз щодо причин і наслідків переміщень, а також оцінити масштаби впливу різних чинників на зміну місця проживання осіб протягом указанного періоду. Цінність такої інформації в тому, що вона може

бути використана державними органами, міжнародними організаціями, некомерційними об'єднаннями й дослідницькими групами для планування та реалізації цілеспрямованих програм підтримки й інтеграції ВПО, а також для адаптації чинної соціальної інфраструктури під потреби цієї категорії населення.

За результатами опитування 210 опитаних респондентів, 142 особи ідентифікували себе як ВПО, які й зараховані до експериментальної групи. Решта 68 учасників зазначили, що вони не є ВПО, тому класифіковані як контрольна група. Це розмежування між групами дає змогу дослідити й порівняти певні змінні та їх вплив на життя обох груп. Вивчення експериментальної групи (ВПО) допомагає зрозуміти унікальні виклики та потреби осіб, які змушені переміститися всередині країни. Ці дані вкрай важливі для розуміння довгострокових наслідків переміщення населення й розроблення політик і програм допомоги, які адресуються для вирішення конкретних потреб ВПО в Україні.

Аналіз відповідей ВПО-респондентів дав змогу встановити, що вони представляли широкий спектр населених пунктів, які постраждали внаслідок конфлікту та кризових подій у країні. Опитані особи поділилися інформацією про своє попереднє місце проживання. Зокрема, велика кількість респондентів указала, що переїхала з Донецької області, зокрема з міст Донецька, Маріуполя, Краматорська, Слов'янська, Авдіївки, Бахмута, Волновахи, Добропілля, Дружківки, Соledара, Северодонецька й інших. Луганська область також широко представлена респондентами з Луганська, Северодонецька, Рубіжного, Попасної, Лисичанська й інших населе-

них пунктів. Чимало осіб прибули з Харківської області, включаючи місто Харків та Ізюмський район. Херсонська область також представлена, у тому числі місто Херсон і менші населені пункти, як, наприклад, Нова Каховка, Олешки та Гола Пристань. Присутні респонденти із Запорізької області, включали тих, хто перемістився з Енергодара, Мелітополя, Бердянська, Пологів та інших місцевостей.

За допомогою шкали депресії А. Бека встановлено, що важка форма депресії наявна в 15 учасників дослідження із середнім арифметичним значенням у 36,4 бала. Виражена депресія виявлена в 33 респондентів із середнім рівнем у 21 бал. Середній або помірний рівень депресії виявлено в 30 осіб із показником у 15,8 бала. Субдепресія, яка може вказувати на незначні депресивні симптоми, що не досягають порога клінічної депресії, визначена в 37 учасників із середнім рівнем у 12,48 бала. Нарешті, у 27 досліджуваних емоційний стан був у нормі із середнім показником у 6,5 бала, що свідчить про відсутність або мінімальну кількість депресивних симптомів.

Рисунок 1 наочно демонструє розподіл рівнів депресії серед учасників дослідження, виділяючи кожну категорію за кількістю залучених осіб. Ці дані відіграють важливу роль у розумінні емоційного стану ВПО й плануванні відповідних заходів щодо їхньої підтримки та допомоги.

На рисунку 2 подано гістограму, яка ілюструє рівні депресії в контрольній групі осіб, які не змінювали місце проживання. Дані вказують на те, що важку форму депресії діагностовано у 2 осіб із середнім арифметичним показником у 35 балів. У 6 осіб виявлена виражена депресія із середнім показником у 23

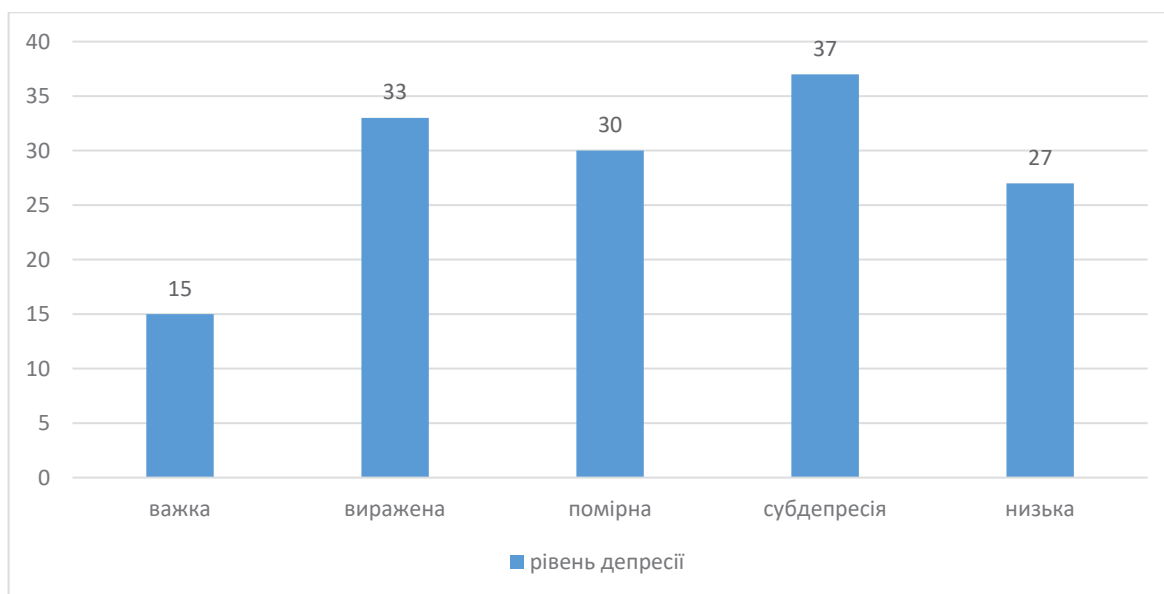


Рис. 1. Рівень депресії у внутрішньо переміщених осіб

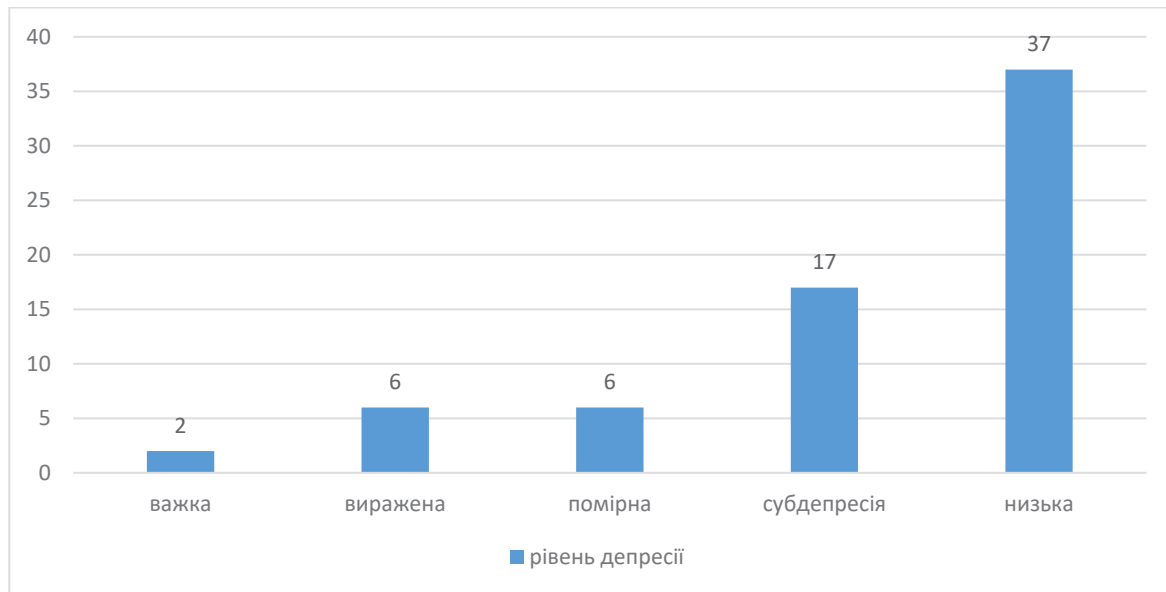


Рис. 2. Рівень депресії в осіб, які не змінювали місця проживання

бали. Середній або помірний рівень депресії ідентифіковано в 6 осіб із середнім рівнем у 18,3 бала. Субдепресія визначена в 17 осіб із середнім показником у 12,35 бала. Найбільша частина контрольної групи, а саме 37 осіб, не виявила ознак депресії із середнім показником у 5,65 бала.

Зіставлення цих даних із результатами експериментальної групи дає змогу зробити висновки щодо впливу зміни місця проживання на психоемоційний стан людей. Зокрема, на гістограмі чітко видно, що в контрольній групі значно менше людей із важкою і вираженою депресією, натомість більше тих, хто не має симптомів депресії.

На рисунку 3 подано порівняльну гістограму, яка демонструє середні показники депресії у двох групах досліджуваних: експериментальній і контрольній. Із даних випливає, що в експериментальній групі середні показники депресії вищі по всіх категоріях порівняно з контрольною групою. Середнє арифметичне значення за важким рівнем депресії в експериментальній групі становить 36,4 бала проти 35 балів у контрольній групі. У категорії вираженої депресії середнє значення в експериментальній групі також вище і становить 21 бал проти 23 балів у контрольній. Середні показники помірної депресії в експериментальній групі становлять 15,8 бала, тоді як у контрольній групі цей показник трохи вищий – 18,3 бала. Для категорії субдепресії середнє значення в експериментальній групі дорівнює 12,5 балам, що майже ідентично контрольній групі з 12,4 балами. Низький рівень депресії має середнє значення 6,5 бала в експериментальній групі проти 5,7 бала в контрольній групі. Загалом середні арифме-

тичні значення по всій експериментальній групі становлять 17,44 бала, що вище порівняно з контрольною групою, де цей показник становить 10,97 бала. Ці дані свідчать про значно вищий рівень депресії серед експериментальної групи порівняно з контрольною групою, що може бути зумовлено додатковими стресовими чинниками, які виникають у результаті зміни місця проживання й інших пов'язаних із цим труднощів.

Рисунки 4 та 5 ілюструють показники депресивності серед учасників дослідження на основі класифікації симптомів А. Бека. Детальне вивчення середніх значень по кожному із симптомів в обох групах дало змогу ідентифікувати ключові тенденції й відмінності між учасниками експериментальної та контрольної груп.

Варто відзначити значущу різницю в рівнях депресивності між ВПО (експериментальна група) й іншими досліджуваними (контрольна група), особливо щодо таких симптомів, як знижений настрій, песимізм, відчуття незадоволеності, суїцидальні думки, підвищена сльозливість, роздратованість, проблеми із соціальними контактами, спотворений образ тіла, нерішучість, зниження працездатності, розлади сну, підвищена втома, утрата апетиту, зниження ваги, зниження лібідо, а також погіршення фізичних відчуттів (рис. 4).

Менш виражена різниця спостерігалася за показниками, пов'язаними з утратою апетиту, схильністю до самозвинувачення, почуттям провини та схильністю до самопокарання. Такі дані можуть означати, що в осіб з експериментальної групи спостерігається значно вищий рівень симптомів, які асоціюються з депресією, порівняно з контрольною групою. Це

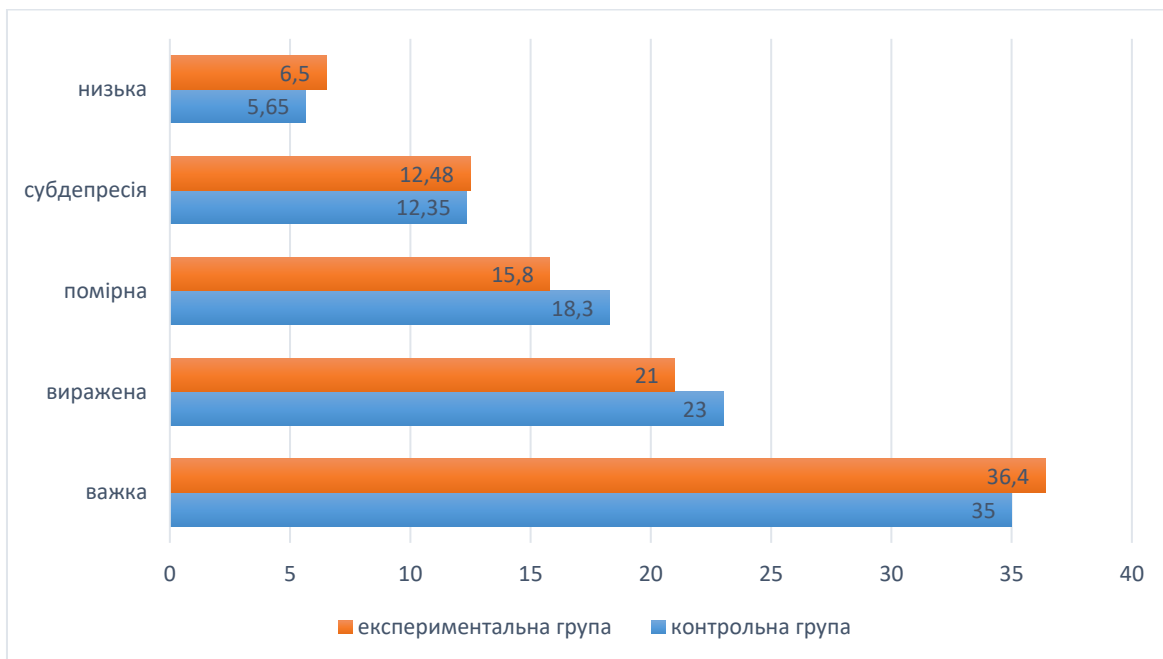


Рис. 3. Середні показники депресії в групах досліджуваних

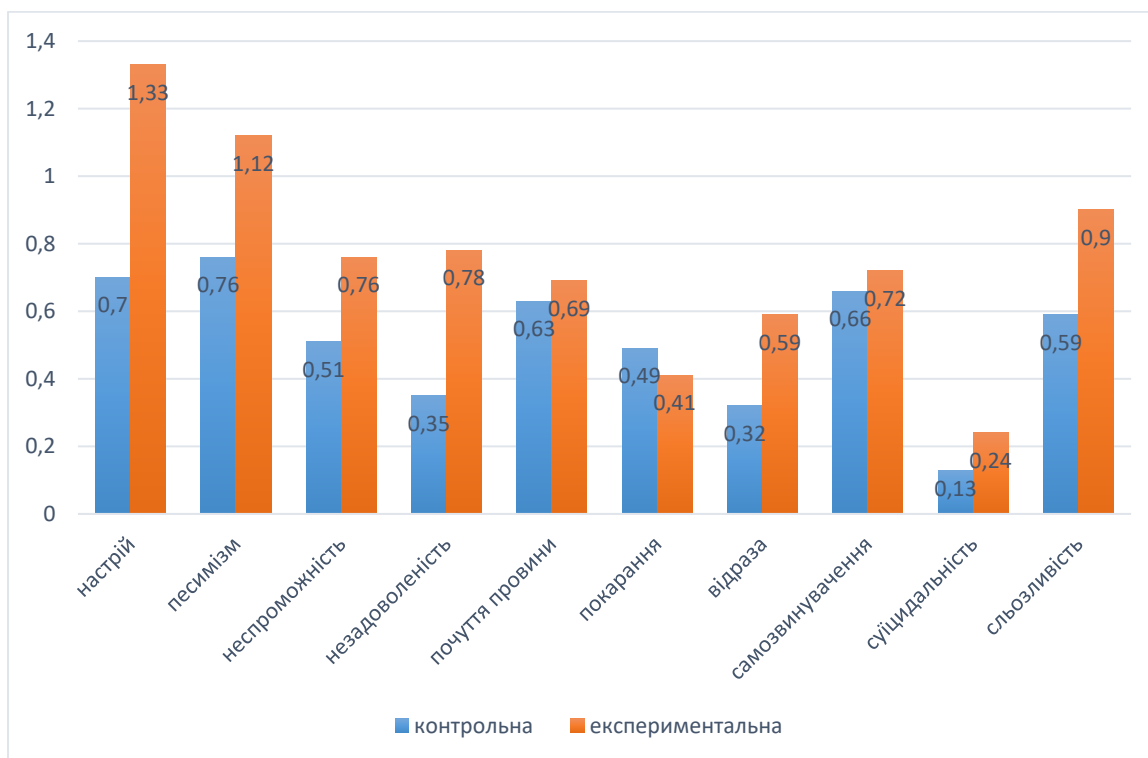


Рис. 4. Прояви депресивності за ознаками А. Бека

може свідчити про підвищене емоційне напруження, стрес і, можливо, недостатність адаптаційних механізмів або підтримки, які є необхідними для подолання життєвих труднощів, що характерні для ВПО. Зокрема, підвищені показники по таких симптомах, як низький настрій, суїцидальність, роздратованість і втома, можуть свідчити про глибокі емоційні

проблеми й високий ризик розвитку серйозного депресивного розладу.

Високі показники втрати лібідо та неприємних тілесних відчуттів можуть бути індикаторами соматизації емоційних проблем. При цьому менш виражені відмінності за показниками втрати апетиту й почуття провини можуть указувати на те, що ці аспекти мають меншу

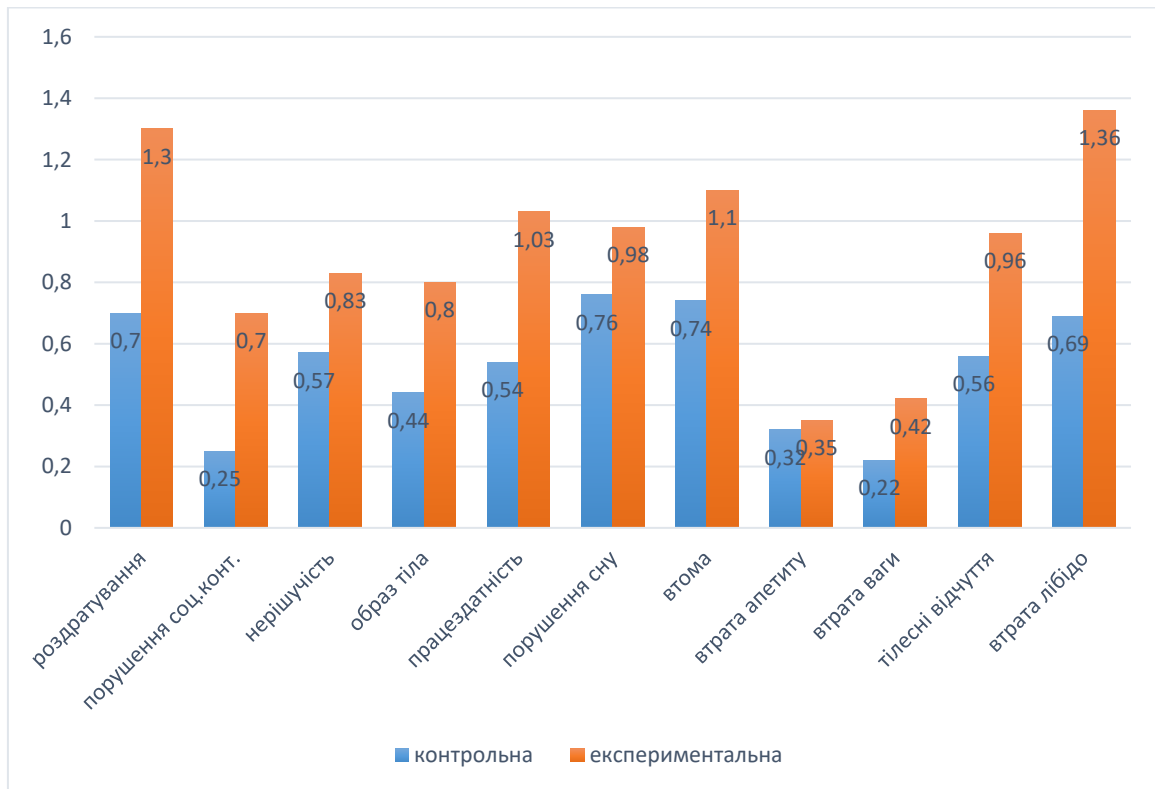


Рис. 5. Прояви депресивності за ознаками А. Бека

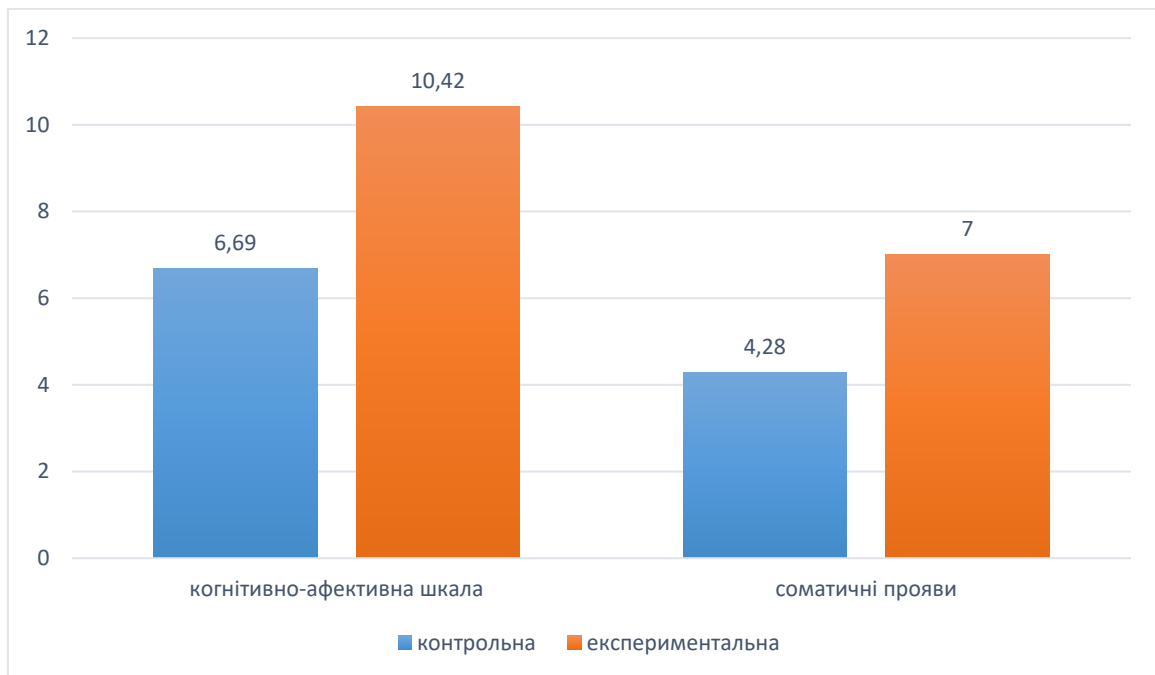


Рис. 6. Середні показники депресії за когнітивно-афективною та соматичною шкалами

диференційну значимість у контексті депресії серед ВПО (рис. 5). Такі дані підкреслюють необхідність зосередження уваги на психоемоційному стані ВПО, а також на важливості розроблення цільових інтервенцій, спрямованих на полегшення вказаних симптомів депресії.

Забезпечення психоемоційного благополуччя цієї вразливої групи населення може стати ключовим елементом у їхній соціальній і психологічній адаптації в нових життєвих умовах.

На рисунку 6 подано середні значення когнітивно-афективних і соматичних проявів депре-

сії для двох груп: контрольної (місцеві жителі) й експериментальної (внутрішньо переміщені особи). Значення когнітивно-афективної шкали (питання 1–13) і соматичної шкали (питання 14–21) вимірюють прояви депресії.

