

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 59



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 № 3 від 25.03.2024 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**СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Калиняк О.Т., Козаченко О.О.**РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ СУЧАСНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ У ВІРТУАЛЬНОМУ ПРОСТОРИ:
ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНИХ СТРАТЕГІЙ13**Сорокіна О.С., Проценко О.С.**

ДОСВІД ВІДЧУТТЯ ЗАГРОЗИ ЖИТТЯ В СОЦІАЛЬНІЙ ВЗАЄМОДІЇ МОЛОДІ.....20

Терещенко А.А., Мороз В.М.СУЧАСНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНИ У ВИМІРІ СОЦІОЛОГІЇ:
ІНСТИТУЦІЙНІ, КОНТЕКСТНІ Й ТЕХНОЛОГІЧНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ.....25**Черних Г.А.**ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ Й ІНШИХ
МАЛОМОБІЛЬНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ В УКРАЇНІ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОЇ
СОЦІОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНОЇ ІНКЛЮЗІЇ.....30**СЕКЦІЯ 2****СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Стригуль М.В.**СИМВОЛІЧНІ БІНАРНІ ОПОЗИЦІЇ В СТРУКТУРАЛІСТСЬКОМУ ДОСЛІДЖЕННІ
КАБІЛЬСЬКОЇ ОСЕЛІ П'ЄРА БУРДЬО (НА МАТЕРІАЛАХ ДОДАТКУ ДО
«ЛОГІКИ ПРАКТИКИ»). ЧАСТИНА 1.....36**Фесенко А.М., Чорна В.О.**ГРОМАДСЬКА ДУМКА НА ІСТОРИЧНОМУ ШЛЯХУ ІНСТИТУЦІОНАЛІЗАЦІЇ
В СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНОГО КОНТРОЛЮ МАС (КРИТИЧНИЙ АНАЛІЗ)41**СЕКЦІЯ 3****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Заграй Л.Д.**

ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ У СТРУКТУРІ ЕМОЦІЙНОГО РЕСУРСУ ПЕДАГОГА.....52

Фалько Н.М., Остополець І.Ю., Шарапова Ю.В.ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ В КОНТЕКСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ
ОСОБИСТОСТІ.....57**Харченко А.С., Юдіна Н.О., Гончарова Н.О.**ВНЕСОК УКРАЇНСЬКИХ ПСИХОЛОГІВ ПЕРШОЇ ЧВЕРТІ ХХІ СТОЛІТТЯ
В РОЗРОБЛЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО
БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ.....61**СЕКЦІЯ 4****ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Бондаренко Н.П., Жумар Д.М.**ВПЛИВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ
ПАТОХАРАКТЕРОЛОГІЧНИХ РИС У ДИТЯЧОМУ ТА ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....66

Заброцький М.М., Лесніченко Н.П. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ ДО ПІДЛІТКІВ У ПОВНИХ ТА НЕПОВНИХ СІМ'ЯХ.....	72
Клак В.О., Волженцева І.В. ЕМОЦІОГЕННІ ЗАСОБИ У ПСИХОКОРЕКЦІЇ КОМУНІКАТИВНИХ ПОРУШЕНЬ У ДОШКІЛЬНИКІВ З АУТИЗМОМ В УМОВАХ ГРУП ЗМІШАНОГО ВІКОВОГО СКЛАДУ.....	78
Лисенкова І.П., Салєва Д.О. ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ТА СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ У МОЛОДШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	83
Логвінова Д.В., Логвінов О.В. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДИХ ЖІНОК 20 РОКІВ У ЗВ'ЯЗКУ З ЇХНІМИ ЦІННІСНИМИ ОРІЄНТАЦІЯМИ.....	88
Мирошник О.Г. ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ СПРЯМОВАНОСТІ.....	96
Мосол Н.О. МІЖОСОБИСТІСНА ДОВІРА ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО АНАЛІЗУ.....	101
Сахно П.І., Данілова Д.Е., Лутцева М.Д. ДОСЛІДЖЕННЯ ІГРОВОЇ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ В ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ТРАНЗИТИВНОГО СУСПІЛЬСТВА.....	107
Харченко А.С., Гончарова Н.О., Юдіна Н.О. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ З РІЗНОЮ АДАПТАЦІЄЮ ТА ЕМОЦІЙНИМИ БАР'ЄРАМИ У СПІЛКУВАННІ.....	113
Яновська Т.А., Гончарова Н.О. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ З ОБМЕЖЕНИМИ ПСИХОФІЗИЧНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ.....	118

СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Безсмертна О.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	123
Гулак Л.С. ОСОБЛИВОСТІ ПОНЯТТЯ «ЕТНІЧНА ІДЕНТИЧНІСТЬ» ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	128
Денисенко А.О., Адашкевич В.О. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВЖИВАННЯ СТАРШИМИ ПІДЛІТКАМИ АЛКОГОЛЮ.....	135
Derpoliuk O.Ye. MEDITATION AS ONE OF THE WAYS OF PREVENTING EMOTIONAL DISORDER WHEN WORKING WITH WOMEN IN EMIGRATION.....	141
Жарікова С.Б. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОМПОНЕНТІВ ПОТЕНЦІАЛУ САМОЗМІН ТА ФОРМ БАЗОВОЇ ДОВІРИ У СТУДЕНТІВ.....	146

Коренева Ю.П., Мухіна Л.М., Маркіна М.С. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДОЇ ОСОБИ ВСТУПАТИ У ШЛЮБ.....	151
Красуля О.М. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОГНІТИВНИХ СХЕМ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ.....	156
Лізун А.В. ОСОБИСТІСНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ ЗВ'ЯЗОК З ЕФЕКТИВНІСТЮ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	161
Ніколаєв Л.О., Войтенко О.В. АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС ДОРОСЛОГО В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ.....	166
Пелех Г.Я., Волошок О.В. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЖІНОК-МАТЕРІВ	172
Saveliuk N.M., Zelenkova V.V. PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF UKRAINIANS DURING WAR.....	178
Савінок А.В. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВИМУШЕНИМ МІГРАНТАМ ПІД ЧАС ПОШУКУ РЕСУРСІВ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В РАЗІ ТРАВМІВНОЇ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ СИТУАЦІЇ.....	184
Хілько С.О. ВПЛИВ ТОЛЕРАНТНОСТІ Й ІНТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ НА САМОАКТУАЛІЗАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ: ЕМПІРИЧНИЙ ВИМІР.....	190
Чорнокульський І.С., Свиридов Д.В. РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ У ЗНИЖЕННІ ЧОЛОВІЧОЇ СТАТЕВОЇ ФУНКЦІЇ.....	196

СЕКЦІЯ 6

ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

Короп С.В., Рудич К.В. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЬОТЧИКІВ ШТУРМОВОЇ АВІАЦІЇ ДО ВЕДЕННЯ МАНЕВРЕНИХ ПОЛЬОТІВ З ВЕЛИКИМИ ПЕРЕВАНТАЖЕННЯМИ.....	201
Полтєва Н.В. ПРАКТИЧНІ НАПРЯМИ ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ У ВІЙСЬКОВИХ КЕРІВНИКІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	206
Сошніков С.Г., Рябущенко О.Г. ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА РІВЕНЬ БЕЗПЕКИ СУДНОПЛАВСТВА – АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ШЛЯХІВ І МЕТОДІВ ЗНИЖЕННЯ ЦЬОГО ВПЛИВУ.....	211

СЕКЦІЯ 7**СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Астремська І.В., Абдурахманов Р.С., Біляєва А.А.**ВПЛИВ ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ
ТА РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ У РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ.....215**Воляннюк Н.Ю., Ложкін Г.В., Фомич М.В.**

ПСИХОЛОГІЧНА ДЕТЕРМІНАЦІЯ ПОМИЛКОВИХ ДІЙ СУБ'ЄКТА ДІЯЛЬНОСТІ.....219

Зарічанський О.А.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ КОРУПЦІЙНИХ ДІЯНЬ 225

Казачук О.С.