З отриманих даних видно, що середні значення обох шкал для ВПО значно вищі, ніж для місцевих жителів. Специфічно, для когнітивно-афективних проявів середнє значення для ВПО становить 10,4 порівняно з 6,69 для місцевих жителів. Щодо соматичних проявів, то середнє значення для ВПО становить 7 порівняно із 4,28 для місцевих жителів.

Ці результати можуть засвідчувати, що ВПО відчувають вищий рівень депресивних симптомів як у когнітивно-емоційному, так і у фізичному аспектах. Це може бути пов'язано зі стресом і труднощами, викликаними переміщенням, а також із можливими втратами, травмами та зміною життєвого середовища.

У ході дослідження використано критерій лінійної кореляції Пірсона для визначення коефіцієнта значимості даних. У рамках аналізу визначено, що коефіцієнт кореляції Пірсона (r) для порівняння показників між групами місцевих мешканців і ВПО становить $-0,3645$. Отриманий результат свідчить про наявність оберненого помірнього кореляційного зв'язку. У цьому контексті обернений зв'язок означає, що високі значення в одній групі корелюють із низькими значеннями в іншій. Зокрема, це може вказувати на те, що чинники, які зумовлюють показники в одній групі, мають тенденцію бути причиною зменшення відповідних показників в іншій групі. Результат критерію кореляції ($r = -0,3645$) підпадає під категорію «помірний», що засвідчує статистично значимий, але не дуже тісний зв'язок між досліджуваними групами.

Висновки. Отже, отриманий результат кореляційного аналізу може свідчити про те, що існує помірний обернений зв'язок між розглянутими змінними у двох групах. Це може означати, що коли одна група демонструє високі показники за певним критерієм, інша група має тенденцію показувати нижчі результати за цим самим критерієм. Наприклад, якщо група місцевих мешканців має високі показники благополуччя, то серед ВПО ці показники можуть бути нижчими й навпаки. Такий зв'язок не обов'язково вказує на пряму причинно-наслідкову залежність між показниками, але дає підстави для детальнішого вивчення можливих чинників, які можуть впливати на групи різним чином. Отримані дані можуть стати основою

для подальших досліджень, що можуть допомогти в розробленні ефективних стратегій взаємодії й підтримки обох груп. Вивчення зазначеної проблеми, зокрема, в контексті воєнної агресії є не лише актуальним, а й критично необхідним для розроблення ефективних методів діагностики, превенції та лікування депресивних станів серед ВПО.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології : монографія / за заг. ред. В.П. Садкового, О.В. Тімченка. НУЦЗУ. Харків : ФОП В.В. Мезіна, 2022. Т. II. 436 с.
2. Бек Дж.С. Когнітивно-поведінкова терапія : основи та практика. Київ : Науковий світ, 2023. 460 с.
3. Карагодіна О.Г. Соціальна значущість депресивних розладів (аналітичний огляд літератури). *Вісник асоціації психіатрів України*. 2013. № 3. С. 5–9.
4. Медична психологія : у 2 т. Вінниця : Нова Книга, 2020. Т. 1 : Загальна медична психологія / Г.Я. Пилягіна, О.О. Хаустова, О.С. Чабан, К.В. Аймедов, Ю.О. Асєєва ; за ред. Г.Я. Пилягіної. 288 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Київ, 2018. Т. I. 208 с.
6. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : збірник наукових праць II Міжнар. наук.-практ. конф., 18–19 лют. 2016 р. Сум. держ. пед. ун-т ім. А.С.Макаренка, Каф. практ. психології, Лаб. методології практ. психології ; редкол. : С.Б. Кузікова (голов. ред.). Суми, 2016. 407 с.
7. Профілактика стресових станів : тілесно орієнтовані, когнітивні, медіативні техніки. *Габітус. Секція 7 «Соціальна психологія. Юридична психологія»*. 2021. Вип. 26. С. 158–162.
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник / З.Г. Кісарчук та ін. Київ : Логос, 2015. 207 с.
9. Смольська Л.М. Стресостійкість та життєстійкість: креативна модель формування в сучасних умовах. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Психологія»*. Ужгород : Видавничий дім «Гельветика», 2021. Вип. 4. С. 11–117.
10. Janoff-Bulman R. Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events : coping processes and outcomes. N.Y. : Oxford University Press, 1998. 305 p.
11. On the boundaries of blunt affect/alogia across severe mental illness: implications for Research Domain Criteria / A.S. Cohen, G.M. Najolia, Y. Kim, T.J. Dinzeo. *Schizophrenia Research*. 2012. № 140. P. 41–45.
12. Prevention and Treatment of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) / M. Hasiuk, N. Tverdokhlib, Y. Shyrobokov, T. Mahanova, O. Shcherbakova. *Revista de Cercetare si Interventie Sociala*. 2023. № 81. P. 85–98.

ТРЕНДИ ДОСЛІДЖЕНЬ ТУРБОТИ ПРО ЗДОРОВ'Я: БІБЛІОМЕТРИЧНИЙ АНАЛІЗ

RESEARCH TRENDS ON HEALTH-RELATED BEHAVIOURS: A BIBLIOMETRIC ANALYSIS

У статті подано результати бібліометричного аналізу 3782 наукових статей, отриманих із бази даних Scopus за 2018–2023 роки, що висвітлюють результати досліджень поведінки, пов'язаної зі здоров'ям (турботи про здоров'я). Метою роботи є окреслення інтелектуальної структури зазначеного проблемного поля. Тему дослідження обрано через брак загальних бібліометричних оглядів у галузі психології здоров'я. Виклики сучасності, як-от: зростання рівня захворюваності, криза ментального здоров'я, наслідки пандемії – обтяжують діяльність галузі охорони здоров'я. Водночас для українського простору їх подолання значно ускладнене наслідками тривалого російського вторгнення. Тож актуальні загрози для громадського здоров'я вимагають від фахівців ефективних втручань, що ґрунтуються на доказах. Зважаючи на помітне збільшення кількості публікацій у міждисциплінарному напрямі досліджень здоров'я (health research), доцільним видається перегляд здобутків дослідницької спільноти. Необхідно окреслити ключові тенденції та ймовірні траєкторії наукових пошуків у напрямі дослідження турботи про здоров'я задля сприяння змістовній доцільності майбутніх досліджень контексту сьогодення. У статті висвітлено результати мережевого аналізу й аналізу продуктивності. Також надано візуалізації наукового малювання, виокремлено провідні тематичні категорії та зріз еволюції відповідних тем. Згідно з отриманими результатами, роль центральних медіаторів дискурсу щодо здоров'я в науковій спільноті мають фахові спільноти США та Сполученого Королівства, а також країн, що перебувають із ними в тісній співпраці. Галузь психології здоров'я вирізняється розгалуженою мережею співпраці між авторами. Не виявлено ознак видавничої монополії в межах зазначеного проблемного поля. Натомість існує помітна тенденція до дивергенції журналів. Теорія планованої поведінки (TPB) і процесуальний підхід турботи про здоров'я (HAPA) формують теоретичну основу досліджень. Наскрізними темами визначено промоцію фізичної активності, психоонкологічний напрям і перспективи превенції ВІЛ/СНІД. Дослідження наслідків пандемії COVID-19 поступово втрачають актуальність, натомість перспективними можуть стати дослідження поведінки, пов'язаної з ментальним здоров'ям і харчовою поведінкою, загальної промоції та грамотності, а також геронтопсихологічного вектора. Нішевими й порівняно новими є роботи, що розкривають проблеми відтермінування турботи про здоров'я, ефективності нейроімеджингу й дигіталізації поведінкових інтервенцій.

Ключові слова: психологія здоров'я, дослідження здоров'я, переконання щодо здоров'я, поведінка, пов'язана зі здоров'ям, бібліометричне дослідження.

The paper presents findings from a bibliometric analysis of 3,782 research papers retrieved from the Scopus database, covering the period from 2018 to 2023, with a focus on studies concerning health-related behaviours (turboto pro zdorovia). This study aims to elucidate the intellectual structure of this subject area. The selection of this subject matter was motivated by the lack of broad bibliometric reviews in the health psychology domain. Modern challenges, such as increasing morbidity, a mental health crisis, and the impacts of the pandemic, impose a significant burden on the functioning of the healthcare sector. Concurrently, the consequences of the prolonged russian invasion complicate their resolution in the Ukrainian context. Hence, contemporary public health threats necessitate effective, evidence-based interventions from professionals. Given the notable increase in publications within the interdisciplinary field of health research, an overview of the research community's findings is pertinent. It is crucial to outline the key trends and potential gaps in the field of health behaviour research to ensure the relevance of research objectives to future contexts. This study showcases the results of network and performance analyses, offers visualisations of scientific mapping, and highlights the prominent thematic categories and the growth of key topics. According to the obtained results, central mediators of health discourse in the scientific community include professional communities from the USA and the United Kingdom, as well as countries in close cooperation with them. The field of health psychology is distinguished by its extensive network of collaborative efforts among authors. It exhibits no evidence of publishing monopolies within this specific area of study. Instead, there is a discernible trend towards diversification among journals. The Theory of Planned Behavior (TPB) and the Health Action Process Approach (HAPA) emerge as the predominant theoretical frameworks. Cross-cutting topics identified include the promotion of physical activity, psycho-oncological directions, and HIV/AIDS prevention. Research on the consequences of the COVID-19 pandemic is gradually losing relevance; instead, research on behaviours related to mental health and eating, general health promotion and literacy, and the gerontopsychological vector may become promising. Niche and relatively new areas include studies addressing the challenges of postponing help-seeking, the effectiveness of neuroimaging, and the digitisation of behavioural interventions. **Key words:** health psychology, health research, health beliefs, health behaviour, bibliometric study.

УДК 159.9/.974:613.8-024
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.43>

Казаков С.С.

аспірант кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Огляд актуальних публікацій. В умовах глобалізації зростає кількість трансдисциплінарних проєктів і публікацій щодо глобальних змін здоров'я та практик медичного супро-

воду. Найбільш актуальними є публікації щодо перспектив інтеграції інформаційно-технологічного забезпечення в галузі охорони здоров'я та сприяння промоції здоров'я (health

promotion), послуговуючись методологією e-health [1; 2]. Крім того, пандемія COVID-19 стала передумовою для суттєвого посилення дослідницького процесу в напрямках, суміжних до психологічних наслідків здоров'я, що відображено в низці оглядів публікацій зазначеного періоду [3; 4; 5]. Проте недостатньою залишається кількість робіт, присвячених саме психологічному вимірові здоров'я, що, зокрема, пов'язано з низьким потенціалом фінансування сектору профілактики [6].

Актуальні бібліометричні огляди наук про здоров'я (health sciences) переважно націлені на узагальнення результатів досліджень щодо вирішення певних проблем, пов'язаних зі здоров'ям. Це є продовженням історичної тенденції в галузі досліджень, орієнтованих передусім на хворобу, а не на здоров'я [7]. Чимала кількість робіт висвітлює психосоціальні аспекти певних клінічних станів, як-от: безпліддя [8], онкологічні захворювання [9], нейрорізноманіття [10] тощо. Як зазначають Амбюль (Ambuehl) та Інауен (Inauen), «дослідження психології здоров'я за своєю суттю залежать від контексту» [health psychology research is inherently context specific] [11, p. 1]. Зазначений фокус унеможлиблює висвітлення категорії здоров'я в ширшому її значенні. Зокрема, дискретний підхід обмежує дослідження здоров'я як добробуту, а також здоров'я громади (public health) поза основними епідеміологічними показниками [12]. Проте результативність дискретних досліджень для клінічної практики виправдовує зазначену диспропорцію, оскільки розв'язання порізних проблем, пов'язаних зі здоров'ям і турботою про нього, – провідна мета клініцистів, які працюють за чинними моделями медичного догляду.

Натомість загальні оглядові дослідження в галузі також зберігають тенденцію до звуження обсягу. Здебільшого це зумовлено методологічною складністю реалізації «широких» оглядів і потребою виокремлення чітких дослідницьких запитань. Крім того, результативність загальних оглядових робіт обмежена дисциплінарним розривом напряду дослідження здоров'я (health research) і браком єдиної системи стандартизації термінів індексування (index terms) [13]. Тож більший обсяг вимагає узгодження й ручного підбору значної кількості публікацій із різних баз даних. У цьому контексті визначальним чинником обсягу бібліометричних досліджень постає міра фінансування проектів [14]. Рівень матеріального забезпечення визначає кількісні та якісні параметри наукової продукції, що впливає, власне, на результати досліджень [15]. Спосіб звуження обсягу загальних оглядових робіт у галузі відбувається за первинними дослідницькими запитаннями. Можемо виокремити

такі засновки звуження обсягу бібліометрії: (1) вибірка [16]; (2) джерела інформації [17]; (3) потенційні чинники [18]; (4) превентивна діяльність [19]; (5) формалізація проблем, пов'язаних зі здоров'ям [20]; (6) об'єкта дослідження [21] і (7) цільове населення певної країни чи території [22].

Обґрунтування методології. У роботі автор прагнув висвітлити актуальний стан досліджень турботи про здоров'я, загальної категорії, що представлена в англійських публікаціях, через поняття переконань (health beliefs) і поведінки (health behaviour) щодо здоров'я, а також у суміжних контекстуальних термінах, як-от: промоція (promotion), запобігання (prevention), стиль життя (lifestyle) тощо. Зауважимо, що в публікації поняття перекладено як *health-related behaviour* задля прояснення спрямованості на поведінковий вимір; не транслітеровано в заголовку, оскільки категорія не є унікальною для українськомовного середовища й охоплює низку суміжних явищ. Обрано метод бібліометричного аналізу, з огляду на його ефективність для опису значного масиву накопичених неструктурованих даних; первинною метою досліджень за цим методом є конкретизація змістів великого обсягу наукових знахідок. Згідно з Донту (Donthu) та ін., бібліометричний огляд уможлиблює досягнення чотирьох основних результатів: (1) узгодження різноманітних доробків, (2) визначення прогалів в актуальній літературі, (3) напрямів подальших досліджень, а також (4) оцінювання їх прогностичного внеску у відповідній галузі [23].

Пошук публікацій виконано в системі наукометричної бази даних Scopus. Хоча об'єднання записів Scopus і Web of Science Core Collection є найбільш повним методом підбору без утрат значущих даних, Донту та ін. рекомендують звертатися до однієї з баз даних, щоб уникнути етапу консолідації та супутніх помилок [23]. Технічні обмеження аналізу різних наборів даних, зокрема різниця джерел і періодів індексування, суттєво ускладнюють процес обробки даних [2]. Ключові слова для пошуку підбрано за результатами попереднього нарративного огляду: здоров'я, поведінка, переконання, ставлення та промоція. Зібрано бібліографічну інформацію щодо публікацій, які розглядалися на етапі нарративного огляду (98 записів), та виокремлено відповідні категорії використовуваних ключових слів. Оскільки пошук у системі Scopus передбачає можливість пошуку за основою, зведено до коротких форм визначники за зазначеними категоріями: health*, behav*, belie*, promot* та attitude.

Пошук обмежено записами щодо англійських статей, що опубліковано у відкритому доступі в проміжку від 2018 до 2023 років включно, за предметною галуззю психології. Виключено публікації авторів, афілійованих

у російській федерації, та записи, що містять ключові фрази children, behaviour health та mental (mental health, mental health service, mental disease, mental disorder, mental stress тощо). Хоча в дослідженні використано записи щодо англомовних матеріалів, автор схильний погодитися і висновками Morrison та ін. щодо відсутності суттєвого впливу цього обмеження на висновки досліджень [24]. За відповідним запитом отримано 5055 записів. Відповідну бібліографічну інформацію завантажено у форматі csv; необроблені дані доступні за посиланням у переліку джерел публікації [25]. Пошуковий запит, використаний у роботі: *KEY(health* AND (behav* OR attitude OR belie* OR promot* OR "intention-behavior gap") AND NOT mental AND NOT children AND NOT "behavior* health") AND PUBYEAR > 2017 AND PUBYEAR < 2024 AND (LIMIT-TO (OA, "all")) AND (EXCLUDE (AFFILCOUNTRY, "Russian Federation")) AND (LIMIT-TO (SUBJAREA, "PSYC")) AND (LIMIT-TO (DOCTYPE, "ar")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE, "English"))*.

В аналізованому масиві даних не визначено дублікатів і неповних записів, що не містять значущих для аналізу даних. Визначено доцільним виключити записи, що не містять переліку використаних джерел, задля змістовного аналізу мережі цитування. Також виключено записи, що не мають авторських ключових слів та афіліацій, оскільки вони є первинними значущими критеріями подальшого аналізу. Послідовним етапом аналізу став перегляд робіт на відповідність темі дослідження. Зважаючи на досить широкий обсяг, визначений у роботі, виконано огляд записів за найменуваннями, а за потреби уточнення відповідності – огляд анотацій. Отже, виключено із загального масиву даних 1271 запис. Стратегію підбору відображено на рисунку 1.

Отже, до огляду включено 3782 записи, на основі яких виконано аналіз продуктивності, наукове картування й мережевий аналіз. Для обробки й аналізу даних використано R версії 4.3.2, оприлюдненої 31 жовтня 2023 року. Кінцевий код і набір записів, що сформовано наприкінці етапу підбору, надано за посиланням у списку джерел [25].

Результати. Передусім визначено загальні характеристики сформованого масиву даних, відповідно до яких провідними ознаками є низький показник цитування (14,4) і негативна тенденція зростання публікацій (-4,5). Низькі значення цитованості, імовірно, відображають менше охоплення публікацій соціального спрямування досліджень здоров'я, на противагу біомедичним. Проте варто зазначити, що дані щодо цитувань надаються згідно із записами бази даних Scopus і не включають незалежні видання, що формують значний

масив досліджень національного рівня. Відповідно до загального числа посилань (179289), можемо припустити емпіричну орієнтованість робіт і меншу кількість оглядових та аналітичних публікацій. Значення авторських ключових слів (8854) і термінів індексування (7733) різняться незначною мірою, тож визначений масив охоплює суміжні тематичні категорії, не обмежується власне психологічним спрямуванням, що підтверджується результатами мережевого аналізу ключових слів. Примітна кількість міжнародних дослідницьких робіт (26,9%) передбачає аналіз мережі співпраці й розподілу продуктивності за країнами (рис. 2).

Провідну роль у творенні нарративу досліджень турботи про здоров'я має дослідницька спільнота Сполучених Штатів Америки (1549 публікацій), зважаючи на суттєвий відрив за кількістю публікацій за визначений період – шість років. З огляду на актуальну тенденцію американізації як прояву інтенсивного глобалізаційного процесу, можемо припустити, що наслідки дослідницьких проєктів значною мірою формуються під впливом парадигми, заданої фахівцями США. Водночас досить високий рівень продуктивності авторів із таких країн, як Сполучене Королівство (471), Нідерланди (169), Австралія (168), Китай (128), Німеччина (124) та Канада (118). Зокрема, серед країн Європи Сполучене Королівство має суттєво більший вплив (рис. 3).

Продуктивність наукових установ Сполученого Королівства помітно переважає в зіставленні за кількістю доробків (471 публікація), що вказує на стійку дослідницьку інфраструктуру й фінансування. Крім того, ключовими учасниками дослідницького процесу в галузі психології здоров'я серед європейських країн є спільноти Нідерландів і Німеччини (169 і 124 публікації відповідно), тоді як Іспанія, Італія та Франція (81, 80 і 62 публікації відповідно), імовірно, підтримують стійкі дослідницькі ініціативи в галузі. Натомість країни Східної Європи, як-от: Угорщина, Чехія та Україна – демонструють дещо нижчу продуктивність досліджень у сфері охорони здоров'я, із загальною кількістю від 1 до 15 статей за період від 2018 до 2023 роки.

Розбіжності показників продуктивності можуть свідчити про різний рівень інвестицій у дослідницькі напрями й механізми фінансування. Закономірно, що інститути провідних держав мають більш значну фінансову підтримку та більшу кількість персоналу. Але брак даних для окремих країн також відображає різницю пріоритетів публікування, зважаючи на суттєву продуктивність дослідників у національних виданнях. Послідовно наведемо результати мережевого аналізу міжнародної співпраці (рис. 4).

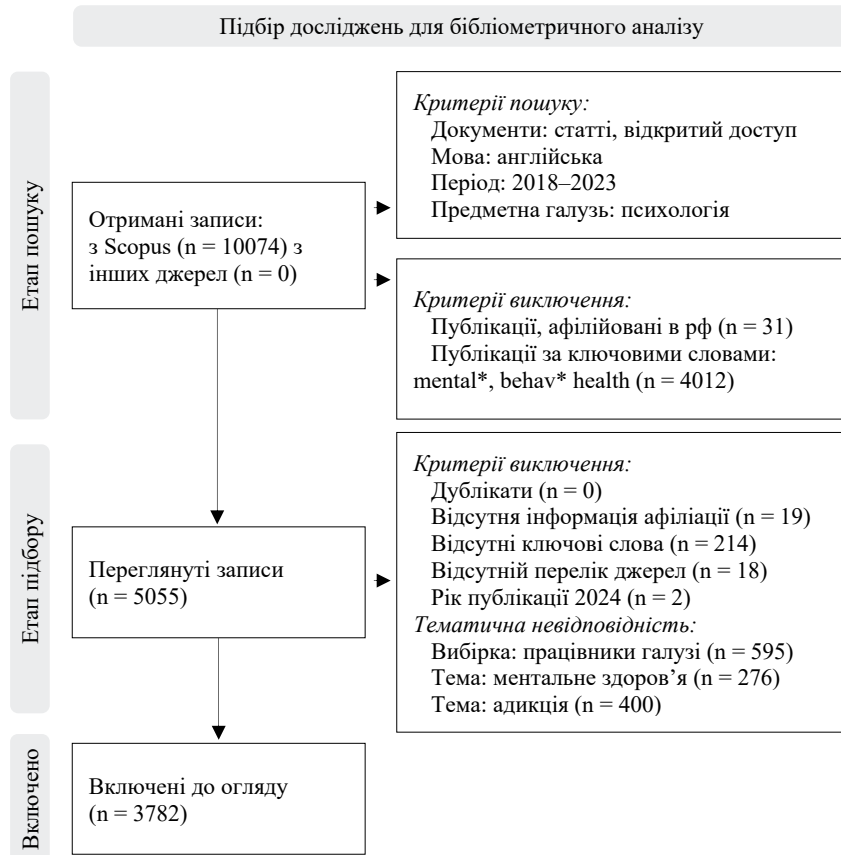


Рис. 1. Блок-схема підбору досліджень за PRISMA

Джерело: складено автором за [26]

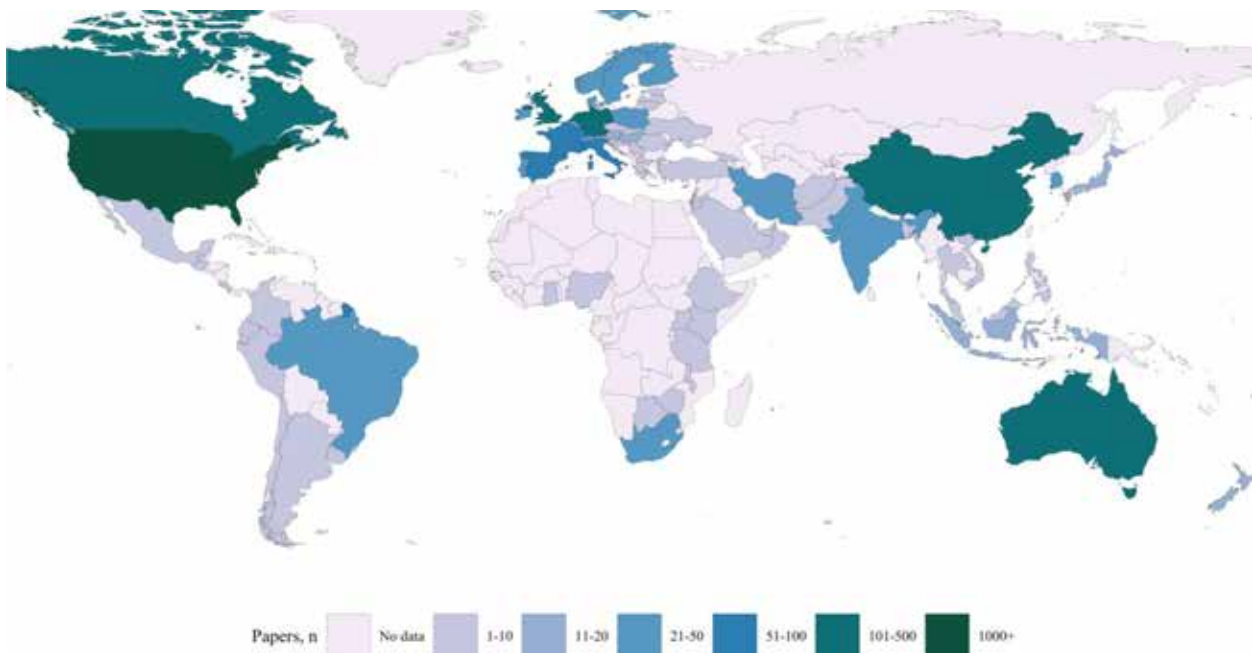


Рис. 2. Візуалізація кількості публікацій між країнами світу

Джерело: складено автором за результатами аналізу продуктивності

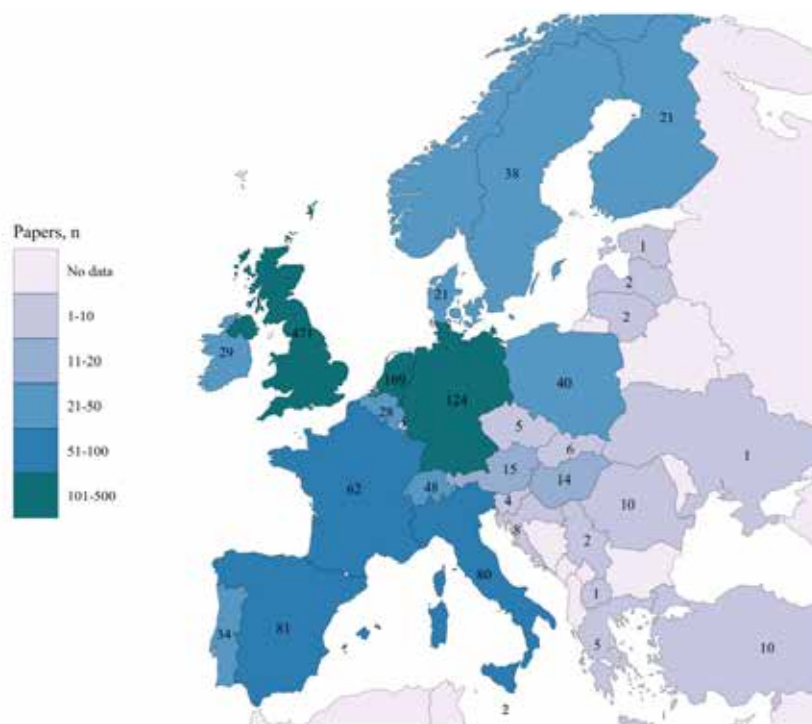


Рис. 3. Візуалізація кількості публікацій серед країн Європи

Джерело: складено автором за результатами аналізу продуктивності

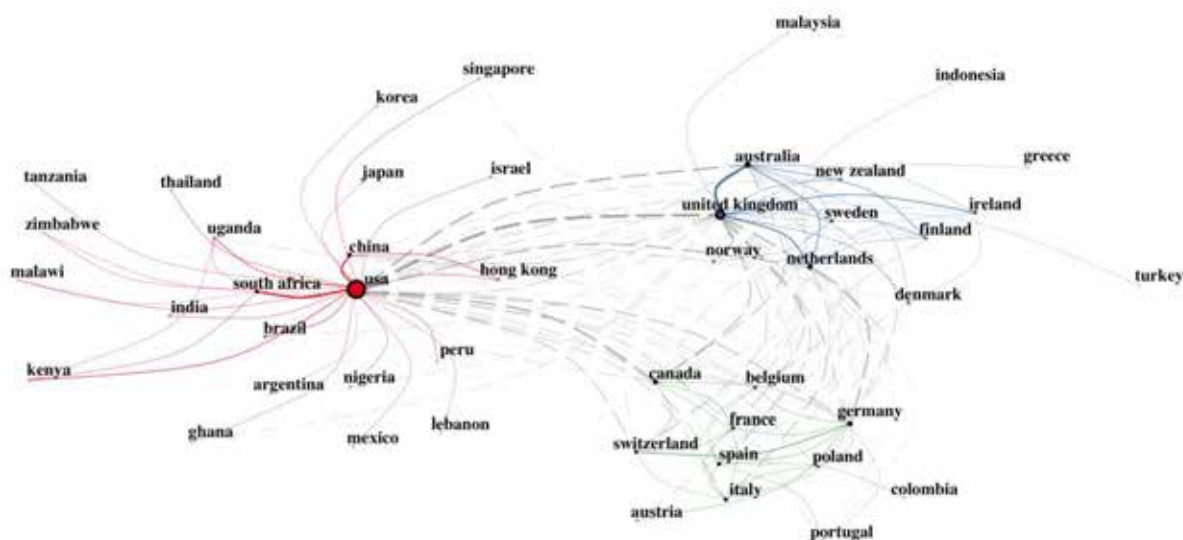


Рис. 4. Візуалізація мережі міжнародної наукової співпраці

Джерело: складено автором за результатами мережевого аналізу

Закономірно, що Сполучені Штати і Сполучене Королівство є основними центрами глобальної дослідницької співпраці, проте характерне розмежування за регіональними кластерами. Фахівці США мають ширшу мережу зв'язків, з огляду на вищу продуктивність, проте кластер має характерну спрямованість: тісніші зв'язки сформовано з країнами Сходу, Південної Америки й Африки. На противагу, Сполучене Королівство входить до

одного кластера із європейськими країнами, а також розвиває зв'язки з країнами Південно-Східної Азії. Хоча Сполучене Королівство є значним вузлом у межах цього кластера, виокремлюється третя самостійна група внутрішньої європейської співпраці, у якій наразі не сформований центральний вузол. За умови кластеризації за алгоритмом Лейдена (Leiden) третя група європейської співпраці належить до кластера Сполученого Королівства.

Крім того, помітний потенціал багатосторонніх зв'язків серед країн Європи та країн із вищим індексом розвитку. Можемо зазначити, що геополітичний контекст суттєво впливає на мережі співпраці, зокрема спрощуючи формування нової мережі в межах європейського простору. Натомість односторонні зв'язки країн, що розвиваються, з конкретними країнами, як-от США та Сполучене Королівство, засвідчують роль останніх як центрів колаборації. Хоча такі партнерства надають необхідні можливості для нарощування потенціалу країнам «третього світу», дисбаланс внеску в інформаційне поле суттєвий. Відповідно, актуальною є потреба в диверсифікації співпраці. Зокрема, змістовним прикладом є тенденція до формування певного кластера країн Європи, що формують власну інформаційну мережу, зменшуючи ризик надмірного узалягнення від кількох центральних партнерів.

Зазначена перевага підтверджується результатами оцінювання коефіцієнтів закону Лотки (Lotka) для наукової продуктивності. Бета-коефіцієнт (3,6) значущо відрізняється від передбаченого законом Лотки значення (2,0) за статистичної значущості на рівні $p = 0,001$. Водночас модель обернених квадратів відповідає масиву даних ($R^2 = 0,97$). Тож значна частка розподілу публікацій концентрована серед меншої кількості авторів, що, відповідно, визначають форму наукового дискурсу проблеми турботи про здоров'я. Зважаючи на визначені попередньо переваги продук-

тивності США, можемо припустити, що саме розвинений інститут фінансування є основою такою диспропорції. Зокрема, висока вартість як організації дослідження, так і публікації результатів поза програмою Research4Life може сприяти формуванню розриву між країнами в зазначеній галузі.

Розглядаючи питання власне публікації результатів дослідження, доцільно зазначити, що найбільш поширеними серед цільової аудиторії є журнали, орієнтовані на окремі форми турботи про здоров'я та пов'язані з ними клінічні стани, а також журнали ширшого обсягу. Не характерне домінування певного видавця серед провідних журналів. Разом із тим помітна стійкість активності останніх у визначений проміжок часу (рис. 5).

Характерне зниження активності фахових журналів, які публікують знахідки щодо певних клінічних станів (AIDS Behav, Psycho-Oncol, AIDS Care). Характерна тенденція до зниження дослідницької продуктивності загалом за один календарний рік у допустимих межах 1–15% від кількості робіт попереднього року. Тож відповідні зміни можуть тлумачитися як асоційовані з переглядом актуальності дослідницьких проєктів у короткостроковій перспективі. Зважаючи на диверсифікацію журналів за напрямом психології здоров'я, імовірно, автори схильні публікувати роботи на суміжні теми в нових виданнях, що мають ширший тематичний обсяг (Front. Psychol.). Зокрема, це засвідчує розширення внеску психології здоров'я як само-

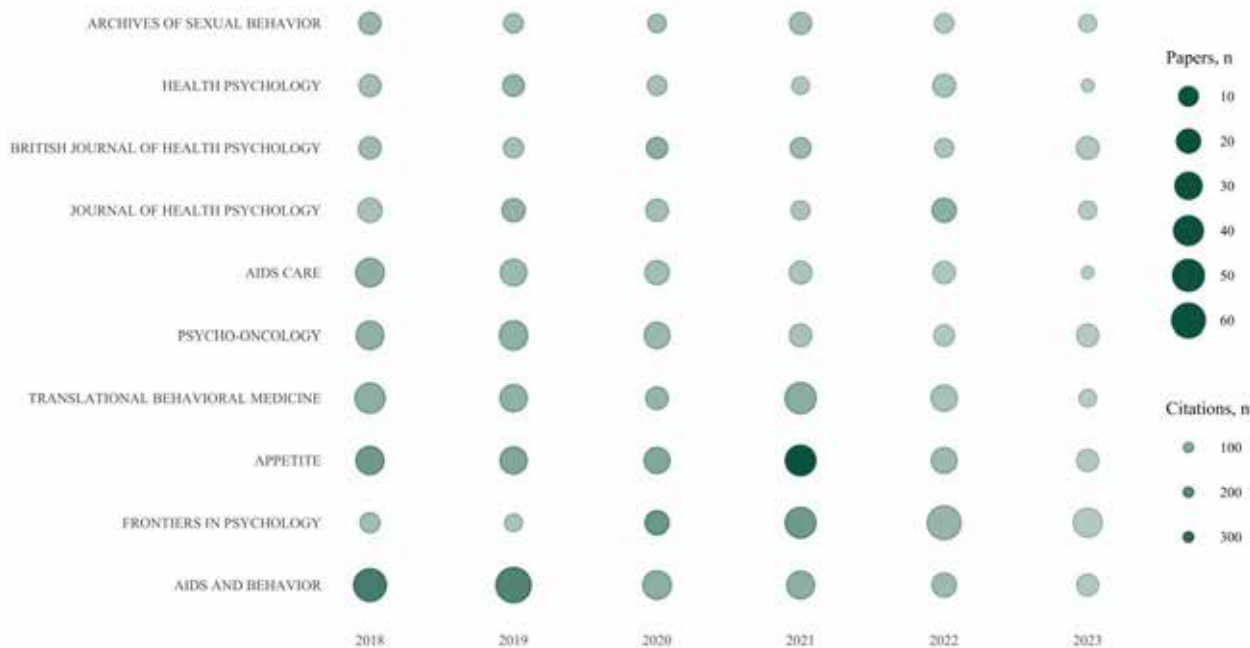


Рис. 5. Зріз активності провідних журналів

Джерело: складено автором за результатами аналізу продуктивності

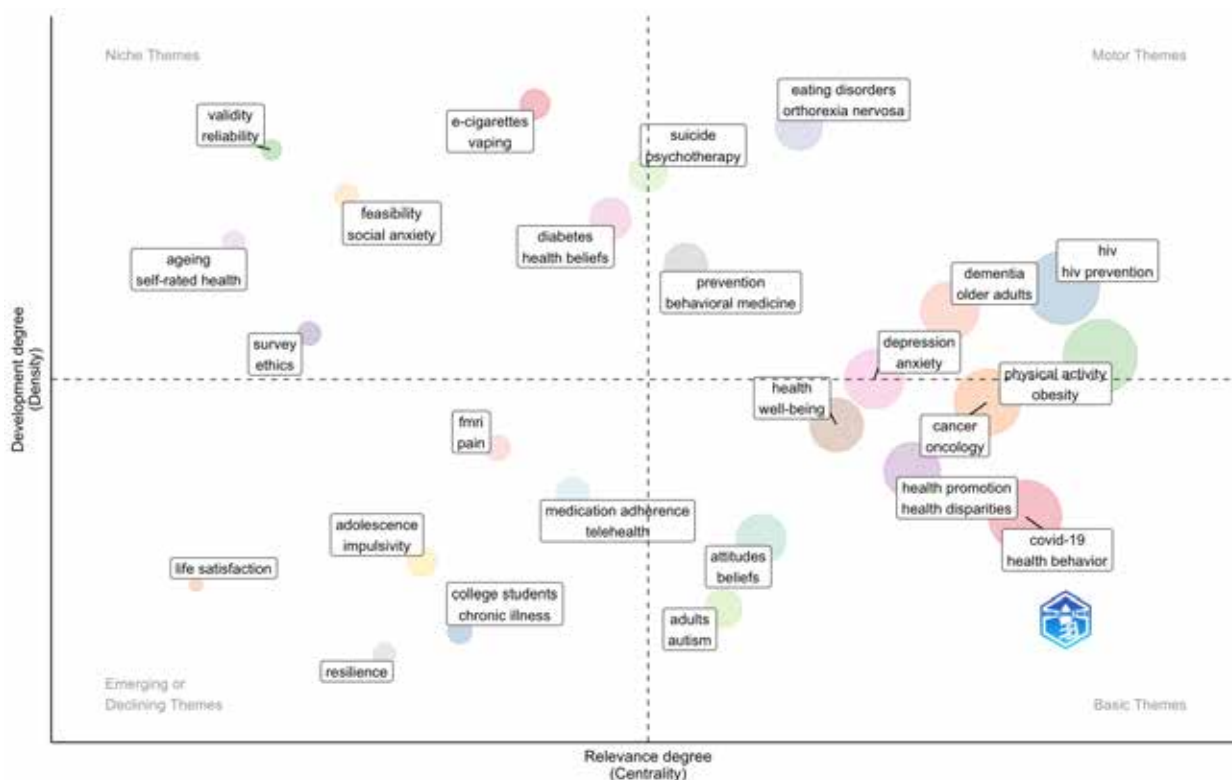


Рис. 6. Візуалізація тематичного мапування

Джерело: отримано за результатами мапування, послуговуючись *bibliometrix*

стійкої галузі. Натомість зберігається стійкий рівень активності журналів, що безпосередньо орієнтовані на висвітлення зазначеної теми (Health Psychol, J. Health Psychol, Br. J. Health Psychol). Окрім того, подібна тенденція характерна для журналів, що звертаються до окремих форм турботи про здоров'я (Appetite, Arch. Sex. Behav). Можемо припустити, що дослідження певних типів поведінки, пов'язаної зі здоров'ям (харчова, сексуальна поведінка, фізична активність тощо), відповідають окремим тематичним категоріям в інтелектуальній структурі галузі. Оцінити це видається можливим через прояснення впливу відповідних тем за кластеризацією тем і показниками цитування. Відповідно, для оцінювання цитувань послідовним етапом роботи є визначення провідних фахівців напряму за показниками продуктивності, що узагальнено в таблиці 1.

Відповідно до отриманих результатів, Гаггер (Hagger) має найбільшу кількість статей і високі значення за всіма індексами, що засвідчує впливовість автора в проблемній галузі. Основні категорії, що висвітлено в його роботах, – це прояснення психосоціальних умов промоції здоров'я, сприяння фізичній активності й інтервенції, що базуються на теорії планованої поведінки (Theory of planned behaviour, TPB) і процесуальному підході турботи про здоров'я (Health Action Processing Approach,

НАРА). Коефіцієнт домінування Гаггера порівняно низький, хоча характерна висока фракційна кількість робіт: доцільно припустити, що автор активно залучений до співпраці. Власне, найпоширенішим внутрішнім цитуванням є спільна робота Гаггера, Ч.-К. Чжан (Zhang) і Р. Чжан, що висвітлює результати метааналітичного огляду НАРА [27]. Можемо зробити попередній висновок щодо тенденцій у цьому спрямуванні. Моделі НАРА і TPB слугують основою для впливових робіт, у яких розглянуто ширші категорії здоров'я, зокрема психологічні умови промоції та превенції.

Натомість Вотерс (Waters), Лю (Liu) та Коннер (Conner), імовірно, мають менший відгук від спільноти, проте високий коефіцієнт домінування дає можливість припустити, що вони орієнтовані на роботу в характерній ніші. Зокрема, Коннер висвітлює в публікаціях проблему переконань щодо здоров'я та бар'єрів поведінкової зміни (behavioural change), що має меншу поширеність, на противагу моделям НАРА і TPB [28]. Waters фокусується на категорії поведінкових ризиків (risk behaviour), розкриваючи категорію уявлень через узагальнення відповідей «не знаю» («don't know responses») [29]. Насамкінець можемо зазначити, що Меєр (Mayer) та У (Wu) незалежно одне від одного досліджують ефективність передекспозиційної профілактики (PreP) зара-

Показники продуктивності й впливу авторів за рейтингом цитувань

Автор	Статті	Фракції статей	h індекс	g індекс	m індекс	Цит.	Фактор дом.
Мартін Гаггер (Martin Hagger)	19	5,1	11	19	1.6	601	0,2
Кіра Гамільтон (Kyra Hamilton)	15	3,9	11	15	1.6	359	0,3
Мікела Вонг (Michela Wang)	14	3,1	9	14	1.3	201	0,2
Кеннет Маєр (Kenneth Mayer)	12	2,7	9	12	1.3	347	0,1
Домініка Квасніцька (Dominica Kwasnicka)	13	2,7	8	13	1.3	212	0,4
Юмен У (Yumeng Wu)	12	2,5	8	12	1.1	248	0,5
Марк Коннер (Mark Conner)	10	2,5	6	10	0.9	115	0,3
Еріка Вотерс (Erika Waters)	11	2,5	6	10	0.9	108	0,1
Ін Лю (Ying Liu)	10	2,3	4	6	0.6	42	0,3

Джерело: складено автором за результатами аналізу продуктивності

ження вірусом імунодефіциту людини (ВІЛ) і перспективи превенції ВІЛ/СНІД [30; 31]. З огляду на зазначені показники, психосоціальні дослідження окремих клінічних станів, а також поведінкових ризиків, що з ними пов'язані, імовірно, є стійкою самостійною категорією, що виокремлюється в межах галузі. Прояснити наведені припущення можемо за результатами мапування, що дасть змогу визначити дослідницькі тренди й міру сформованості окремих тематичних напрямів (рис. 6).

Найбільш актуальними й поширеними наразі є теми превенції та поведінки, пов'язаної з ВІЛ, а також фізична активність у кластері з проблемою адипоцитозу. Зважаючи на результати аналізу еволюції тем (рис. 7)

і варіанти мапування з кластеризацією за швидким жадібним алгоритмом (Fast Greedy) та алгоритмом Лейдена, можемо зазначити, що превенція ВІЛ і промоція фізичної активності помірно переходять до категорії базових тем, натомість дослідження ожиріння можуть бути відокремлені до самостійного нішевого кластера. Дослідження вікових змін і харчової поведінки наразі досить помітно набувають поширеності, хоча тривалий час теж належали до нішевих. Загальна проблематика переконань щодо здоров'я та його промоції наразі набула нового перегляду й поступово стає більш релевантною.

Ключовими периферійними темами є психометрія та методологія в галузі дослідження

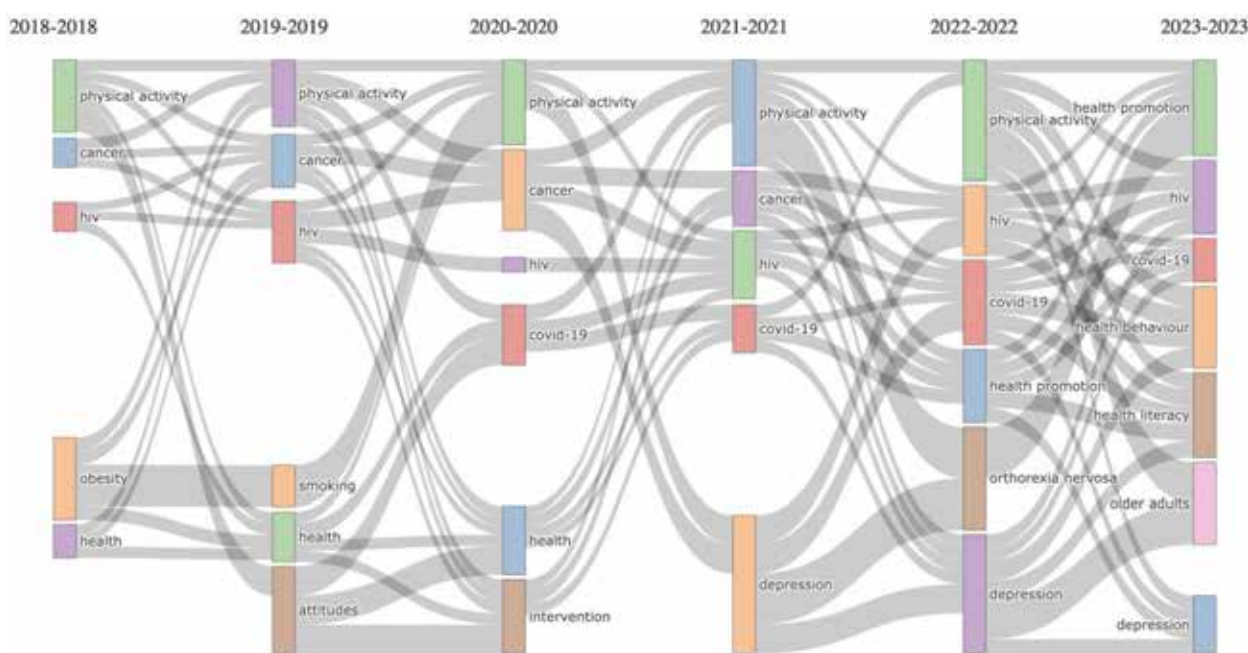


Рис. 7. Візуалізація зрізу розвитку визначених тем

Джерело: отримано за результатами мапування, послугуючись bibliometrix

здоров'я. Натомість дослідження щодо споживання нікотину й діабету мають неабиякий потенціал актуалізації, з огляду на високий рівень релевантності й помірний зсув за віссю розробленості. Варто зазначити, що специфічність нішевих тем також пов'язана з недостатньою інтегрованістю в межах ширшого дискурсу турботи про здоров'я. Зокрема, це помітно за тенденцією до збільшення продуктивності в напрямі телездоров'я та досліджень адгеренсу, що є наслідком формування зв'язків із центральними темами. Крім того, стрімко розвивається напрям турботи про ментальне здоров'я. Із цієї групи суттєвий потенціал у робіт, орієнтованих на використання технології нейроімеджингу, що набувають актуальності. Крім того, зросла продуктивність щодо проблеми відтермінування турботи про здоров'я та поведінкових ризиків як складників кластера промоції (рис. 7).