МОТИВАЦІЙНИЙ ШЛЯХ КАНДИДАТА В СУДДІ.....230

Усик К.М.РАКУРСИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЗАРУБІЖНИХ
І ВІТЧИЗНЯНИХ НАУКОВИХ СТУДІЯХ..... 234**Філоненко В.М.**

ДЕЗАДАПТИВНІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....239

Шпортун А.М.ГЕНЕЗА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУТНОСТІ ФЕНОМЕНА
«СОЦІАЛЬНИЙ ІНТЕЛЕКТ».....244**СЕКЦІЯ 8****ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Вольнова Л.М.**СПІЛЬНА ТРАВМАТИЧНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ПЕРСПЕКТИВИ
ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ МЕДІАРЕАБІЛІТАЦІЇ.....249**Ibrahimova Sh.A.**EXPLANATION AND INTERPRETATION OF DREAMS
IN PSYCHODYNAMIC PSYCHOTHERAPY.....256**Клименко І.С., Юристовська Н.Я., Мунтян Л.Я.**РОЛЬ МЕДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я
В УМОВАХ ЗБРОЙНОЇ АГРЕСІЇ РОСІЙСЬКОЇ ФЕДЕРАЦІЇ..... 263**Козира П.В.**ДЕЗІНТОКСИКАЦІЙНА ТЕРАПІЯ ЯК ОСНОВНИЙ МЕТОД ПОДОЛАННЯ
АЛКОГОЛЬНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ.....268**Коренєва Ю.П., Ляшко А.В., Маркіна М.С.**ФОРМУВАННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ
У ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....273**Мозгова Г.П.**ОСОБЛИВОСТІ ЗВ'ЯЗКІВ РОЗЛАДУ ДЕФІЦИТУ УВАГИ І ГІПЕРАКТИВНОСТІ
ТА РОЗЛАДІВ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ: АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ.....281**Науменко А.В., Родіна Н.В.**ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНИХ МЕТОДІВ РОБОТИ
З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ..286

Руденко Л.М.

ТЕОРЕТИКО-ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СТУПЕНЯ ЕФЕКТИВНОСТІ
НЕМЕДИКАМЕНТОЗНИХ МЕТОДІВ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ
ІЗ РОЗЛАДОМ ДЕФІЦИТУ УВАГИ ТА ГІПЕРАКТИВНІСТЮ.....292

Савенкова І.І., Венгер Г.С., Фрунзе О.В.

РОЛЬ МЕНТАЛІЗАЦІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДАХ
ТА ЗМЕНШЕННІ МІЖОСОБИСТІСНОГО ДИСТРЕСУ.....297

СЕКЦІЯ 9

ПСИХОЛОГІЯ КОМУНІКАЦІЇ

Мартич В.О., Хайрулін О.М.