Виокремлено наскрізні теми, які зберігаються протягом усього досліджуваного періоду. Зокрема, на представленій візуалізації тема промоції фізичної активності фрагментована у 2023 році, проте зберігається при кластеризації за Лейден. Відносна стійкість досліджень ВІЛ та онкології, причому остання вже перейшла до групи класичних тем. Психонкологія як окрема тема здебільшого збережена до 2021 року за різних варіантів мапування, що може свідчити про певний зсув на початку 2022 року. Напрямок поведінкової медицини сприяв формуванню досліджень поведінки, пов'язаної з ментальним здоров'ям. І водночас наслідки COVID для ментального здоров'я стали передумовою для посилення міждисциплінарних розвідок щодо взаємодії соматичного й психічного здоров'я з 2021 року. Примітна зміна ключових категорій у 2023 році, що визначає перехід до поведінкової, психосоціальної парадигми в описі турботи про здоров'я. Неабиякого поширення набуває категорія промоції та грамотності, помітною стає категорія поведінки, пов'язаної зі здоров'ям.

Висновки. Відповідно до результату огляду, помітний розрив результатів досліджень і наукової продуктивності фахівців зі США й Сполученого Королівства та їхніх колег з інших країн. Ця розбіжність підкреслює, що зазначені країни є центрами мережі наукової співпраці, що водночас сприяє міжнародному обміну й зумовлює ризик залежності для країн, які розвиваються, від центрів співпраці. Перспективою подолання є формування міжнародних мереж співпраці, як ілюструє приклад європейської групи багатосторонніх зв'язків. Відсутні переваги видавців серед провідних джерел у заданому проблемному полі. Водночас помітні тенденції розмежування клінічно орієнтованих публікацій і власне психологічних зі збереженням біопсихосоціальної парадигми. Роботи найбільш цитованих

авторів мають чітку психосоціальну спрямованість. Характерна тенденція активної співпраці дослідників у межах галузі й водночас можливе виокремлення самостійних ніш досліджень. Теорія планованої поведінки та процесуальний підхід турботи про здоров'я є провідними моделями, що формують теоретичну основу досліджень напряму. Визначено класичні наскрізні теми, зокрема промоція фізичної активності, психонкологічний напрям і превенція ВІЛ/СНІД. Актуальними напрямками є дослідження поведінки, пов'язаної з ментальним здоров'ям і харчовою поведінкою, а також геронтопсихологічний вектор. У межах теми промоції здоров'я перспективними темами можемо назвати дослідження проблеми відтермінування турботи про здоров'я, ефективності нейроімеджингу й дигіталізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Flujas-Contreras J.M., García-Palacios A., Gómez I. Technology in psychology: a bibliometric analysis of technology-based interventions in clinical and health psychology. *Informatics for Health and Social Care*. 2023. Vol. 48. № 1. P. 47–67. <https://doi.org/10.1080/17538157.2022.2054343>.
2. Taj F., Klein M.C., van Halteren A. Digital health behavior change technology: bibliometric and scoping review of two decades of research. *JMIR mHealth and uHealth*. 2019. Vol. 7. № 12. <https://doi.org/10.2196/2F13311>.
3. Balaban G., Yildirim Ü.T., Esen M.F. Bibliometric analysis of psychology literature related to the COVID-19 pandemic. *Anatolian Journal of Health Research*. 2023. Vol. 4. № 1. P. 17–24. <https://doi.org/10.29228/anatoljhr.68199>.
4. Ho Y.S., Fu H.Z., McKay D. A bibliometric analysis of COVID-19 publications in the ten psychology-related Web of Science categories in the social science citation index. *Journal of Clinical Psychology*. 2021. Vol. 77. № 12. P. 2832–2848. <https://doi.org/10.1002/jclp.23227>.
5. Publications in psychology related to the COVID-19: a bibliometric analysis / D. Zambrano et al. *Psicología desde el Caribe*. 2021. Vol. 38. № 1. P. 11–28.
6. Peng Z.H., Yan Z.C. The status of projects funded in division of preventive medicine in National Natural Science Foundation of China from the financial year 2007–2021. *Chinese Journal of Preventive Medicine*. 2022. Vol. 56, No. 6. P. 852–860. <https://doi.org/10.3760/cma.j.cn112150-20220309-00215>.
7. Pathways to health: a framework for health-focused research and practice / N.L. Fleischer et al. *Emerg Themes Epidemiol*. 2006. Vol. 3. № 18. <https://doi.org/10.1186/1742-7622-3-18>.
8. Global Research Trends on Infertility and Psychology From the Past Two Decades: A Bibliometric and Visualized Study / H. Zhu et al. *Frontiers in Endocrinology*. 2022. Vol. 13. URL: <https://doi.org/10.3389/fendo.2022.889845>.
9. Psycho-Oncology: A Bibliometric Review of the 100 Most-Cited Articles / S. Fox et al. *Healthcare*. 2021. Vol. 9. № 8. P. 1008. <https://doi.org/10.3390/healthcare9081008>.

10. Children autism spectrum disorder and gut microbiota: A bibliometric and visual analysis from 2000 to 2023 / R.X. Gong et al. *Medicine*. 2023. Vol. 102. № 52. <http://doi.org/10.1097/MD.00000000000036794>.
11. Ambuehl B., Inauen J. Contextualized Measurement Scale adaptation: a 4-step tutorial for health psychology research. *International journal of environmental research and public health*. 2022. Vol. 19. № 19. P. 12775. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912775>.
12. Diving below the surface: A framework for arctic health research to support thriving communities / K. Cueva et al. *Scandinavian Journal of Public Health*. 2023. Vol. 51. № 7. P. 1086–1095. <http://doi.org/10.1177/14034948211007694>.
13. Humboldt-Dachroeden S., Rubin O., Frid-Nielsen S. S. The state of One Health research across disciplines and sectors – a bibliometric analysis. *One Health*. 2020. Vol. 10. P. 100146. <https://doi.org/10.1016/j.onehlt.2020.100146>.
14. Nursing research literature production in terms of the scope of country and health determinants: A bibliometric study / P. Kokol et al. *Journal of Nursing Scholarship*. 2019. Vol. 51. № 5. P. 590–598. <https://doi.org/10.1111/jnu.12500>.
15. Ebadi A., Schiffauerova A. Bibliometric analysis of the impact of funding on scientific development of researchers. *International Journal of Computer and Information Engineering*. 2015. Vol. 9. № 5. P. 1541–1551.
16. Public Health Policies for Youth-Bibliometric Study and Research Agenda based on the Web of Science / F.P.D.A. Bizarria et al. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2022. Vol. 27. P. 3975. <https://doi.org/10.1590/1413-81232022710.04812022>.
17. Zych I., Quevedo-Blasco R. A decade of the International Journal of Clinical and Health Psychology (2001–2010). *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2011. Vol. 11. № 3. P. 549–561.
18. Us Y., Gerulaitiene N. Bibliometric analysis of the global research landscape on healthcare resilience during critical events. *Forum Scientiae Oeconomia*. 2023. Vol. 11. № 3. P. 159–188. https://doi.org/10.23762/FSO_VOL11_NO3_9.
19. Global trends and future prospects of COVID-19 and physical activity: Bibliometric analysis / N. Toktaş et al. *Medicine*. 2023. Vol. 102. № 39. <http://doi.org/10.1097/MD.00000000000035316>.
20. The Use of Health Behavioral Theories in HIV/AIDS Research: A Bibliometric Analysis (Gap Research) / B.X. Tran et al. *AIDS Reviews*. 2019. Vol. 21. № 2. <http://doi.org/10.24875/AIDSRev.19000062>.
21. The Intersection of Health Literacy and Public Health: A Machine Learning-Enhanced Bibliometric Investigation / B.M. Tabak et al. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023. Vol. 20. № 20. P. 6951. <https://doi.org/10.3390/ijerph20206951>.
22. A bibliometric analysis of 47-years of research on public health in Peru / J. Sevillano-Jimenez et al. *Electronic Journal of General Medicine*. 2023. Vol. 20. № 4. <https://doi.org/10.29333/ejgm/13103>.
23. How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines / N. Donthu et al. *Journal of Business Research*. 2021. Vol. 133. P. 285–296. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>.
24. The effect of English-language restriction on systematic review-based meta-analyses: A systematic review of empirical studies / A. Morrison et al. *International Journal of Technology Assessment in Health Care*. 2012. Vol. 28. P. 138–144. <http://doi.org/10.1017/S0266462312000086>.
25. Kazakov S. Research trends on health-related behaviours: a bibliometric analysis. *OSF* : web page. 2024. 29 Feb. osf.io/h4yf8.
26. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews / M.J. Page et al. *BMJ*. 2021. Vol. 372. № 71. <http://doi.org/10.1136/bmj.n71>.
27. A meta-analysis of the health action process approach / C.Q. Zhang et al. *Health Psychology*. 2019. Vol. 38. № 7. P. 623–637. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/hea0000728>.
28. Goal prioritization and behavior change: Evaluation of an intervention for multiple health behaviors / M. Conner et al. *Health Psychology*. 2022. Vol. 41. № 5. P. 356–365. <https://doi.org/10.1037/hea0001149>.
29. Dismissing “Don’t Know” Responses to Perceived Risk Survey Items Threatens the Validity of Theoretical and Empirical Behavior-Change Research / E.A. Waters et al. *Perspectives on Psychological Science*. 2021. Vol. 17. № 3. P. 841–851. <https://doi.org/10.1177/17456916211017860>.
30. Development and validation of the personalized sexual health promotion (SexPro) HIV risk prediction model for men who have sex with men in the United States / H. Scott et al. *AIDS and Behavior*. 2020. Vol. 24. P. 274–283. <https://doi.org/10.1007/s10461-019-02616-3>.
31. Wu Y., Yang G., Meyers K. Acceptability, appropriateness, and preliminary effects of the PrEP diffusion training for lay HIV workers: increased PrEP knowledge, decreased stigma, and diffusion of innovation. *AIDS and Behavior*. 2021. Vol. 25. P. 3413–3424. <https://doi.org/10.1007/s10461-021-03248-2>.

НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНИЙ ПРОФІЛЬ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА

NEUROPSYCHOLOGICAL PROFILE OF CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

У статті розглянуто аспект нейропсихологічного профілю дітей з розладами аутистичного спектра. Розкрито поняття проблеми, описано диференційно важливі ознаки для виявлення цієї проблеми (за В. Князєвим). Крім того, висвітлено особливості класифікації спектра аутизму за різними підходами: за В. Лебединським, за міжнародним підходом до класифікації хвороб 11 перегляду (цією класифікацією користуються лікарі, які визначають наявність/відсутність певного діагнозу в особи, у тому числі й спектра аутизму, в основу виділення цього виду порушення покладено наявність чи відсутність порушень інтелектуального розвитку, а також наявність, відсутність чи ступінь тяжкості порушень функціональної мови), за О. Нікольською. Описано й ступені важкості розладу спектра аутизму, що відображаються в 3-х рівнях (рівні важкості, які стосуються соціальної комунікації та обмеженої, повторюваної поведінки), на основі довідника діагностичних критеріїв DSM-5 від Американської психіатричної асоціації. Водночас ми описали різні точки зору щодо причини розвитку спектра аутизму, які представлені такими напрямками його вивчення, як біологічний, генетичний, поствакцинальний, імунний, опіоїдний, нейрохімічний. У зв'язку з тим що не існує єдиного підходу, який пояснює причину виникнення цього порушення, коротко охарактеризовано деякі з наявних моделей, що більш детально пояснюють саме мозкові зміни й аномалії, які науковці пов'язують з аутизмом. Також у статті визначено закономірності нейророзвитку дітей з аутизмом, які полягають у порушенні функціонування лімбічної системи, що супроводжується соціально-емоційними дисфункціями; аномаліях дзеркальних нейронів (теорія Дж. Ріццолатті); зниженні активності гена *Tcf4*, що впливає на процес набуття смислових асоціацій; дисфункції мозочка та як наслідок появі ознак рухової незграбності; надмірній кількості нейронів і нейронних зв'язків у префронтальній корі, що безпосередньо впливає на розвиток вищих психічних функцій дитини, тощо.

Ключові слова: нейропсихологічний профіль, нейродіагностика, розлади аутистичного спектра, міжнародна класифікація хвороб.

The article deals with the neuropsychological profile of children with autism spectrum disorders. The concept of autism, the statistical significance of the problem as well as differentially important signs for identifying this problem (according to V. Kniaziev) are revealed. In addition, the article highlights the peculiarities of classifying the autism spectrum according to different approaches: according to V. Lebedynskyi, according to the international approach to the classification of diseases of ICD-11 (this classification is used by doctors who determine the presence/absence of a certain diagnosis in a person, including the autism spectrum). The basis for distinguishing the type of this disorder is the presence or absence of intellectual developmental disorders, as well as the presence, absence or severity of functional language disorders, according to O. Nikolska. The degrees of severity of autism spectrum disorder are also described, reflected in 3 levels (levels of severity related to social communication and restricted repetitive behavior) based on the American Psychiatric Association's DSM-5 diagnostic criteria manual. In addition, we describe different points of view on the causes of the autism spectrum disorders development, which are represented by the following areas of its study: biological, genetic, post-vaccination, immune, opioid and neurochemical. Since there is no single approach that explains the cause of this disorder, some of the existing models were briefly described, explaining in more detail the brain changes and abnormalities that scientists associate with autism. The article also identifies the patterns of neurodevelopment of children with autism, which include the following ones: impaired functioning of the limbic system, accompanied by socio-emotional dysfunctions; abnormalities of mirror neurons (G. Rizzolatti's theory); reduced activity of the *Tcf4* gene, which affects the process of acquiring semantic associations; cerebellar dysfunction and, as a result, signs of motor clumsiness; excessive number of neurons and neural connections in the prefrontal cortex, which directly affects the development of higher mental functions of the child, etc.

Key words: neuropsychological profile, neurodiagnostics, autism spectrum disorders, international classification of diseases.

УДК 159.922.76

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.44>

Кіриллова А.О.

викладачка кафедри спеціальної освіти КЗВО «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради

За оцінками ВООЗ, зі 160 народжених дітей 1 дитина матиме розлад спектра аутизму. Американська асоціація Autism Speaks подає дещо іншу статистику: 1 випадок аутизму на 88 дітей. Загалом у світі осіб цієї категорії нараховується близько 2 мільйонів 400 тисяч. Якщо говорити про статистичні дані України, то з 2008 по 2013 роки МОЗ зазначало, що прояви розладів аутистичного спектра стали відзначатися частіше в 3,8 раза, а саме показники зросли

з 2,4 до 9,1 на 100 000 дитячого населення та продовжують зростати [11]. Отже, ці випадки в практиці сучасних корекційних педагогів, нейропсихологів, сенсорних терапевтів та інших спеціалістів різних профілів зустрічаються дедалі частіше, тому виникає нагальна потреба в ґрунтовному вивченні особливостей дітей із проявами спектра аутизму, можливих причин виникнення цієї проблеми й ознак, які необхідно враховувати в корекційному процесі.

Аутизм – важке порушення розвитку, що характеризується значними порушеннями у формуванні соціальних і комунікативних зв'язків із реальністю; характерними ознаками є зосередженість на власних переживаннях, обмеженість спілкування з іншими, прояви стереотипних інтересів і поведінки [4, с. 45]. Крім того, у дослідженнях останніх років робиться акцент ще й на тому, що ще одним диференційним критерієм є порушення уяви.

Крім основних диференційних особливостей дітей зі спектром аутизму, В. Князев відмічає й інші характеристики їхнього розвитку: затримка розвитку моторики, тонічні порушення; можливі прояви збільшення об'єму пам'яті, порушення здатності до опосередкованого запам'ятовування, переважання механічного запам'ятовування; знижені довільність та об'єм уваги, труднощі перемикання й концентрації; підвищена чутливість до сенсорних навантажень, можливі прояви довгострокової концентрації на певних стимулах/їх непереносимість; недостатньо сформоване наочно-дійове й наочно-образне мислення, гіпертрофованість вербально-логічного; стереотипність ігрової діяльності, відсутність ігрового сюжету; в емоційно-особистісній сфері відмічається загальна відстороненість, амімія, труднощі формування емоційних зв'язків, можливі сильні емоційні реакції на сенсорні стимули, можливі напади агресії/аутоагресії тощо [6, с. 289].

Розлади аутистичного спектра (далі – РАС) входять у категорію викривленого/спотвореного психічного розвитку класифікації В. Лебединського [1, с. 10; 12]. Проте з рамках міжнародного підходу до класифікації хвороб 11 перегляду можна зустріти таких підхід до градації РАС:

6A02.0 Розлади аутистичного спектра без порушення інтелектуального розвитку та з легким порушенням або без порушення функціональної мови.

6A02.1 Розлади аутистичного спектра з порушенням інтелектуального розвитку та з легким порушенням або без порушення функціональної мови.

6A02.2 Розлади аутистичного спектра без порушення інтелектуального розвитку та з порушеннями функціональної мови.

6A02.3 Розлади аутистичного спектра з порушенням інтелектуального розвитку та порушеннями функціональної мови.

6A02.4 Розлади аутистичного спектра без порушення інтелектуального розвитку та з відсутністю функціональної мови.

6A02.5 Розлади аутистичного спектра з порушенням інтелектуального розвитку та відсутністю функціональної мови.

6A02.Y Інші уточнені розлади аутистичного спектра.

6A02.Z Розлади аутистичного спектра, не уточнені [1, с. 33].

В основу виділення цих видів покладено наявність чи відсутність порушень інтелектуального розвитку, а також наявність, відсутність чи ступінь тяжкості порушень функціональної мови, на відміну від Міжнародної класифікації хвороб 10 перегляду:

F84.0 Дитячий аутизм.

F84.1 Атипічний аутизм.

F84.2 Синдром Ретта.

F84.5 Синдром Аспергера тощо [2].

О. Нікольська виокремила 4 головні групи РАС. Критеріями, які покладені в основу класифікації, стали характер і ступінь порушень взаємодії із середовищем, а також тип самого аутизму: I група – відчуженість від зовнішнього середовища, II – відторгнення, III – заміщення, IV – гальмівний вплив на дитину з боку її довкілля [9, с. 22].

У рамках довідника діагностичних критеріїв DSM-5 від Американської психіатричної асоціації пропонується розгляд рівнів важкості розладу спектру аутизму, що відображається в 3-х рівнях:

– 3 рівень: рівень суттєвої підтримки (серйозні порушення вербальних і невербальних комунікативних навичок значно погіршують функціонування, що призводить до дуже обмеженого ініціювання соціальних взаємодій і мінімальної реакції на соціальні ініціативи інших людей. Відсутність поведінкової гнучкості, значні труднощі в адаптації до змін та інші види обмежувальної/повторюваної поведінки суттєво впливають на функціонування в усіх сферах);

– 2 рівень: рівень значної підтримки (значний дефіцит вербальних і невербальних навичок соціальної комунікації; значні соціальні порушення, навіть за наявності підтримки; обмежене ініціювання соціальних взаємодій; знижена або ненормальна реакція на соціальний доступ інших людей. Відсутність гнучкості, труднощі з адаптацією до змін та інші типи обмежувальної/повторюваної поведінки трапляються досить часто, щоб випадковий спостерігач міг помітити їх і перешкоджати функціонуванню в різних контекстах);

– 1 рівень: потреба в підтримці (без підтримки порушення соціальної комунікації призводить до помітного погіршення. З'являються труднощі в ініціюванні соціальних взаємодій, нетипові або неуспішні реакції на соціальні ініціативи інших людей. Спостерігається зниження інтересу до соціальної взаємодії. Негнучка поведінка, яка серйозно впливає на функціонування в одній або декількох сферах. Труднощі з переключенням між різними видами діяльності. Проблеми з організацією та плануванням перешкоджають самостійності) [5, с. 36–37].

Існують різні точки зору щодо причин розвитку аутизму, які представлені такими напрямками його вивчення, як біологічний, генетичний, постакваціональний, імунний, опіоїдний, нейрохімічний.

За даними, які подає в напрацюваннях Т. Візель, можна зазначити, що причини виникнення РАС можна поділити на такі види: генетичний аутизм, уроджений і набутий. В основі генетичного лежать генні порушення; він становить близько 2–3% від усіх випадків аутизму і входить до складу різних генетичних захворювань (синдром Дауна, туберозний склероз, синдром Мартіна-Белла, синдром Ретта тощо). Умовно кажучи, цей вид аутизму є «внутрішньоутробним». Уроджений аутизм як самостійне порушення психічного розвитку зустрічається частіше, ніж генетичний. Придбані варіанти РАС характеризуються тим, що під час народження ознаки аутизму відсутні, але вони з'являються у віці від 0,5 до 3 років і зумовлені впливом на організм несприятливих факторів зовнішнього середовища (інтоксикації, захворювання, стреси, грубі порушення процесу виховання тощо).

Зупинимось більш детально на деяких підходах, які визначають порушення нейропсихологічного фактору як причину виникнення РАС. Проте головне, що варто зазначити, аутизм не має поки що чіткого єдино визначеного механізму ні на молекулярному, ні на клітинному чи системному рівнях.

Н. Пахомова й М. Кононова зазначають, що фіксовані на електроенцефалограмі епілептична готовність і низка інших показників, які не відповідають віковим нормам, наявні в половині випадків дітей із РАС. Також відмічають вони й низка інших дослідників (Gillberg, Minshew, Johnson & Luna) факт порушень мозкового розвитку, який діагностується в період після 10 тижня внутрішньоутробного становлення [8, с. 249].

О. Романчук коментує, що причина криється в порушенні діяльності структур мозку, які відповідають за синтез та інтеграцію сенсорної інформації, а також порушенні роботи зон, які відповідають за організацію поведінки [10, с. 242].

О. Мартинчук, І. Маруненко, К. Луцько та ін. зазначають і про лімбічну теорію виникнення РАС. Вона інтегрує біологічний, нейропсихологічний і поведінковий підходи, пояснює появи аутизму тим, що в разі порушення цієї мозкової структури відбувається порушення соціально-емоційних функцій:

– таламус: розподіляє всі відчуття, передача рухових імпульсів та участь в емоційних процесах і процесах пам'яті;

– гіпоталамус: поведінка в екстремальних обставинах, прояви агресії, болю й задоволення;

– мигдалеподібне тіло: координація реакцій страху й неспокою, що спричиняють внутрішні сигнали;

– гіпокамп: забезпечення короткочасної та довготривалої пам'яті, використовуючи сенсорні сигнали;

– базальні ядра: контроль моторики м'язів обличчя та очей, координація мисленневих процесів [10, с. 242–243].

Існує й теорія, яка припускає можливість порушення мереж «соціального мозку» та мереж інтеграції інформації (лобна кора, мигдалеподібне тіло, мозочок, лімбічна система тощо).

У 1992 році Джакомо Ріццолатті зробив революційне відкриття, яке зумовило переверт у психології та інших науках про влаштування мозку. Він виявив дзеркальні нейрони – унікальні клітини мозку, які активізуються, коли ми стежимо за діями інших. У дітей із РАС дзеркальні нейрони значно менші, ніж у нормі, і недостатньо активні у функціональному стосунку.

Наступним серйозним доказом особливостей функціонування головного мозку і дітей із РАС є зниження активності гена *Tcf4*, що відповідає за своєчасне дозрівання олігодендроцитів. Унаслідок цього в мозку цієї категорії дітей кількість олігодендроцитів (гліальних клітин, що забезпечують процеси мієлінізації) значно знижена. У результаті не забезпечуються різні міжзональні зв'язки, необхідні для набуття смислових асоціацій в актах пізнання навколишнього світу.

У роботах Д. Свааба описується факт порушення в системах вазопресину й окситоцину в мозку дитини зі спектром. Саме тому ми можемо спостерігати такі зміни, як труднощі в розпізнаванні почуттів і намірів інших згідно з їхньою мімікою чи інтонацією, проблеми зі співчуттям тощо [13, с. 49–50].

Відомі також дані досліджень щодо дисфункції мозочка дітей із РАС, що й пояснює факт їхньої незграбності. Погана координація рухів різних частин тіла, несформовані моторні навички, нестабільність ходи, що трапляється в цієї категорії дітей, – усе це пояснюється порушеннями функцій мозочка [9, с. 68].

Також існує теорія, згідно з якою в префронтальній корі головного мозку в дітей зі спектром аутизму на 67% більше нейронів, ніж у нормотипової дитини. У нормі всі діти народжуються з надмірною кількістю нейронів, однак процедура, за допомогою якої діти зі спектром аутизму «усувають» надлишкові нейрони, порушена. У зв'язку з цим створюються непотрібні нейронні ланцюги, що створюють шум в «інформаційному полі». Крім того, цей надлишок нейронів заважає мозку адекватно виконувати свої завдання, що зумовлено тим, що префронтальна кора займає близько тре-

тини сірої речовини мозку й відповідає майже за всі вищі психічні функції, включаючи мовлення та соціальну взаємодію [7, с. 45].

Також дефіцити префронтальної кори мозку спричиняють і порушення в програмуванні й контролі соціально-емоційної поведінки, послідовній обробці інформації, репрезентації внутрішніх уявлень, постановці цілей, складанні та реалізації планів їх досягнення, підтримці уваги, здатності переживати й виражати емоції [3, с. 502].

Отже, існує велика кількість теорій нейропсихологічного напрямку, які пояснюють причини виникнення РАС чи причини прояву тих чи інших ознак. Сьогодні єдиної концепції серед науковців не існує. Проте, зважаючи на те що кожна дитина з РАС має індивідуальний набір ознак, можемо зробити висновок, що необхідно спиратися не на одну концепцію чи підхід, а дивитися на все в комплексі. Необхідність і важливість використання цих знань спеціалістами, які організовують корекційний вплив на дитину з РАС, пояснюється тим, що так можна пояснити причину того чи іншого прояву, легше зорієнтуватися, які ще спеціалісти необхідні для роботи з конкретною дитиною та які методи діагностики ще необхідно залучити.

Проте, крім імовірнісного оцінювання причин наявності певних дисфункцій і проявів, лише спостерігаючи за проявами та поведінкою, нейропсихологія має в арсеналі діагностичні протоколи, шкали й методи, які дають змогу детально проаналізувати й установити більш ґрунтовний причинно-наслідковий зв'язок, виявити дефіцити, які можуть яскраво не проявлятися в побутових умовах. Нейродіагностику доцільно організовувати в кілька етапів:

1) первинна діагностика, яка передбачатиме вивчення наявної документації (медичні довідки, висновки, характеристики), опитування батьків, цілеспрямоване спостереження за дитиною;

2) поглиблена діагностика (вивчення розумового розвитку дитини з РАС, рівня сформованості вищих психічних функцій, визначення ступеня прояву певних дисфункцій, визначення зони найближчого розвитку тощо);

3) аналіз отриманих результатів, окреслення нейропсихологічного профілю дитини з РАС і створення програми корекції.

Такий підхід даватиме змогу спеціалістам, не вириваючи з контексту, аналізувати в комплексі поведінкові реакції, дисфункції психічних процесів та особистісної сфери й, що не менш важливо, визначити сильні сторони дитини. Як наслідок успішно створити індивідуальну програму розвитку й забезпечити цілеспрямовану роботу над досягненням поставлених корекційних цілей.

Отже, РАС – це порушення розвитку загального характеру, в основі якого лежать неврологічні причини. Існує класична тріада порушень, притаманних цій групі дітей: порушення у сфері соціальних відносин і соціального регулювання; розлади в комунікативній сфері; обмеженість патернів поведінки, інтересів і видів занять, хоча в низці сучасних досліджень існують й інші підходи до наповнення цього переліку (порушення уяви, порушення здатності репрезентувати внутрішні уявлення, порушення здатності сприймати емоції тощо).

Ця група дітей має неоднорідний склад, що й підтверджується затвердженою ВООЗ міжнародною класифікацією хвороб 11 перегляду. Неоднорідність пов'язана з багатьма факторами: первинністю та вторинністю порушень, коморбідністю порушень, соціальним середовищем, причинами спричинення тих чи інших дисфункцій, наявністю/відсутністю лікувального й корекційного впливів тощо. Проте багато вчених підтверджується факт ненормованої діяльності деяких мозкових структур у дітей із РАС: нервових вузлів, гіпокампу, мигдалевидного тіла, мозолистого тіла, мозочку, стовбура й кори головного мозку. Але констатувати факт порушеної діяльності того чи іншого утворення та визначити нейропсихологічний статус дитини з РАС можна лише після проведення різновекторної детальної діагностики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антоненко І.Ю., Кіріллова А.О. Дизонтогенез психічного розвитку: в схемах, таблицях і презентаціях. Запоріжжя, 2023. 136 с.
2. Бочелюк В., Панов М., Спицька Л. Класифікація розладів аутичного спектру. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка. Психологія. Медицина»*. 2022. Вип. № 9(14). С. 530–540.
3. Бочелюк В., Панов М., Спицька Л. Нейропсихологічні основи аутології. *Наукові перспективи*. 2022. Вип. № 5 (23). С. 497–510.
4. Дефектологічний словник : навчальний посібник / за ред. В.І. Бондаря, В.М. Синьова. Київ, 2011. 528 с.
5. Довідник діагностичних критеріїв DSM-5 від Американської психіатричної асоціації / пер. з англ. О. Лизак, М. Прокопович ; наук. ред. В. Горбунової, Л. Засекої, О. Плевачук. Львів, 2023. 536 с.
6. Робоча книга корекційного психолога / В. Князев, К. Мілютіна, Н. Дубашидзе, Н. Рубель. Київ, 2019. 308 с.
7. Нейропсихологічні та психокорекційні методи подолання поведінкових та емоційних порушень у дітей / В.М. Князев, К.Л. Мілютіна, Н.Г. Рубель та ін. ; за заг. ред. К.Л. Мілютіної, В.М. Князева. Київ, 2022. 228 с.
8. Пахомова Н.Г., Кононова М.М. Спеціальна психологія : навчальний посібник для студентів спеціальності 6.010105 – «Корекційна освіта». Полтава, 2015. 357 с.

9. Скрипник Т.В. Феноменологія аутизму : монографія. Київ, 2010. 320 с.

10. Спеціальна педагогіка : навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. / О.В. Мартинчук, І.М. Маруненко, К.В. Луцько та ін. Київ, 2017. 364 с.

11. Центр громадського здоров'я МОЗ України. URL: <https://phc.org.ua/kontrol-zakhvoryuvan/>

neinfekciyni-zakhvoryuvannya/inshi-neinfekciyni-zakhvoryuvannya/autizm.

12. Шульженко Д.І. Основи психологічної корекції аутичних порушень у дітей : монографія. Київ, 2009. 385 с.

13. Swaab Dick. Wir sind unser Gehirn: Wie wir denken, leiden und lieben. München, 2011. 512 S.

ВПЛИВ УЯВЛЕНЬ ПРО СПРИЙНЯТТЯ ОТОЧУЮЧИМИ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМ АКТИВНОСТІ ТА УВАГИ

INFLUENCE OF IMAGE OF PERCEPTION BY OTHERS ON FORMATION OF SELF-EVALUATION IN CHILDREN WITH ACTIVITY AND ATTENTION DISORDER

У статті представлено результати дослідження особливостей формування самооцінки у дітей 10–12 років із порушенням активності та уваги. Проаналізовано, як впливає відношення найближчого оточення дитини на формування її самооцінки та самовідношення. Зазначено важливу роль впливу власних особливостей дітей із порушенням активності та уваги у формуванні неадекватної та нестійкої самооцінки. Визначено, що це пов'язано з недостатністю функціонування механізмів регуляції пізнавальної діяльності та поведінки за дефіциту функцій програмування, регуляції та контролю діяльності.

Метою статті є дослідження феноменів, які впливають на формування самооцінки та самовідношення у дітей із порушенням активності та уваги, через призму їхнього суб'єктивного сприйняття.

Виявлено, що діти з порушенням активності та уваги вважають, що батьки здебільшого низько оцінюють їхні можливості та особистісні якості, а вчителі та однолітки ставляться до них максимально негативно, про що свідчать отримані результати емпіричного дослідження.

Доведено, що на відміну від однолітків, що розвиваються нормативно, для дітей із порушенням активності та уваги характерним є феномен «дзеркальної» самооцінки, яка є прямим відтворенням оцінки батьків, коли діти відзначають у себе виключно ті якості, які підкреслюються батьками, що може в деяких випадках призводити до негативного самоставлення, у якому переважають почуття неповноцінності і неприйняття себе, та до афективних зривів.

У процесі самооцінювання для дітей із порушенням активності та уваги характерна схильність до крайніх полярних виборів, тобто нестійкої і конфліктної характер самооцінки. Вищезазначена схильність до дихотомічного сприйняття реальності на тлі недостатнього обліку минулого досвіду проявляється у більш високій значимості ситуативної оцінки події та його впливі на самооцінку і характеризується такими патернами поведінки, як: некритичне сприйняття та оцінка своїх дій, надмірна реакція як на успіх, так і на невдачу, схильність до зайвого перебільшення будь-яких подій чи явищ, тобто ригідним, жорстким і недостатньо диференційованим сприйняттям реальності.

Ключові слова: самооцінка, самосприйняття, порушення активності та уваги, підліток, відношення оточуючих.

This article presents the results of studies of self-esteem formation in 10-12 years old children with activity and attention disorder. Influence of relationships with inner circle on formation of self-esteem and self-attitude has been analyzed. Also, an important role of influence of development specifics on children with attention and activity disorder in formation of inadequate and unstable self-esteem has also been pointed. Established, that this is related to insufficient functioning of learning and behavioral regulation mechanism with a deficiency of programming, regulation and activity control functions.

The aim of the article is to study phenomena, which influence the formation of self-esteem and self-attitude in children with activity and attention disorder through the prism of their subjective perception.

It was found, that children with activity and attention disorder believe, that parents mostly have low assessment of their abilities and personality, while teachers and peers treat them negatively. This is testified by data obtained from empiric study.

It has been proven, that unlike peers with normal development, children with disorders of activity and attention are characterized by phenomena of "mirror" self-esteem, which is direct recreation of parental assessment, when children remark only those qualities, that have been remarked by parents, which can in some cases lead to negative self-attitude with dominant feelings of imperfection and unacceptance of self, which results in affective breakdown.

In the process of self-evaluation, predominance of far polar choices and unstable, conflicting nature of self-esteem is characteristic for children with attention and activity disorder. This inclination to dichotomist perception of reality due to insufficient account of previous experience manifests itself in higher significance of situative esteem of an event and its influence on self-esteem, which is characterized with such patterns of behavior as: non-critical perception and evaluation of own actions, excessive reaction, both on success and failure, inclination to excessive exaggeration of any events, a rigid, harsh and insufficiently differentiated perception of reality.

Key words: self-esteem, self-evaluation, activity and attention disorder, teenager, relationships with others.

УДК 159.922.762

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.45>

Науменко Н.О.

к.психол.н., ст. викладач,
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Антонова-Рафі Ю.В.

к.техн.н., доцент
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Постановка проблеми. Самооцінка, яка виступає джерелом очікувань щодо себе і своєї поведінки, є одним із найважливіших механізмів регуляції і саморегуляції людини та суттєво впливає на самовідчуття, емоційне благополуччя, успішність у різних видах діяльності [5, с. 8].

У дітей із порушенням активності та уваги формування самооцінки відбувається у мак-

симально неблагоприємній ситуації як через власну нездатність адекватно оцінювати свої можливості (антиципаційні порушення) [2, с. 352], так і через завищені вимоги до їхніх когнітивних можливостей та поведінки.

Неадекватний характер сприйняття себе та інших призводить у цієї категорії дітей до афективних зривів, що, своєю чергою, заважає

функціонуванню у соціальному середовищі та призводить до негативних наслідків у вигляді шкільної та соціальної дезадаптації [1, с. 79].

Тому вивчення особливостей самооцінки дітей із порушенням активності та уваги та розроблення системи втручання, що спрямована на поліпшення як самовідношення у дітей цієї категорії, так і взаємовідносин у соціальному середовищі, мають запобігати розвитку порушень поведінки і вторинної дезадаптації.

Аналіз наукових досліджень та публікацій. Незважаючи на суперечливі відомості про етіологію порушень активності та уваги, більшість дослідників сходиться на думці, що даний синдром передусім пов'язаний із порушенням функціонування механізмів регуляції пізнавальної діяльності та поведінки за дефіциту функцій програмування, регуляції та контролю діяльності [4, с. 128–132].

Значний вплив на мислення чинить порушення мови (затримка її розвитку), особливо її регулюючої функції, що ускладнює послідовне виконання інтелектуальних операцій. Діти з порушенням активності та уваги не помічають своїх помилок, забувають поставлене завдання, легко переключається на побічні, несуттєві подразки.

Порушення емоційної сфери проявляються в емоційній лабільності, інтенсивному, але скороминучому афекті [3; 6, с. 71].

Цим можна пояснити те, що діти з порушенням активності та уваги недостатньо спираються на свій попередній досвід (не коригують домагання залежно від попереднього успіху або невдачі), неадекватно оцінюють свої досягнення (унаслідок порушення функцій цілепокладання (програмування діяльності), оскільки не диференціюють реальні та ідеальні цілі своїх дій).

Ураховуючи, що індивід оцінює себе двома шляхами: 1) шляхом зіставлення рівня своїх домагань з об'єктивними результатами своєї діяльності (що знайшло відображення у відомій формулі У. Джемса: самоповага = успіх/домагання); 2) шляхом порівняння себе з іншими людьми, закономірно припустити, що процес самооцінювання дітей із порушенням активності та уваги має викривлений характер унаслідок вищевказаних особливостей.

До цього додається суттєва проблема, яка викликана негативним ставленням оточуючих до дітей із порушенням активності та уваги, яке вони сприймають як джерело важких переживань у своєму житті та відтворюють це знання під час виконання відповідних психологічних методик, спрямованих на вивчення цього феномену.

Мета статті – дослідження самооцінки у дітей молодшого пубертатного віку з порушенням активності та уваги та суб'єктивної оцінки ставлення до них батьків, учителів та

однолітків і виявлення характерних специфічних відмінностей порівняно з дітьми з нормативним розвитком.

Методи дослідження. Усього в дослідженні брало участь 64 дитини віком від 10 до 12 років. Усі 64 випадки являють собою особисті спостереження. В експериментальну групу (далі – ЕГ) увійшли 30 дітей (24 хлопчики і 6 дівчаток, що відповідає співвідношенню у популяції 4:1 [5, с. 16–24]) з діагностованим порушенням активності та уваги (за МКХ – 10 – F90), що є основним діагнозом.

У дослідженні використано такі методики: структуроване інтерв'ю, методика «Якості характеру» (де дитині треба було назвати три свої гідності, три недоліка та три якості, про які найчастіше говорять оточуючі) та методика вивчення самооцінки Т.В. Дембо – С.Я. Рубінштейн у модифікації П.В. Яньшина (під час виконання якої дитина порівнювала себе з іншими та відзначала, як, на її думку, оцінюють її оточуючі, за 16 параметрами (наприклад, «найслабший – найсильніший», «найнещасливіший – найщасливіший та ін.)).

Отримані результати були оброблені статистичними методами за допомогою програми SPSS 17.0. Для виявлення значущих відмінностей між вибіркою залежно від типу шкал та особливостей розподілу даних застосовувалися непараметричні критерії: кутового перетворення Фішера та хі-квадрат Пірсона з поправкою на безперервність. Для виявлення взаємозв'язків між результатами окремих методик був проведений кореляційний аналіз за допомогою критерію рангової кореляції Спірмена.

Виклад основного матеріалу. З огляду на те, що дана модифікація методики дає змогу визначити основні параметри самооцінки, проведено аналіз даних, що враховує рівень реальної (актуальної) самооцінки.

Згідно з отриманими результатами, найбільш значущі відмінності під час виконання методики Т.В. Дембо – С.Я. Рубінштейн у модифікації П.В. Яньшина між експериментальною і контрольною групами відзначаються в таких аспектах, як рівень самооцінки і компенсаторні механізми.

Згідно із цією методикою, рівень адекватної самооцінки визначається, якщо дитина за переважною більшістю параметрів оцінює себе як «краще, ніж у середньому» (тобто ставить помітку в 4–6-му секторах відповідної шкали).

Так, отримані дані свідчать про те, що 27% дітей із порушенням активності та уваги мають нестійку, конфліктну самооцінку, що відрізняється від результатів у групі контролю на рівні високої значимості ($p < 0,01$). Також під час порівняння розподілів профілів за рівнями самооцінки було виявлено, що 22% дітей

із порушенням активності та уваги увійшли в категорію з надмірно завищеною самооцінкою (відмінності між групами були зафіксовані на рівні достовірності $p < 0,05$).

Однак найбільший інтерес викликає порівняння цих даних із результатами, зафіксованими в ході спостереження за поведінкою дітей. Так, спонтанні негативні самооцінки були висловлені у дев'яти випадках дітьми з порушенням активності та уваги й удвох випадках дітьми контрольної групи, що становить відповідно 25% і 5,5% відповідної вибірки.

Непоодинокими були висловлювання «іноді я сам себе ненавиджу», «коли лають, хочеться битися головою об стінку, так нестерпно», «напевно, я якийсь не такий», «у такі моменти жити не хочеться», пов'язані з характеристикою реакції оточуючих на вчинки дитини. При цьому діти з порушенням активності та уваги дуже швидко переключалися на зовнішні подразники (іграшки в кабінеті, звуки за дверима та ін.) При цьому в цілому їх фон настрою можна було характеризувати як гіпертимний.

Було виявлено, що тоді як серед дітей, що розвиваються нормативно, 39% оцінюють свої відносини в школі як конфліктні, 92% дітей із порушенням активності та уваги оцінюють свої взаємини в першу чергу з однолітками, а також із викладачами та батьками як виключно проблемні й конфліктні, болісно переживаючи негативне до них ставлення. Саме за цим критерієм виявлено найбільш статистично значущі відмінності між контрольною та експериментальною групами.

Найбільш значущі результати були отримані під час порівняння дітьми *можливих оцінок значущих інших*. Дані результати відобразили те, як, на думку дітей, їх оцінюють батьки, вчи-

телі та однолітки. Результати порівняння між експериментальною і контрольною групами за критерієм «як мене оцінюють батьки» представлено на рис. 1.

Для оцінки значущості відмінностей розподілів між двома вибірками був використаний критерій χ^2 -квадрат Пірсона з поправкою на безперервність. З огляду на те, що отримане значення $\chi^2_{\text{Емп}}$ (χ^2 -квадрат Пірсона з поправкою на безперервність) = 153.456 значно перевищує критичне значення $\chi^2_{0.01} = 16,812$, при $v = 6$, розбіжності між розподілами статистично достовірні, на рівні високої статистичної значущості.

Згідно з даними, представленими на рис. 1, очевидно, що діти з порушенням активності та уваги вважають, що батьки оцінюють їх значно нижче порівняно з дітьми з нормативним розвитком.

Результати порівняння між експериментальною і контрольною групами за критерієм «як мене оцінюють учителі» представлено на рис. 2.

Для оцінки значущості відмінностей розподілів між двома вибірками був використаний критерій χ^2 -квадрат Пірсона з поправкою на безперервність. Отримане значення $\chi^2_{\text{Емп}} = 219.29$ значно перевищує критичне значення $\chi^2_{0.01} = 16,812$ при $v = 6$, розбіжності між розподілами статистично достовірні, на рівні високої статистичної значущості.

Як представлено на рис. 2, значна кількість виборів у першому та другому секторах шкали свідчить, що діти з порушенням активності та уваги вважають, що вчителі вкрай низько оцінюють їх майже за всіма якими. Тоді як діти контрольної групи вважають, що вчителі частіше оцінюють їх на середньому та високому рівнях.

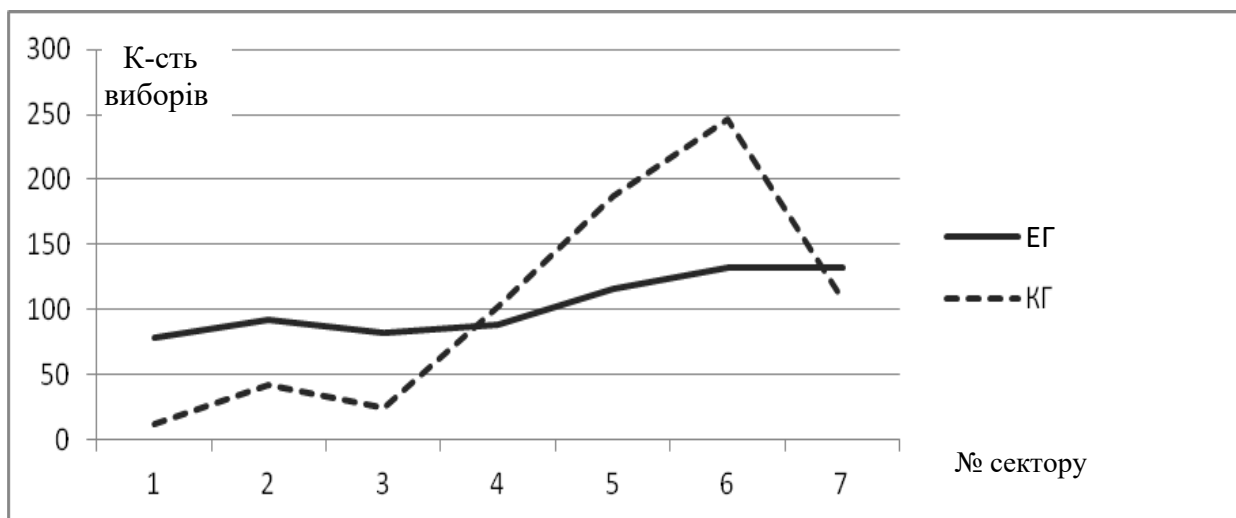


Рис. 1. «Як мене оцінюють батьки» – порівняння результатів у дітей із порушенням активності та уваги (ЕГ) і дітей із нормативним розвитком (КГ)

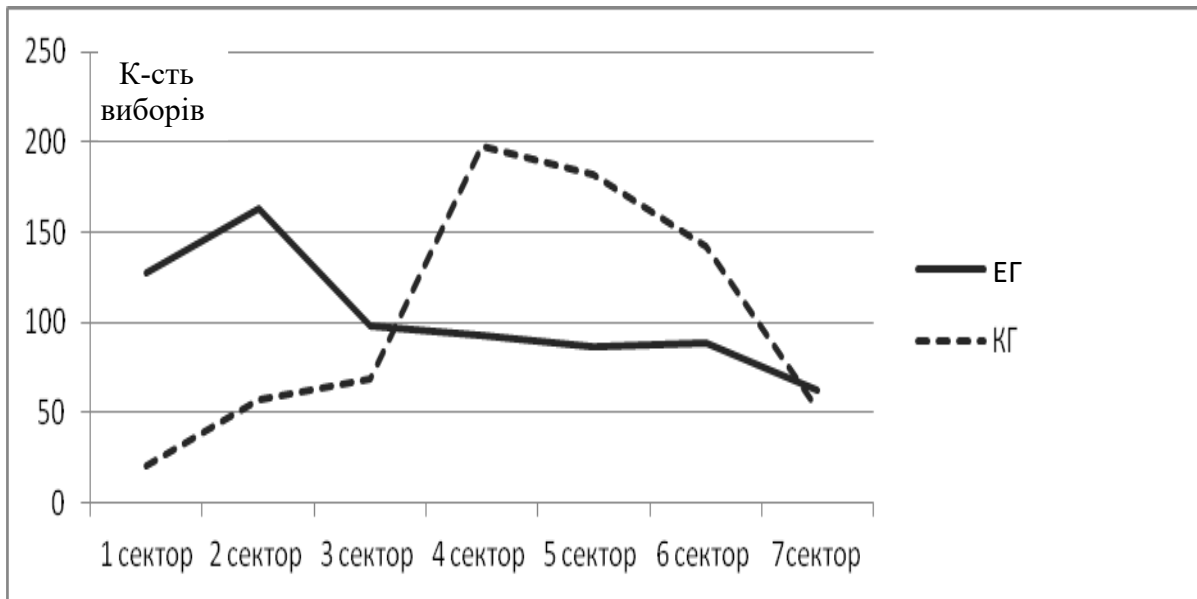


Рис. 2. «Як мене оцінюють учителі» – порівняння результатів у дітей із порушенням активності та уваги і дітей із нормативним розвитком

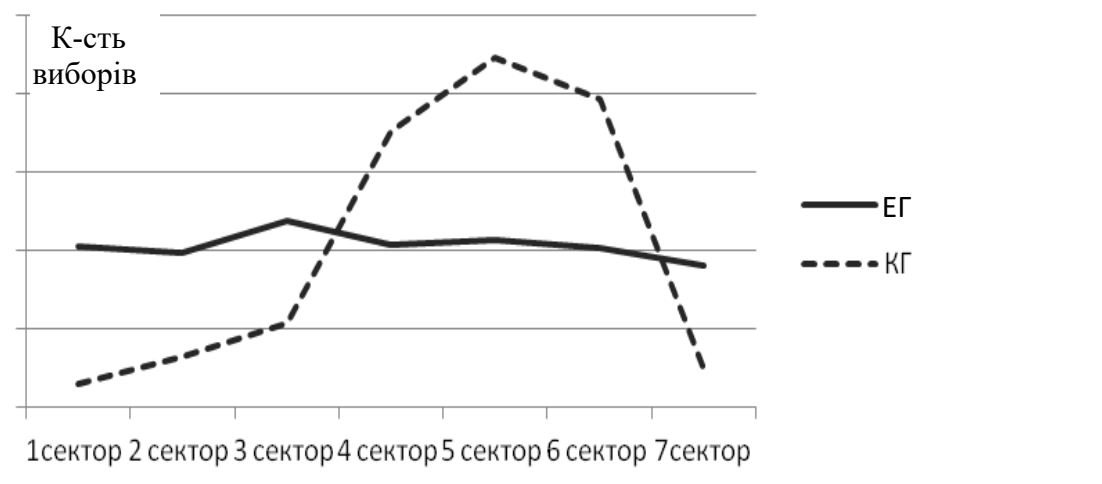


Рис. 3. «Як мене оцінюють однолітки» – порівняння результатів у дітей із порушенням активності та уваги (EG) і дітей із нормативним розвитком (KG)

Результати порівняння між експериментальною і контрольною групами за критерієм «як мене оцінюють однолітки» представлено на рис. 3.

Отримане значення $\chi^2_{Emn} = 251,096$ значно перевищує критичне значення $\chi^2_{0.01} = 16,812$ при $v = 6$, розбіжності між розподілами статистично достовірні, на рівні високої статистичної значущості.

Таким чином, на думку дітей із порушенням активності та уваги, учителі та однолітки оцінюють їх найбільш низько, тоді як батьки – трохи вище, що, утім, не досягає рівня їхнього власного самооцінювання. Ця тенденція відображає конфліктність між потребою у прийнятті, відчуттям власної цінності та передбачуваною

негативною оцінкою оточуючих. Але можна припустити, що діти з порушенням активності та уваги дещо перебільшують значущість негативного відношення оточуючих.

Згідно з результатами статистичного аналізу даних за допомогою критерію хі-квадрат Пірсона, відмінності в розподілі ознаки між реальною самооцінкою дітей і значущими дорослими є статистично значущими (отримане значення $\chi^2_{Emn} = 390,124$, $\chi^2_{0.01} = 34,805$ при $v = 18$). Ці дані представлено на рис. 4 та 5.

При цьому у дітей, що нормативно розвиваються, самооцінки та ймовірні оцінки значущими іншими не мають настільки вираженого, конфліктного характеру, оскільки багато в чому збігаються, що підтверджується даними

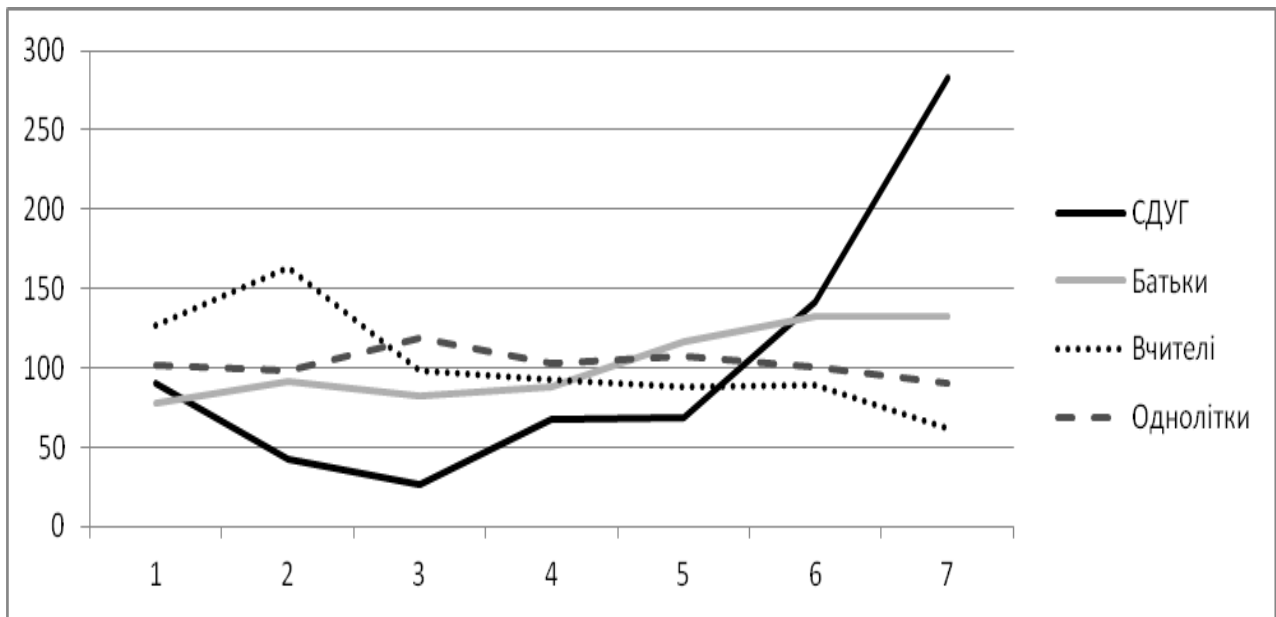


Рис. 4. Порівняння результатів самооцінювання і можливих оцінок значущими іншими у дітей із порушенням активності та уваги

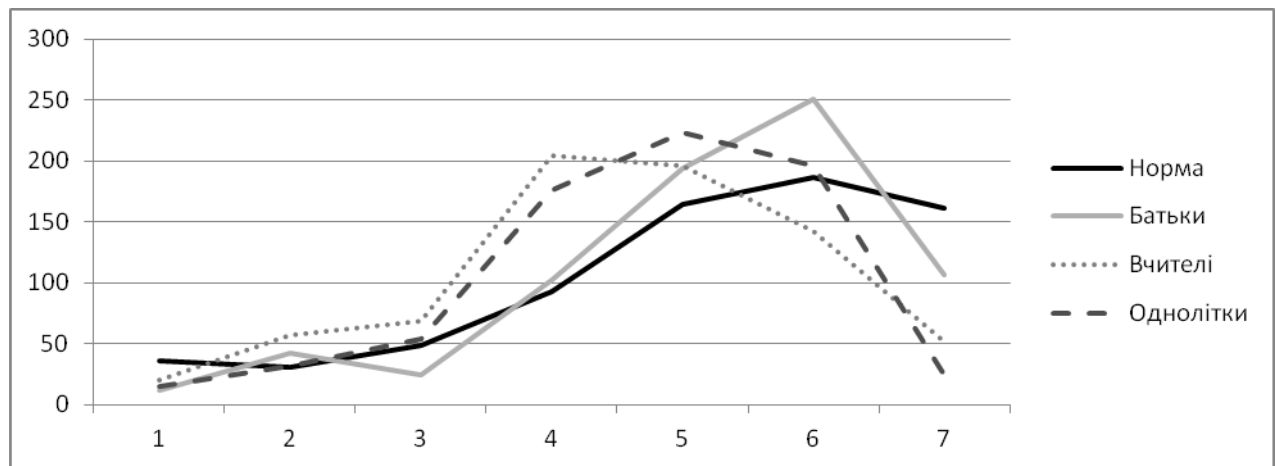


Рис. 5. Порівняння результатів самооцінювання і можливих оцінок значущими іншими у дітей із контрольної групи

статистичного аналізу, який демонструє, що, незважаючи на значущість відмінностей у розподілі ознаки, рівень значущості нижче ($\chi^2_{\text{Емп}}$ для КГ = 221,2; $\chi^2_{\text{Емп}}$ для ЕГ = 390,1) Визначені за допомогою критерію χ^2 -квадрат Пірсона з поправкою на безперервність відмінності в розподілі ознаки між реальною самооцінкою дітей і значущими дорослими є статистично значущими (отримане значення $\chi^2_{\text{Емп}} = 221.245$, $\chi^2_{0.01} = 34,805$ при $v = 18$).

Окрім того, для дітей із порушенням активності та уваги більш характерні прояви феномену «дзеркальної самооцінки», яка є прямим відтворенням оцінки батьків. Так, взаємозв'язок здібності визначити і вербалізувати свої думки в проблемних ситуаціях зворотно коре-

лювало зі збігом із батьківськими оцінками під час виконання методики «Якості характеру» ($r_s = -406$, $p \leq 0,05$). Можна припустити, що саме за недорозвинення когнітивного компонента самосвідомості діти демонструють феномен «дзеркальної самооцінки», яка є прямим відтворенням оцінки батьків. Діти відзначають у себе ті якості, які підкреслюються батьками, що може в деяких випадках призводити до негативного самовідношення, у якому переважають почуття неповноцінності і неприйняття себе. За нашими спостереженнями, подібне самовідношення формувалося тоді, коли батьки часто критикували дитину, вказуючи на її недоліки, не усвідомлюючи при цьому всю небезпеку такої позиції.

Також було виявлено, що 53% дітей із порушенням активності та уваги періодично проявляють самоагресію за фрустрації, яка пов'язана з виникаючими труднощами під час виконання завдань, що виражається в імпульсивних ударах себе по голові, роздряпуванні обличчя, рук, що також було пов'язано з нездатністю впоратися з афектом.

На відміну від однолітків, що розвиваються нормативно, діти з порушенням активності та уваги не диференціюють ціннісні уявлення про себе, від операціональної самооцінки (оцінки своїх можливостей).

Також у групі дітей із порушенням активності та уваги значно частіше звучали суперечливі самохарактеристики, а кількість збігів декларованих якостей із тими, які приписувалися батьками («дзеркальна самооцінка») у групі дітей із порушенням активності та уваги (що було виявлено за методикою «Якості характеру» та порівняння цих даних із результатами виконання методики Дембо – Рубінштейн), було значно більше, ніж у нормативних однолітків.

Також на відміну від однолітків, які, як правило, легко називають самооцінюючі характеристики, у яких переважають соціально схвалювані якості, діти з порушенням активності та уваги значно рідше дають ціннісні самохарактеристики і не диференціюють ціннісні уявлення про себе від операціональної самооцінки (оцінки своїх можливостей). Їхні відповіді переважно відображають уявлення про себе як про суб'єкта діяльності («я можу», «я вмію»). Достовірність відмінностей за даним критерієм на рівні $p \leq 0,01$.

Таким чином, у дітей із порушенням активності та уваги експонується зовнішня детермінанта поведінки і мінімізується значущість внутрішньої (переважна мотивація та минулий життєвий досвід), що призводить до того, що вони виявляються менш стійкими до змін ймовірнісної структури середовища. Також у групі дітей із порушенням активності та уваги значно частіше звучали суперечливі самохарактеристики («можу бути злим, можу – добрим», «такий і такий одночасно» та ін.), що пов'язано з нестійкістю уявлень про себе. Ця ж тенденція, однак, менш виражено виявлялася у протоколах відповідей дітей, які як свої чесноти і недоліки вказували на протилежні за змістом якості (переважно «добрий – злий»). Достовірність відмінностей на рівні $p \leq 0,01$.

Окрім того, діти з порушенням активності та уваги більш стурбовані виробленим враженням і бажанням домінувати, які не підкріплені відповідними навичками соціальної взаємодії, що також побічно підтверджує недостатню здатність критично оцінювати як ситуацію, так і власні ресурси.

Таким чином, отримані результати доводять суттєву різницю між обстеженими групами.

Висновки. Отримані результати свідчать, що для дітей із порушенням активності та уваги в процесі декларативного самооцінювання характерна схильність до крайніх, полярних виборів, тобто нестійкий і конфліктний характер самооцінки. При цьому вони частіше орієнтуються на бажану самооцінку (під час виконання методики Дембо – Рубінштейн, поміщаючи себе на позиції «найрозумніший», «найсильніший» тощо). Для дітей, які схильні до дихотомічного сприйняття реальності на тлі недостатнього обліку минулого досвіду, що проявляється у більш високій значимості ситуативної оцінки події та його впливу на самооцінку, характерні такі патерни поведінки, як: некритичне сприйняття та оцінка своїх дій, надмірна реакція як на успіх, так і на невдачу, схильність до зайвого перебільшення будь-яких подій чи явищ, тобто ригідне, жорстке і недостатньо диференційоване сприйняття реальності.

Для дітей із порушенням активності та уваги характерним є феномен «дзеркальної» самооцінки, яка є прямим відтворенням оцінки батьків (що стає очевидним під час використання вербальної методики «Якості характеру»). Діти відзначають у себе виключно ті якості, які підкреслюються батьками, що може іноді призводити до негативного самоствавлення, у якому переважають почуття неповноцінності та неприйняття себе.

Діти з порушенням активності та уваги вважають, що оточуючі (батьки та особливо однолітки та вчителі) критично низько оцінюють їх майже за всіма параметрами, що стає причиною захисної агресії та перманентного відчуття ворожнечі оточуючого світу, сприяє формуванню патернів негативного самопред'явлення у соціальному середовищі.

На відміну від однолітків, що розвиваються нормативно, діти з порушенням активності та уваги мало диференціюють ціннісні уявлення про себе, від операціональної самооцінки (оцінки своїх можливостей), що свідчить про затриманий характер формування самосвідомості.

Емпірично це підтверджується переважанням суперечливих самохарактеристик, підвищеною кількістю збігів із характеристиками батьків, ситуативно зумовленою самооцінкою і неадекватністю рівня домагань, нестійкістю уявлень про себе, конфліктністю у самовідношенні у дітей із порушенням активності та уваги порівняно з їхніми однолітками, які розвиваються нормативно.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Маркова Т. Дослідження емоційного стану дітей із СДУГ. *Психологічні дослідження*. 2013. Вип. 5. С. 78–80.

2. Науменко Н.О., Клименко І.С. Особливості самосвідомості дітей із синдромом дефіциту уваги та гіперактивністю. *Актуальні проблеми психології. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. 2013. Т. X. Вип. 25. С. 348–356.

3. Ферт О. Статті з проблем освіти гіперактивних дітей Українського національного ресурсного центру по проблемі гіперактивного розладу з дефіцитом уваги. URL: http://www.adhd.org.ua/index.php/biblio_uk.html

4. Barkley R.A. Attention Deficit Hyperactivity Disorder – New York: Guilford Publications, 1991. 770 p. ISBN 978-1-59385-210.

5. Molavi, P., Nadermohammadi, M., Salvat Ghojehbeiglou, H., Vicario, C.M., Nitsche, M.A., & Salehinejad, M.A. ADHD subtype-specific cognitive correlates and association with self-esteem: A quantitative difference. *BMC psychiatry*, 2020. 20(1). P. 1–10.

6. Mohammadi Orangi, B., Yaali, R., Ackah-Jnr, F.R., Bahram, A., & Ghadiri, F. (2021). The effect of nonlinear and linear methods and inclusive education on self-esteem and motor proficiency of ordinary and overactive children. *Journal of Rehabilitation Sciences & Research*, 8(2). P 69–78.

PSYCHOCORRECTION APPROACHES IN MIGRANT FAMILY SETTINGS

ПСИХОКОРЕКЦІЙНІ ПІДХОДИ В УМОВАХ РОДИНИ МІГРАНТІВ

Modern society is frequently destabilized by crises, while global efforts to accumulate wealth persist, whether overtly or covertly. Simultaneously, the increasing unity and integrity of the world necessitate the formulation and implementation of comprehensive developmental paradigms. Failure to do so risks the degradation of the world order, propelling the human race towards calamity. Social relations are assuming an increasingly intricate character, obliging individuals, as distinct personalities, to actualize numerous statuses and roles. Nevertheless, individuals remain inadequately equipped to discharge these responsibilities. This lacuna extends to parental duties, where a pivotal function of the family lies in nurturing children and molding them into socially adept individuals. Despite societal assistance in this endeavor, circumstances occasionally transpire wherein conventional methodologies, encompassing education, medical interventions, social-psychological support, and broader societal initiatives, prove insufficient in rectifying the prevailing challenges. These challenges span both routine, everyday tasks and exceptional, sometimes unprecedented circumstances. In such instances, it is imperative that parents do not confront their predicaments in isolation, but rather, society should proffer comprehensive support. This article specifically delves into the realm of psychological assistance, or more precisely, psychological correction measures. The efficacy of parents in influencing the physical and mental well-being of their offspring hinges on both their inherent capabilities and their degree of preparedness. Despite the augmented accessibility of information, its practical application is contingent upon the specific preparedness of parents. The structuring of psychological training for parents globally is grounded in scientific principles and the operational activities of specialized organizations and institutions. Active participation in this process is observed from medical professionals, psychologists, and social workers. Comprehensive assistance is rendered by both state and non-state entities, with an evolving legal framework adapting to daily exigencies and shifting conditions. The systematic implementation of these initiatives is primarily discernible in developed countries. Conversely, in developing nations, the efficacy of instituted measures is significantly influenced by the prevailing standard of living and the quality of healthcare and education systems. Despite these contingencies, psychotherapeutic methodologies and technologies employed in this context continue to undergo refinement, yielding increasingly substantial benefits.

Key words: *migrant families, incomplete and problematic families, socialization of children, psychological correction, psychological rehabilitation.*

Сучасне суспільство часто зазнає дестабілізації через кризи, тоді як глобальні зусилля

з накопичення багатства тривають, відкрито чи приховано. Водночас зростаюча єдність і цілісність світу зумовлюють необхідність формулювання та реалізації комплексних парадигм розвитку. Якщо цього не зробити, це загрожує деградацією світового порядку, що підштовхне людство до катастрофи. Соціальні відносини набувають усе більш запутаного характеру, змушуючи індивідів як самотуніх особистостей актуалізувати численні статуси і ролі. Тим не менше люди залишаються недостатньо підготовленими для виконання цих обов'язків. Ця лакуна поширюється на батьківські обов'язки, де основна функція сім'ї полягає у вихованні дітей і формуванні з них соціально адаптованих особистостей. Незважаючи на підтримку суспільства у цьому починанні, час від часу виникають обставини, коли традиційні методології, що охоплюють освіту, медичне втручання, соціально-психологічну підтримку та ширші суспільні ініціативи, виявляються недостатніми для вирішення існуючих проблем. Ці виклики охоплюють як рутинні повсякденні завдання, так і виняткові, іноді безпрецедентні обставини. У таких випадках украй важливо, щоб батьки не протистояли своїм труднощам ізольовано, а радше суспільство має запропонувати всебічну підтримку. Ця стаття присвячена саме психологічній допомозі, а точніше психологічним корекційним заходам. Ефективність впливу батьків на фізичне та психічне благополуччя своїх нащадків залежить як від їхніх здібностей, так і від ступеня підготовленості. Незважаючи на підвищену доступність інформації, її практичне застосування залежить від конкретної підготовленості батьків. Структурування психологічної підготовки батьків у глобальному масштабі ґрунтується на наукових принципах і оперативній діяльності спеціалізованих організацій та установ. Спостерігається активна участь у цьому процесі медичних працівників, психологів, соціальних працівників. Усебічна допомога надається як державними, так і недержавними організаціями, законодавча база, що розвивається, адаптується до щоденних потреб і мінливих умов. Системність реалізації цих ініціатив помітна, насамперед, у розвинених країнах. Навпаки, у країнах, що розвиваються, ефективність запроваджених заходів значною мірою залежить від переважаючого рівня життя та якості систем охорони здоров'я та освіти. Незважаючи на ці випадковості, психотерапевтичні методології та технології, що використовуються у цьому контексті, продовжують удосконалюватися, приносячи все більш значні переваги.

Ключові слова: *сім'ї мігрантів, неповні та проблемні сім'ї, соціалізація дітей, психологічна корекція, психологічна реабілітація.*

UDC 316

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.46>

Taghiyeva T.M.

PhD student at the Department of Social Work
Baku State University

Degree of problem elaboration. It is imperative to acknowledge that the academic literature, both theoretical and practical, is richly endowed with insights pertaining to the degree of problem elaboration, particularly within the con-

text of international experience. The literature in the English language extensively elucidates the issue [1; 4; 6]. This can be attributed to the more advanced organization of social and psychological support in developed nations and the priorit-

zation of scientific field development by the state [2; 5]. Research on parental involvement primarily addresses children in need of special attention. In addition to the methodologies of specialized psychological and social work, extensive and diverse research exists in domains such as human physiology, health, well-being, and the impact of the social environment [3; 6].

Psychological correction work associated with parents constitutes an integral component of psychological correction efforts directed towards children. Consequently, various methodological approaches are suggested, encompassing separate work with parents and children, subsequently with groups of parents and children, and methodologies involving the collaborative engagement of both parents and children [3].

Objectives. The article's objective is to scrutinize the distinctive characteristics of social psychological rehabilitation work with children in migrant families.

The **methods** employed include the critical analysis of foundational ideas within scientific literature and the synthesis of outcomes from practical research.

The Specificities of Family Upbringing and Children's Socialization in Poland.

In Poland, the ethos of supporting a child's autonomy is pronounced, exemplifying distinctive approaches to child care. Polish parents foster an environment that grants autonomy to their progeny, thereby nurturing the development of decision-making capabilities. This stands in contrast to prevailing notions in our cultural context, where effective parenting is often equated with an exhaustive provision of all necessities for the child. Such a perspective involves the parent making decisions on behalf of the child and shielding them from adversities as much as possible. Conversely, the Polish perspective emphasizes life as a journey, advocating that children should accrue life experiences across diverse circumstances. Additionally, Polish cultural values underscore the importance of instilling in children the ability to tolerate both successes and failures, acknowledging them as integral facets of life. While some parents in Poland align with this worldview, societal reception of such perspectives may vary.

Notwithstanding cultural distinctions, the encouragement of pursuing higher education is a common theme. However, the Polish approach diverges as young individuals are often encouraged to explore and identify their interests before committing to higher education. The Polish perspective posits that the pursuit of knowledge through reading is a timeless endeavor and contends that learning opportunities persist throughout life.

Regrettably, familial challenges are prevalent in Poland, impacting both children and women. Nevertheless, the legal and social support sys-

tems in place facilitate assistance to parents and caregivers facing difficulties. The broader societal framework in Poland exhibits a commitment to substantial familial support, with initiatives such as the State Support for Families Foundation consistently engaging with families. For instance, families unable to care for their children can seek assistance from this foundation, which assigns a family assistant to provide complimentary support in the child-rearing process. The family assistant starts by formulating a plan outlining the family's objectives within a six-month timeframe, with their role considered concluded upon achieving family stability. Instances where a child attends school in disarray or encounters issues in the learning environment are indicative of familial challenges.

The divorce process in Poland is characterized by bureaucratic complexities, requiring couples filing for divorce to reside separately for one year before the court grants the divorce. During this period, couples who maintain their decision to separate undergo official divorce proceedings. Analogous to bureaucratic processes, parties involved may manipulate the situation to their advantage. Polish legislation stipulates that if one spouse is unemployed, the other is entitled to alimony payments, and vice versa. Notably, the divorce process in Poland is deemed arduous, prompting some individuals to abstain from formal remarriage after initial separation and opt for cohabitation.

The overarching objective of this article is to scrutinize the specificities of organizing psychological correction work for parents in challenging circumstances. The intended analysis will encompass an examination of existing scholarly literature and a survey of international experiences within this domain.

The bedrock of parent-child relationships not only resides in socio-psychological factors but is also intricately linked to the personality traits of the parent. To conduct a comprehensive investigation into these relationships, an in-depth exploration of the parent's personality is imperative. Key features within this ambit include:

- Age, encompassing health considerations, including mental and psychological well-being;
- The age at which marriage transpired and the nature of spousal relationships;
- The intra-family environment, encapsulating financial status and household conditions;
- The parents' perspectives on child-rearing, coupled with pedagogical and psychological competencies;
- Their mental perceptions and worldview regarding society and life;
- Knowledge in the fields of health and legal matters.

As demonstrated, a thorough analysis of the parent's personality is indispensable, ensuring that challenges arising from child-rearing find

timely and efficacious solutions. The methods and educational interventions directed towards parents in contemporary society are perpetually expanding, a phenomenon attributable to various factors such as the widening information space, escalating parental commitments, and a reduction in opportunities for effective communication with children, stemming from the aforementioned factors. Undoubtedly, the diversity of parental perspectives is underscored by the expansive worldview prevalent among today's youth.

The conceptualization of parental attitudes towards their family obligations, particularly in the realm of child rearing, has historically coalesced. The socio-cultural milieu, customary practices, and the individual's own stance on these duties contribute to shaping their value and normative systems. Furthermore, it is imperative to underscore that, alongside legal frameworks, societal perceptions also wield influence in delineating parental duties and responsibilities to a certain degree in every nation. In Azerbaijan, psychological support for parents is primarily executed through private clinics and psychological rehabilitation centers, indicative of a circumscribed scope of activity in this domain. The situation varies in other nations.

Several factors contribute to this variance, such as the historical trajectory traversed by the populace inhabiting a specific nation, accrued social experience, entrenched customs and traditions, familial-household relations, cultural value systems, religious values, and more. Moreover, globalization proclivities and universal developmental characteristics continue to exert their impact across all nations. Let us scrutinize the experiences of various foreign nations in this context.

It has been underscored that the systematic implementation of purposeful training and exercises related to child upbringing among parents is observed in some nations. Nevertheless, researchers emphasize that information about the participants in such initiatives is limited.

In Finland, researchers have scrutinized trends related to children and families using the internet to ensure the participation of parents in preparation programs. Parents of 4-year-old children with elevated levels of disruptive behavior were given the opportunity to participate in the controlled research of the Strongest Families Smart Website intervention. Participants and non-participants were compared using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) test, supplemented with information about family problems related to children.

It was elucidated that a substantial percentage of parents of children with serious behavioral and upbringing problems are willing to partake in distance learning programs. Following this, it is indispensable to apprehend and incentivize par-

ents' viewpoints regarding participation in early intervention programs for children's behavior.

The lifestyle and approach to family life have reached a state where every parent demonstrates a perpetual readiness for training. State policies also align with this direction. Furthermore, it is noteworthy that the rationales for providing assistance to parents, i.e., conducting training, are diverse. These include assisting children with physical and intellectual limitations, rehabilitating children with post-traumatic stress and behavior disorders, organizing leisure time for children, and other responsibilities.

Research indicates that in most developed countries, specialists choose methods by considering their therapeutic mechanisms when working with adolescents and children. For instance, in the United Kingdom, professionals select methods by taking into account differences and distinctions when working with adolescents and children, although multiple methods are utilized in various fields. Notably, consultation, coordination, and crisis prevention methods stand out as particularly attention-grabbing in this context. The therapeutic mechanism of the consultation method typically becomes apparent after the initial two sessions with the child. Positive progress begins in the child, with increased attendance to classes, assuming responsibility for lessons, and regulating individual behaviors in interpersonal relationships.

The coordination method is predominantly utilized when working with children from incomplete families. This method is commonly employed when children find themselves caught between the choice of their mother or father during the divorce process. The method aims to assist children in making choices and providing purpose during the selection process. Given the elevated level of social work and psychological assistance and the intense competition among social workers, professionals in this field are inclined to consistently seek and implement novel methods.

Where do professionals in various countries apply methodologies for specialists and conduct therapeutic sessions for parents? Let's turn to the experience of the United Kingdom as an example.

It should be specifically noted that the application of the methodologies mentioned above in the English experience has gained widespread acceptance. Currently, even parents can apply such straightforward methodologies to their own children. The reason for this is the continuous collaboration between social workers and psychologists with parents. Even after the issue is resolved, a social worker often visits the family, and the family already perceives this as a normal occurrence. Additionally, innovations in this regard are demonstrated and explained to the family by the social worker in a simple and understandable language. Continuous training of professionals with evolving

technologies and methods, the organization of various seminars and training sessions, is crucial to keep workers up-to-date with constant innovations. The continuous learning of social workers is often positively received by families, making the psychologist's job easier and helping convey rational ideas to the family as needed.

Addressing the Challenges of Children in Incomplete Families: Strategies and Approaches in Spain.

In Spain, social workers and psychologists strive to address the problems of children in incomplete families while also attempting to alleviate their psychological disturbances. In troubled families, social workers often collaborate with psychologists in utilizing psychocorrection and psychotherapeutic methods to address the challenges faced by children. The implementation of psychocorrection tasks, demanding extensive psychological knowledge and experience, is frequently entrusted to psychologists and psychotherapists working in the social work sphere. Social workers, with their comprehensive theoretical and practical psychological education in social and clinical psychology, are granted the opportunity to contribute.

Professionals in this field employ various psychotherapeutic methods, including phototherapy, slide therapy, the «metaphoric self-portrait» technique, narrative therapy, photoreportage technique, play therapy, gestalt therapy, and others. Spain consistently focuses on enhancing the skills of social workers and psychologists engaged in helping children with their problems. The government initiates numerous projects and programs in this domain.

Post-traumatic stress and behavioral disorders, often encountered in adolescence, exhibit symptoms that are closely associated. It is noteworthy that during information processing, children may manifest general or self-specific emotional limitations or none at all. Specific research conducted by American scholars reveals that emotional reactions may be delayed in some instances.

The acquired data indicates a correlation between self-consciousness and post-traumatic stress disorder, as well as emotional comprehension symptoms in behavioral disorders. Research confirms that cognitive perception limitations may play a certain role in the genesis of depression at a young age. Additionally, it is pointed out that only some researchers have attempted to study this issue under clinical conditions [3].

In the practical implementation within Azerbaijan, how do organizations dedicated to parental engagement operate? Turning our attention to secondary education, an investigation was conducted with multiple school collectives (September-November 2023, Baku city, and regions). Particularly, endeavors were made to interface with children hailing from incomplete and prob-

lematic family backgrounds. Dialogues were conducted with psychologists and class instructors. It was ascertained that, in the majority of instances, class instructors exhibit a profound interest in each child, possessing an intimate familiarity with the challenges confronting them. Continuous dialogues with children from incomplete and problematic families were geared toward ensuring they experience no adverse feelings when compared to their peers and receive consistent familial consultations to facilitate their academic progression.

Any alterations in circumstances or emergent situations involving children prompt immediate notification to parents by class instructors. Subsequent to conversations with children, certain class instructors observed the more systematic and successive implementation of disciplinary measures in their classes, noting that the behaviors of children from problematic families exhibited greater congruence with those in other classes. Despite the absence of expertise in social or psychological domains, the positive influence of class instructors' interactions with children on their developmental trajectories was apparent. Regrettably, the realm of psychological support within schools is yet to witness adequate strides.

During discussions, school psychologists iterated their commitment to aiding children in need to the utmost of their capacities and providing counsel. When children encounter challenges, psychologists underscore their collaborative efforts in resolving issues with the child's parents.

Psychologists also underscored the imperative of establishing conducive conditions within schools, wherein children feel empowered to approach a specialist, namely, a psychologist, when confronted with challenges beyond their capacity to resolve. Children often harbor reservations about divulging their problems to class instructors or principals, and at times, even approaching a psychologist is met with reluctance, possibly stemming from apprehensions that the psychologist might disclose their concerns to their family or other stakeholders. Additionally, it came to light that school psychologists occasionally allocate 1-2 hours post-class engagements with 11th-grade students participating in tutoring sessions. This initiative is aimed at addressing prevalent feelings of self-doubt, fear, and anxiety among certain students.

They even make the smallest things problematic. Psychologists engage in conversations with them and provide advice. It became evident that the sense of fear in these children is not baseless, with some of them being influenced psychologically by their parents. For instance, parents may instill a fear of potential negative outcomes if the child does not enter university. Even without such external pressures, the 11th grade is already a stressful period, and the family exerts a significant influence during this time. In consideration

of this, psychologists conduct discussions with parents during parental meetings, providing them with recommendations to refrain from excessive pressure on their children, encourage support, and avoid undue interference in their aspirations.

One of the implemented methods involves occasionally administering psychological tests to children in schools. Their responses to these tests are then assessed to evaluate their mental states. However, this practice is not consistently executed. If school psychologists could adequately fulfill their responsibilities, instances of self-harm, criminal activities, and delinquency among children would likely decrease. Such initiatives contribute to the psychological development and worldview formation of children.

A prevalent observation across all schools is that students do not voluntarily seek the assistance of a psychologist, whether at their own or their parents' behest. Most referrals come from teachers or class instructors, who later report that parents often dismiss concerns when approached about potential issues affecting their children. The teachers' reports shed light on the ages of students, the nature of intrafamily relationships, and the family's financial situation, all of which must be considered when working with such children.

Observations indicate that problematic students exhibit the following primary behaviors in the classroom: avoiding communication with classmates, displaying aggressive behavior, facing difficulty in adapting to the class environment, and lack of preparedness for lessons, among others. The root cause of these problems often lies in conflicted family relationships and domestic violence within the family. It is also known that children are among the primary victims of domestic violence. The question arises: are connections maintained or appointments set with the families of such troubled children? Indeed, connections are maintained, and they are invited to school. However, it was discovered that a significant portion of parents declines such invitations. Working with these problematic children would undoubtedly be more effective if not only the child but also one or both parents were involved in the process.

As a fundamental inquiry, we endeavored to ascertain the predominant utilization of various psychotherapeutic methodologies. It was disclosed that interpersonal therapy, also denoted as the modality of interpersonal communication, is more prevalently employed than alternative forms of psychotherapy. The primary objective of this therapeutic modality is to address the individual's relational issues with close associates. This therapeutic approach should be administered at least once weekly. It is imperative to acknowledge that professionals in this field endeavor to execute the requisite interventions. Nevertheless, it is imperative for families not to evade their responsibilities in this regard. Evidently, there exist divergent

attitudes in our society towards concepts such as seeking assistance from a psychologist, obtaining support from a psychologist, and resolving specific issues through the aid of a psychologist. Above all, fostering a psychologist's conceptualization within society facilitates the handling of problematic families.

It is apparent that engagement in psychocorrective endeavors with parents is indispensable at each developmental stage of childhood. Western scholars frequently allude to this reality. For numerous women, the advent of a child signifies moments of joy and familial felicity. Nevertheless, antithetical circumstances may arise. During gestation and the postnatal phase, depressive symptoms and alterations in mental well-being can transpire. Postpartum depression is estimated to manifest in approximately 13% of women. Subclinical depression during the postpartum interval materializes and significantly impacts the psychological well-being of women. Research attests that depressive conditions in women residing in indigence are approximately twice as prevalent as in other societal strata. Additional contributory factors fostering the emergence of this condition encompass familial relationships during gestation, gestational depression, stress-inducing life events during pregnancy, inadequate social support, and other sociogenic predicaments. Albeit the symptoms may exhibit similarity, postpartum depression can be more severe and consequential [4].

It is evident that offspring born to such mothers may contend with predicaments such as challenging temperament, constrained physical maturation, and sundry challenges. These adverse consequences can manifest in behavioral aberrations, cognitive and socio-emotional deficits, and heightened difficulty in self-expression, particularly during the formative phase of adolescence. Scholars infer that maternal depression, concomitant with economic adversities, can pose a substantial risk for progeny by engendering myriad risk factors. These repercussions can be especially pernicious for families inhabiting impoverished conditions [reiterated there again].

The Characteristics of Psychological Services for Families in Azerbaijan. In Azerbaijan, healthcare professionals and psychologists active in this domain employ pharmacological substances and therapeutic methodologies applied in global medical practices. It is noteworthy that lifestyle factors, encompassing family relations, the status of women, and overall living standards, exert a substantial influence on women's susceptibility to such conditions. Psychologists, within the scope of their responsibilities, strive to regulate intra-family dynamics and engage young couples in psychological counseling sessions. Considering the insufficient maturation of psychological services, the recourse to traditional

methods, grounded in customary communication and relational approaches, is perceived as the optimal strategy. Continuous medical oversight is imperative. The implementation of such assistance necessitates the development of well-balanced programs and initiatives under state sponsorship.

Another salient circumstance is the categorization of non-suicidal self-injury as a self-esteem concern among parents, notwithstanding its non-fatal outcome, yet bearing a self-destructive evaluation. Practitioners involved in this field assert that such incidents are more prevalent among adolescents. Nonsuicidal self-injury encompasses endeavors to harm one's body without any suicidal intent. Over the past decade, increased attention has been directed toward clinical and research parameters. Social environments and experienced stressors contribute to the manifestation of such cases [5]. In Azerbaijan, a rise in such incidents is observable among adolescents. The lack of parental and social attention, as well as the neglect of requisite preventive measures, contribute to these occurrences. In this context, lifestyle, marital relations, inattention, and negligence also play a role.

The frailty of relationships between parents and the school community, along with the impact of social networks, results in an augmentation of such incidents. One of the strategies in implementing psychosocial interventions with parents involves providing assistance to adolescents and youth undergoing depressive conditions. Experts conclude that merely 50% of children with mental illnesses receive any form of treatment. Substance utilization among children and adolescents, including alcohol and narcotics, has the potential to exacerbate existing mental health problems. Consequently, the risk of social, psychological, behavioral, and cognitive problems escalates. Some children and adolescents manifest symptoms such as anxiety, depressive states, attention-deficit hyperactivity, and resort to substance use to manage traumatic experiences [6].

Organization of Social Work in India.

Presently, in India, there are considerable challenges related to impoverished families. One of the most pressing issues is the prevalence of cheap labor. The primary concern here is the engagement of children as inexpensive laborers. The lack of alternative avenues for children in India, coupled with their restricted decision-making autonomy (as they are dependent on their parents and the surrounding environment), leaves them with limited options. The Indian government has implemented numerous measures to address this issue, but it appears that these interventions and programs are not efficacious. Child labor persists in India, primarily due to the unfortunate circumstances of families. Parents, with no other recourse, resort to exploiting their children's labor

to sustain the family and provide sustenance.

However, beyond being a form of child exploitation, this practice also jeopardizes the health of these children. They operate in facilities and factories using machinery and tools that are often larger and perilous, escalating the risk of accidents leading to either disability or fatality for these children. It is questionable that such occurrences should transpire in this contemporary era. Families engaging in child labor do not prioritize their children's education. For the majority of impoverished families in India, this is detrimental. Sending children to school would not allow them to fully assimilate everything, potentially impeding their ability to secure specialized jobs in the future. This, in turn, does not accrue benefits for them in the present or the future.

In Azerbaijan, akin to other nations, various psychotropic substances are employed in the treatment of children and adolescents with psychosomatic or mental ailments, under medical supervision. However, it is also acknowledged that the consumption of harmful substances, alcoholic beverages, among adolescents and youth has surged. To preclude such situations, the state needs to formulate and execute specialized programs.

One could infer that the methodological work on psychocorrection with parents is an integral component of psychosocial work conducted distinctly in social groups. At each stage of family life, novel essential moments emerge in parent-child relationships, resulting in both achievements and predicaments. The life experience of parents, relationship dynamics, genetics, social milieu, and lifestyle, on one hand, and the distinctiveness of the contemporary era's development (the impact of global processes on human life), on the other hand, significantly influence the training, education, and overall socialization of children.

Conclusions. In the context of Azerbaijan, the resolution of familial challenges is conventionally grounded in traditional methodologies. Although prevailing paradigms in male-female relationships underscore male leadership, contemporary societal developments exert influence over a woman's societal standing, her cognitive orientation, self-appraisal, and motivational inclinations. The financial status, educational attainment, and societal positioning of women afford them the opportunity to cultivate novel relational dynamics with their spouses and their extended kin networks. Predominant familial discord often stems from financial instability, challenges in child rearing, and the absence of a conducive emotional milieu.

Authoritarian proclivities pervasive within familial structures are intricately connected to the predominant norm wherein financial sustenance, familial organization, and logistical planning predominantly rest on the shoulders of male counter-

parts. While the instrumental role of psychologists in mitigating these issues is undeniably crucial, psychological services, unfortunately, suffer from underutilization. Global empirical insights underscore the imperative of administering psychological interventions, particularly in the realm of psychocorrection, from the nascent stages of familial formation through subsequent developmental phases. The copious reservoir of international experience in this domain is both enriching and instructive. However, it is incumbent to acknowledge that psychocorrection modalities employed in culturally entrenched societies, such as Azerbaijan, necessitate judicious adaptation to align with indigenous conditions.

BIBLIOGRAPHY:

1. 8 Universities in Sweden offering Social Work degrees and courses. URL: <https://www.hotcoursesabroad.com/>
2. Sturla Fossum, Terja Ristkari, Charles Cunningham, Patrick J. McGrath, Auli Suominen, Jukka Huttunen, Patricia Lingley-Pottie, Andre Sourander. Parental and child factors associated with participation in a randomized control trial of an Internet-assisted parent training programme 10 November 2016. *Child and Adolescent Mental Health*. November 2016, Volume 21, Issue 4.

omized control trial of an Internet-assisted parent training programme 10 November 2016. *Child and Adolescent Mental Health*. November 2016, Volume 21, Issue 4.

3. Shabnam Javdani, Naomi Sadeh, Geri R. Donenberg, Erin M. Emerson, Christopher Houck, Larry K. Brown. Affect recognition among adolescents in therapeutic schools: relationships with posttraumatic stress disorder and conduct disorder symptoms. *Child and Adolescent Mental Health*. November 2016, Volume 21, Issue 4.

4. Rebecca P. Newland, Stephanie H. Parade. Screening and treatment of postpartum depression: Impact on children and families. *The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter*, Volume 32, Issue 1, January 2016, Pages 1–6.

5. Critchell, Angela. Attitudes of parents of preschool children toward parental participation in speech therapy and attitudes of parents of school-age children: A comparison (1990). Graduate Student Theses, Dissertations, & Professional Papers. 8049. URL: <https://scholarworks.umt.edu/etd/8049>

6. Richard Liu. Understanding risk for nonsuicidal self-injury. *The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter*, Volume 32, Issue 1, January 2016, Pages 1–7.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПАЦІЄНТАМИ ОНКОЛОГІЧНОГО ЗАХВОРЮВАННЯ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE EXPERIENCE OF ONCOLOGY PATIENTS

Статтю присвячено дослідженню психологічних особливостей переживання онкохворими пацієнтами свого діагнозу. Обґрунтовано актуальність дослідження шляхом наведення статистичних даних щодо зростання кількості онкологічних захворювань в Україні та світі, акцентування уваги щодо комплексного характеру лікування онкологічних захворювань, який включає як медичний, так і психологічний складник. Показано, що психогенно зумовлені форми нервово-психічних розладів є головним чинником дезадаптації у пацієнтів онкологічної клініки.

Здійснено теоретико-методологічний аналіз останніх досліджень та публікацій із проблеми дослідження, який показав, що емоційний стан онкохворих пов'язаний із механізмами психологічного захисту, когнітивними, емоційними та поведінковими реакціями на кризову та стресову ситуацію. При онкологічному захворюванні людина стикається зі складними психологічними проблемами, які висувають підвищені вимоги до її адаптивного потенціалу.

Досліджено особливості психоемоційного стану та особливості стрес-долаючої поведінки в онкохворих пацієнтів різного віку, здійснено їх порівняння. Отримані під час емпіричного дослідження дані показали підвищені показники тривожності та депресії в онкохворих пацієнтів на стадії лікування, зниження показників фізичного та особливо психологічного компоненту якості життя. Дослідження способів стрес-долаючої поведінки показало, що в більшості пацієнтів яскраво вираженими є неадаптивні деструктивні копінг-стратегії, які мають прямий кореляційний зв'язок із показниками тривожності та депресії та зворотний зв'язок із показниками якості життя. Адаптивні конструктивні копінг-стратегії виражені значно менше і мають протилежний кореляційний зв'язок із зазначеними показниками.

Ключові слова: психоемоційний стан онкохворих, переживання онкологічного діа-

гнозу, якість життя, тривожність, депресія, копінг-стратегії, стрес-долаюча поведінка.

The article is devoted to the study of the psychological features of cancer patients' experience of their diagnosis. The relevance of the research is substantiated by providing statistical data on the increase in the number of oncological diseases in Ukraine and the world, emphasizing the complex nature of the treatment of oncological diseases, which includes both medical and psychological components. It is shown that psychogenically determined forms of neuropsychiatric disorders are the main factor of maladjustment in patients of the oncology clinic.

A theoretical and methodological analysis of the latest research and publications on the research problem was carried out, which showed that the emotional state of cancer patients is related to psychological defense mechanisms, cognitive, emotional and behavioral reactions to crisis and stressful situations. With oncological disease, a person faces complex psychological problems that place increased demands on his adaptive potential.

Peculiarities of psycho-emotional state and peculiarities of stress-overcoming behavior in cancer patients of different ages were studied, and their comparison was made. The data obtained during the empirical study showed increased rates of anxiety and depression in cancer patients at the stage of treatment, a decrease in the indicators of the physical and especially the psychological component of the quality of life. The study of methods of stress-overcoming behavior showed that maladaptive destructive coping strategies are pronounced in most patients, which have a direct correlation with indicators of anxiety and depression and an inverse relationship with indicators of quality of life. Adaptive constructive coping strategies are expressed much less and have an opposite correlation with the indicated indicators.

Key words: psychoemotional state of cancer patients, experiences of cancer diagnosis, quality of life, anxiety, depression, coping strategies, stress-coping behavior.

УДК 159.942.6:616-006

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.47>

Татьянчиков А.О.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Цільмак О.М.

д.юрид.н., професор,
завідувачка кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Яковенко В.Ю.

психолог-консультант,
здобувачка II курсу магістратури
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Онкологічні захворювання є однією з основних причин смертності у світі. За даними ВООЗ, за наступні 20 років у людства може збільшитися кількість ракових захворювань на 60%. Уже сьогодні кількість захворювань сягає 30 млн випадків на рік. Україна посідає друге місце у Європі за темпами поширення раку. За статистикою понад 1,3 млн осіб перебуває на обліку в медичних закладах країни з онкозахворюваннями. Щороку ця цифра зростає більше ніж на 100 тис осіб. Війна в Україні різко порушила глобальні плани щодо профілактики раку в країні та створила передумови для зростання захворюваності у найближчому майбутньому.

Людина, у якої діагностовано онкологічне захворювання, стикається зі складними психологічними проблемами. Переживання, пов'язані з установленням діагнозу, травматичним лікуванням, необхідністю звернення до спеціалізованих медичних установ, труднощами спілкування з оточуючими, втратою працездатності, можуть призводити до соціально-психологічної дезадаптації, суттєво знижують якість життя, можуть ставати додатковою перепоною на шляху до відновлення здоров'я.

Лікування онкохворих має бути реалізоване у комплексному міждисциплінарному підході за участі лікарів, клінічних психологів, реабілітологів, соціальних працівників. Розуміння

психологічного статусу хворого (наявність ознак дезадаптації, тип реагування на хворобу, особливості соціальної взаємодії, домінуючі психоемоційні стани) може відігравати ключову роль у визначенні фокусу психологічної допомоги, підтримки та реабілітації. Психологічний супровід пацієнтів на різних стадіях лікування забезпечує поліпшення емоційного стану, зниження інтенсивності больових відчуттів, актуалізацію цінностей життя та стосунків із близькими.

Метою дослідження було визначення особливостей переживання онкохворими свого діагнозу з подальшим розробленням практичних рекомендацій щодо вироблення адаптивних стратегій поведінки.

Проблемі особливостей психоемоційного стану, різним аспектам психологічної адаптації, способів подолання стресу онкохворих присвячено чимало праць дослідників у галузі психології. У цьому напрямі проводили дослідження Н. Родіна, К. Хак, Д. Спют, І. Сергет, С. Лукомська, О. Власова-Чмерук, О. Долгова, В. Березянська, Н. Тавровецька, А. Чиж, В. Green, J. Rowland, В. Зливков, О. Кирилова, Є. Кирилова, І. Вострокнутов, П. Боднар, І. Мухаровська, Ю. Мартинова та ін.

Дослідження, проведені в межах нового напрямку сучасної психосоматики «психоонкології» (С. Грір, М. Давидов, Т. Левін, В. Кисан, Д. Спют, К. Хак, Дж. Холланд), показали, що якість життя онкологічних хворих має велику прогностичну значущість щодо виживання [7].

Як зазначають дослідники та практичні фахівці, у цілому онкологічні захворювання сприймаються людьми набагато важче, ніж будь-які інші. Часто це пов'язано з негативними установками, що рак є важким невиліковним захворюванням, а онкологічний діагноз ототожнюється з неминучою смертю [3; 5; 7].

Однією з особливостей онкологічного захворювання є те, що вже на етапі постановки діагнозу людина сприймає ситуацію свого захворювання як екстремальну. Характерним для екстремальної ситуації є відчуття надсильного стресу, потужний тиск зовнішніх обставин, який часто перевищує внутрішні адаптаційні можливості людини. Таке сприйняття важкої хвороби створює можливість для зниження відповідальності людини за своє здоров'я, яке створює можливість для погіршення якості її життя. Отже, онкологічне захворювання, починаючи з факту встановлення діагнозу, є важкою психічною травмою [5; 7].

У сучасній медико-психологічній літературі виділяють низку психологічних особливостей онкохворих. Зокрема, зазначається, що онкохворих об'єднує пригнічення своїх емоцій, приховування своїх потреб, відчуття власної недосконалості. Характерними особливостями онкохворих є збіднення емоційної

сфери, утрата важливих соціальних стосунків, їх холодність [1].

За даними дослідження І. Сергет, онкологічне захворювання призводить до трансформації життєвих цінностей особистості, що проявляється зміною спрямованості інтересів та сенсу життя на цінності, які сконцентровані навколо комфорту власного «Я» [6].

Важливу роль у вивченні внутрішньої картини хвороби відіграє виявлення домінуючих механізмів психологічного захисту, стратегій подолання та пристосування (копінг-механізмів) із боку пацієнта. У найбільш широкому розумінні копінг-механізми реалізуються через стратегії вирішення проблеми, пошук соціальної підтримки, уникнення [9].

Різними аспектами вивчення копінг-стратегій в онкохворих займалися Н. Родіна, Ю. Мартинова, С. Лютгендорф (S. Lutgendorf), М. Антоні (M. Antoni), М. Кумар (M. Kumar) та ін.

Як зазначає Н. Родіна, яка досліджувала особливості копінг-поведінки жінок із раком молочної залози, у структурі копінг-поведінки пацієнтів виділяються дві групи копінг-стратегій: «копінг, що уникає» і «копінг, що потребує зусиль». Найбільш виразною стратегією подолання, характерною для онкохворих жінок, виступав пошук соціальної підтримки [4]. Ю. Мартинова визначає маркери психічної дезадаптації, які міцно пов'язані з особливостями стилю захисної і стрес-долаючої поведінки [2]. С. Лютгендорф (S. Lutgendorf), М. Антоні (M. Antoni), М. Кумар (M. Kumar) пов'язують зниження адаптивності онкологічних хворих із захисними стратегіями, спрямованими на уникнення стресу (відмова, уникнення, самозвинувачення). Тривога, пов'язана з актуальним станом, та занепокоєність майбутнім лікуванням є причинами сповільненої адаптації пацієнта [8].

Емпіричне дослідження проводилося на базі онкологічного відділення одного з лікувальних закладів м. Одеси. Вибірку дослідження становили 42 особи у віці від 25 до 74 років (25 жінок та 17 чоловіків), які проходили лікування в умовах денного стаціонару. Середній вік представників вибірки становив $57,6 \pm 12,3$ року. Середній вік жінок у вибірці – $55,7 \pm 12,2$, чоловіків – $60,5 \pm 12,4$ року. Усі представники вибірки мали онкологічне захворювання I–IV стадій різної локалізації.

Для дослідження рівня тривожності та депресії використовувалася госпітальна шкала тривоги і депресії HADS, яка дає змогу отримати дані за двома підшкалами, – тривоги (Т) та депресії (D). Для оцінки якості життя пацієнтів з онкологічними захворюваннями використовувався опитувальник неспецифічної якості життя MOS SF-36, який визначає фізичний компонент здоров'я (фізичне функціонування, рольове фізичне функціонування,

інтенсивність болю, загальний стан здоров'я) та психологічний компонент здоров'я (життєва активність, соціальне функціонування, рольове емоційне функціонування, психічне здоров'я). Копінг-стратегії, які домінують в онкохворих, досліджувалися за допомогою опитувальника «Способи долаючої поведінки» (WCQ) Р. Лазаруса в адаптації Т. Крюкової. Опитувальник дає змогу визначити рівень вираженості таких копінг-стратегій: конфронтаційний копінг, пошук соціальної підтримки, планування вирішення проблеми, самоконтроль, дистанціювання, позитивна переоцінка, прийняття відповідальності, втеча-уникнення.

Результати попереднього анкетування за спеціально розробленою анкетой показали, що більшість респондентів оцінює свій психоемоційний стан як задовільний. Значна частина пацієнтів указує на тривогу (62%), депресію (43%), втрату сенсу життя (38%), небажання жити далі (7%), апатію до всього (36%). Натомість певна кількість пацієнтів описує свій стан як добрий (24%), відчуває творче піднесення та сили боротися і жити далі (14%).

Серед ресурсів, на які спираються у своєму стані, респонденти найчастіше заявляють про сім'ю та рідних (71%), друзів (21%), роботу або бізнес (36%), хобі (захоплення) (24%), творчість або книги (26%). 12% респондентів зізналися, що зловживають алкоголем, палінням, зануренням до комп'ютерних ігор. Про відсутність ресурсів для підтримки заявили 10% респондентів.

Проаналізувавши відповіді онкохворих пацієнтів, ми виявили закономірність: пацієнти, у яких є певний ресурс та підтримка (близькі, друзі, робота, захоплення), набагато рідше вказують на несприятливі емоційні стани та втрату сенсу життя.

Серед найбільш виражених проблем, з якими стикаються онкохворі, найчастіше відзначаються такі: матеріальні (76%), самотність (40%), відсутність соціальної підтримки (38%), втрата працездатності (40%), фізичні страждання (33%).

Для дослідження показників тривожності, депресії, якості життя, а також домінуючих копінг-стратегій ми вирішили поділити вибірку за віковим критерієм з огляду на різне реагування на хворобу пацієнтів різного віку. Так, загальна вибірка була поділена нами відповідно до класифікації віку ВООЗ

на три групи: 20–44 роки (молодий вік, 17%), 45–59 років (середній вік, 31%), 60–74 роки (похилий вік, 52%).

Аналіз отриманих даних показав, що тривога та депресія дещо по-різному проявляються у пацієнтів із різних вікових груп (табл. 1).

Найвищі середні показники тривоги спостерігаються у пацієнтів молодшої та середньої вікових груп, причому жінки виявляються тривожнішими за чоловіків у всіх виділених вікових групах. Переважна більшість представників усіх вікових груп має клінічно виражену тривогу помірного ступеня. Виняток становлять лише чоловіки найстаршої вікової групи – у ній більшість має субклінічно виражену тривогу. Якщо для молодого та зрілого віку тривожні переживання часто пов'язані з імовірністю втрати працездатності, то для похилого віку тривожні думки часто пов'язані зі страхом смерті. У похилому віці також часто зустрічається недооцінка важкості хвороби через зниження критики, інтелектуальної неспроможності, ейфорії, що з'являється унаслідок недостатності кровообігу.

Депресивні стани більш властиві пацієнтам молодого віку. Найменш вираженою депресія є у похилому віці. В основі депресивних проявів лежать втрата життєвої перспективи, крах планів, різка зміна звичного стилю життя. У середньому віці рівень депресії у чоловіків значно перевищує цей показник у жінок, що вказує на те, що чоловіки більше схильні до депресії, вони важче переносять хворобу та втрату працездатності. Найменш вираженою депресія є у похилому віці.

Життя з онкологічним захворюванням стає більш ускладненим як фізично, так і психологічно. Хворим стає важче обслуговувати себе, виконувати щоденні звичайні дії, підтримувати існуючі та встановлювати нові соціальні стосунки, підтримувати емоційну стійкість, активність, виконувати соціальні ролі. У таких ситуаціях часто йдеться про зниження якості життя. Під якістю життя розуміється інтегральний показник, який включає у себе задоволеність фізичним, психологічним та соціальним станом.

Дослідження якості життя онкохворих пацієнтів показало суттєве зниження фізичного та особливо психологічного компоненту здоров'я (табл. 2).

Як показують отримані дані, середній показник якості життя, зумовленої психоло-

Таблиця 1
Результати дослідження показників тривоги та депресії онкохворих (M ± σ)

Показник	20–44 роки		45–59 років		60–74 роки		Заг.рівень
	Жін.	Чол.	Жін.	Чол.	Жін.	Чол.	
Тривога	13,8±3,2	12,3±4,1	13,3±4,7	11,7±5,8	12,1±3,2	8,4±3,1	11,9±4,9
Депресія	14,5±1,8	14,7±2,6	13,7±2,7	15,9±3,1	11,1±2,2	7,3±1,6	12,9±3,9

Таблиця 2

Результати дослідження якості життя онкохворих (M ± σ)

Шкала	20–44 роки	45–59 років	60–74 роки	Загальний показник
Фізичний компонент здоров'я	69,5±4,1	64,6±5,2	45,1±4,6	59,7±4,5
Психологічний компонент здоров'я	32,8±3,9	59,3±5,4	42,5±3,6	44,9±4,4

Таблиця 3

Дані щодо рівня вираженості копінг-стратегій в онкохворих (M ± σ)

Копінг-стратегія	Загальний показник	20–44 роки	45–59 років	60–74 роки
Конфронтація	50,7±4,5	45,7±4,2	50,8±4,1	55,7±3,9
Дистанціювання	60,2±4,9	64,3±3,9	62,1±3,5	54,2±2,7
Самоконтроль	47,4±4,3	47,2±3,3	49,8±4,2	45,4±3,8
Пошук соціальної підтримки	65,3±3,7	57,8±3,1	68,7±3,3	69,3±3,2
Прийняття відповідальності	42,0±4,1	40,1±3,6	47,4±3,8	38,4±3,1
Утеча-уникнення	60,3±4,2	62,7±3,5	65,1±4,1	53,2±4,0
Планування рішень	40,0±3,9	42,1±3,4	45,3±3,8	32,6±2,7
Позитивна переоцінка	41,1±5,4	35,5±3,1	47,9±4,9	41,8±3,3

гічними чинниками, значно нижче, отже, при онкологічному захворюванні саме психологічні чинники найбільше знижують якість життя та суб'єктивне переживання хвороби. Водночас низький рівень психічного здоров'я суттєво знижує задоволення життям, адаптаційні резерви організму, здатність як протидіяти захворюванню, так і протистояти життєвим труднощам, стресовим ситуаціям.

Якість життя за фізичним компонентом є найвищою у молодому віці та найнижчою – у похилому. Це пояснюється фізіологічними процесами старіння в організмі, наявністю супутніх хронічних захворювань та їх ускладнень, зниженням загальної опірності організму. Окрім того, у похилому віці найчастіше хворі мають онкозахворювання III або IV стадії, що також негативно відбивається на їхньому фізичному стані, вони також набагато важче переносять лікування.

Щодо психологічного компоненту якості життя, то найнижчі середні результати фіксуються у молодому віці, а найвищі – у середньому. Це зумовлюється тим, що тривожність та депресія більше властиві молодим пацієнтам та менше характерні для людей похилого віку. У середньому віці більш високі показники якості життя, вочевидь, можуть зумовлюватися тим, що люди дієздатного віку виробили способи задоволення потреби в спілкуванні та знаходять можливість взаємодіяти із соціумом навіть у стані хвороби або під час лікування.

Наступним етапом нашого дослідження стало вивчення домінуючих копінг-стратегій в онкохворих. У результаті обробки отриманих емпіричних даних було виділено середні показники представленості копінг-стратегій,

обчислено стандартне відхилення для визначення рівня розсіювання показників навколо середніх значень (табл. 3).

Дослідження способів долаючої поведінки показало, що в більшості пацієнтів яскраво вираженими є неадаптивні деструктивні копінг-стратегії «конфронтація», «утеча-уникнення», «дистанціювання». Також сильно вираженою є умовно адаптивна копінг-стратегія «пошук соціальної підтримки». Найменше проявляються адаптивні копінг-стратегії «планування рішень», «прийняття відповідальності», «позитивна переоцінка».

Так, було встановлено, що найбільш тривожними є пацієнти з яскраво вираженими копінг-стратегіями «самоконтроль» ($r=0,38$; $p\leq 0,05$), «пошук соціальної підтримки», ($r=0,53$; $p\leq 0,01$) «конфронтація» ($r=0,37$; $p\leq 0,05$). Найменше тривожність проявляється за вираження копінг-стратегій «планування рішень» ($r=-0,47$; $p\leq 0,01$), «позитивна переоцінка» ($r=-0,51$; $p\leq 0,01$). Депресивні стани прямо пропорційно пов'язані з копінг-стратегіями «дистанціювання» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$), «утеча-уникнення» ($r=0,43$; $p\leq 0,01$), натомість значущий зворотний зв'язок виявлено зі стратегіями «пошук соціальної підтримки» ($r=-0,35$; $p\leq 0,05$), «планування рішень» ($r=-0,62$; $p\leq 0,01$), «позитивна переоцінка» ($r=-0,6$; $p\leq 0,01$).

Якість життя за фізичним компонентом здоров'я має прямі значущі кореляційні зв'язки з копінг-стратегіями «планування рішень» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$) та «позитивна переоцінка» ($r=0,38$; $p\leq 0,05$), зворотні – зі стратегією «конфронтація» ($r=-0,42$; $p\leq 0,01$).

Якість життя за психологічним компонентом здоров'я має прямі значущі кореляційні

зв'язки з копінг-стратегіями «пошук соціальної підтримки» ($r=0,51$; $p\leq 0,01$), «планування рішень» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) «позитивна переоцінка» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$), зворотні – зі стратегіями «втеча-уникнення» ($r=-0,44$; $p\leq 0,01$) та «прийняття відповідальності» ($r=-0,33$; $p\leq 0,05$).

Додатково досліджено кореляційні зв'язки віку з копінг-стратегіями. Так, встановлено, що вираженість копінг-стратегій «конфронтація» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$) та «пошук соціальної підтримки» ($r=0,37$; $p\leq 0,05$) зростає з віком, а вираженість копінг-стратегії «дистанціювання», навпаки, спадає ($r=-0,38$; $p\leq 0,05$).

Таким чином, найбільш адаптивними та конструктивними способами долаючої поведінки при онкологічних захворюваннях є «пошук соціальної підтримки», «позитивна переоцінка», «планування рішень». Неадаптивними та деструктивними виявилися стратегії «дистанціювання», «втеча-уникнення», «конфронтація». Отже, у результаті спрямованої корекційної роботи можна розвивати в пацієнтів більш адекватні поведінкові стратегії, які можуть суттєво полегшити психологічний та частково фізичний стан онкохворих, підвищити ефективність процесу лікування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Березянська В.В. Психологічний портрет онкохворих. Транзакційний підхід. *Молодий вчений*. 2018. № 10(62). С. 20–24.
2. Мартинова Ю.Ю. Особливості психологічних компенсаторно-адаптаційних механізмів у жінок, які перенесли мастектомію. *Український вісник психоневрології*. 2013. Т. 21. Вип. 2(75). С. 81–87.
3. Мухаровська І.Р. Якість життя онкологічних хворих на етапах лікувального процесу. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2017. № 1(7). Т. 4. С. 91–95.
4. Родіна Н.В. Копінг-поведінка пацієнтів із раком молочної залози. Структура та детермінанти. *Наука і освіта*. 2012. № 3. С. 86–91.
5. Сергет І.В. Переживання особистістю онкологічного захворювання як кризової ситуації. *Одинадцяті Сіверянські соціально-психологічні читання: матеріали Міжнародної наукової онлайн-конференції*, м. Чернігів, 27 листопада 2020 р. / за наук. ред. О.Ю. Дроздова, І.І. Шлімакової. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2021. С. 229–231.
6. Сергет І.В. Трансформація життєвих цінностей осіб, хворих на онкологію. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. № 2. С. 35–40.
7. Holland J.C., Breitbart W.S., Jacobsen P.B. and al. *Psycho-Oncology*. Oxford: Oxford University press, 2015. 772 p.
8. Lutgendorf S., Antoni M., Kumar M., Schneiderman N. Changes in cognitive coping strategies predict EBV-antibody titre change following a stressor disclosure induction. *Journal of Psychosomatic Research*. 1994. № 38(1). P. 63–78.
9. Spiegel D. Mind matters: Coping and cancer progression. *Journal of psychosomatic research*. 2001. Vol. 50(5). P. 287–290.

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ

Шановні колеги! Питання академічної доброчесності є надзвичайно актуальними у наш час. Враховуючи великі масиви інформації, що з'являються у всесвітній мережі, жоден вчений не може бути впевненим, що його авторське право захищене. Крім того, поширеною є ситуація, коли декілька вчених в одній галузі науки користуються однаковими джерелами інформації, а в результаті безкоштовні програми пошуку плагіату засвідчують стовідсоткові збіги тексту, що може призвести до безпідставних звинувачень у плагіаті, особливо після перевірки за базою даних авторефератів та дисертацій. Це викликано тим, що порівняння з іншими дисертаціями не вказує на використання спільних першоджерел (статей, монографій, статистичних щорічників, словників тощо), а однозначно визначає тільки збіг тексту, ігноруючи навіть цитати. Важливим є також те, що чинне законодавство однозначно визначає, що перевірку може здійснювати виключно установа за профілем дослідження, а не поширені в мережі безкоштовні програми. Для уникнення подібних ситуацій ми пропонуємо Вам скористатися науковою **послугою оцінки технічної унікальності наукового тексту** за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення, яке гарантує похибку перевірки до 3%. Переваги такої перевірки порівняно з іншими методами:

- Ви *укладаєте угоду* про надання послуг;
- Ваш файл *не розміщується у мережі*, тобто інформація і авторство залишаються анонімними;
- Ви *отримуєте звіт*, підготовлений за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення; *порівняльну таблицю* однакових фрагментів тексту із зазначенням джерела; *офіційний звіт про надану послугу* із зазначенням результатів;
- Ви отримуєте вичерпну інформацію про текстові збіги у Вашому дослідженні та дослідженнях інших авторів не тільки *українською, але і російською та англійською мовами*;
- Ви користуєтесь програмним забезпеченням, яке використовується *тільки спеціалізованими науковими та освітніми установами* і розроблене виключно для пошуку текстових збігів *саме у наукових дослідженнях*, а не у публіцистиці, рекламних веб-сайтах тощо;
- Виключна робота з авторами – ніхто, крім автора тексту, не зможе замовити у нас перевірку цього тексту, що *убезпечить Вас від перевірок третіми особами*;
- Ви отримуєте можливість коректно оформити посилання на першоджерела;
- Існує можливість перевірки *будь-яких наукових досліджень*: статей, рефератів, авторефератів, дисертацій, доповідей, тез, звітів тощо.

Терміни і вартість перевірки і надання звіту:		
Характер наукової роботи	Терміни (робочих днів)	Вартість
Докторська дисертація	5 – 10	5500 грн
Кандидатська дисертація	3 – 7	3500 грн
Автореферат	1 – 2	500 грн
Стаття (обсягом до 12 сторінок)	1 – 2	500 грн
Інші види робіт	За домовленістю	За домовленістю

Для того, щоб замовити послугу, Вам необхідно звернутись електронною поштою до Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій, вказавши у темі листа «Оцінка унікальності тексту». У листі вкажіть адресу для листування, додайте файл у форматі MS Word з текстом наукового дослідження. Фахівець відповідного відділу надасть Вам відповідь щодо процедури здійснення експертизи.

Контактна особа:

Партенюха Дар'я – молодший науковий співробітник

Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

+38 (048) 709-38-69

+38 (093) 253-57-15

info@iei.od.ua

З повагою
дирекція Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 58

Коректура • Я. Вишнякова

Комп'ютерна верстка • Ю. Семенченко

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 22,21. Ум. друк. арк. 22,20.

Підписано до друку 27.02.2024. Замов. № 0424/256. 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.