ТЕОРІЯ І ЗАГАЛЬНІ КОНЦЕПЦІЇ ВНУТРІШНІХ КОМУНІКАЦІЙ
ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ.....305

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ.....311

CONTENTS

SECTION 1**SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Kalyniak O.T., Kozachenko O.O.**REPRESENTATION OF MODERN UNIVERSITIES IN VIRTUAL SPACE:
PECULIARITIES OF THE COMMUNICATION STRATEGIES 13**Sorokina O.S., Protsenko O.S.**THE EXPERIENCE OF SENSE OF THREAT TO LIFE IN SOCIAL INTERACTION
OF YOUTH 20**Tereshchenko A.A., Moroz V.M.**THE MODERN UNIVERSITY OF UKRAINE IN THE DIMENSION
OF SOCIOLOGY: INSTITUTIONAL, CONTEXTUAL AND TECHNOLOGICAL
TRANSFORMATIONS 25**Chernykh H.A.**THE PROBLEM OF SOCIAL ADAPTATION OF PEOPLE WITH DISABILITIES
AND OTHER LOW-MOBILITY GROUPS IN UKRAINE IN THE CONTEXT
OF THE MODERN SOCIOLOGY OF SOCIAL INCLUSION 30**SECTION 2****SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS****Stryhul M.V.**SYMBOLIC BINARY OPPOSITIONS IN PIERRE BOURDIEU'S STRUCTURALIST
STUDY OF THE CABYLIAN HOUSE (BASED ON THE MATERIALS
OF THE APPENDIX TO THE LOGIC OF PRACTICE). PART 1 36**Fesenko A.M., Chorna V.O.**PUBLIC OPINION ON THE HISTORICAL PATH OF INSTITUTIONALIZATION
IN THE SYSTEM OF SOCIAL CONTROL OF THE MASSES
(CRITICAL ANALYSIS) 41**SECTION 3****GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Zahrai L.D.**EMOTIONAL STABILITY IN THE STRUCTURE OF THE EMOTIONAL RESOURCE
OF A TEACHER 52**Falko N.M., Ostopolets I.Yu., Sharapova Yu.V.**TOLERANCE TO UNCERTAINTY IN THE CONTEXT
OF PERSONALITY RESILIENCE 57**Kharchenko A.S., Yudina N.O., Honcharova N.O.**CONTRIBUTION OF UKRAINIAN PSYCHOLOGISTS OF THE FIRST QUARTER
OF THE 21ST CENTURY TO THE DEVELOPMENT OF THE ISSUE
OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS 61

SECTION 4

DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY

Bondarenko N.P., Zhumar D.M.

INFLUENCE OF FAMILY EDUCATION ON THE FORMATION OF PATHOCHARACTERISTIC TRAITS IN CHILDHOOD AND ADOLESCENT AGE 66

Zabrotskiy M.M., Liesnichenko N.P.

THE PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MOTHERS' ATTITUDES TOWARDS ADOLESCENTS IN FULL AND SINGLE-PARENT FAMILIES 72

Klak V.O., Volzhentseva I.V.

EMOTIONOGENIC METHODS IN THE PSYCHOCORRECTION OF COMMUNICATION DISORDERS IN PRESCHOOLERS WITH AUTISM IN GROUPS OF MIXED AGE COMPOSITION 78

Lysenkova I.P., Salieva D.O.

STUDY OF RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL STATES AND SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION IN YOUNG ADOLESCENTS 83

Lohvinova D.V., Lohvinov O.V.

FEATURES OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF 20 YEARS OLD YOUNG WOMEN IN RELATION TO THEIR VALUE ORIENTATIONS 88

Myroshnyk O.H.

EMOTIONAL INTELLIGENCE OF HIGHER EDUCATION STUDENTS WITH DIFFERENT TYPES OF ORIENTATION 96

Mosol N.O.

INTERPERSONAL TRUST AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL ANALYSIS 101

Sakhno P.I., Danilova D.E., Luttseva M.D.

STUDY OF INTERNET GAMING ADDICTION AMONG ADOLESCENTS IN THE CONDITIONS OF A TRANSITIVE SOCIETY 107

Kharchenko A.S., Honcharova N.O., Yudina N.O.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SOCIAL INTELLIGENCE OF STUDENTS WITH DIFFERENT ADAPTATION AND EMOTIONAL BARRIERS IN COMMUNICATION 113

Yanovska T.A., Honcharova N.O.

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF SENIOR PRE-SCHOOL STUDENTS WITH LIMITED PSYCHO-PHYSICAL CAPABILITIES 118

SECTION 5

PERSONALITY PSYCHOLOGY

Bezsmertna O.V.

PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF POST-TRAUMATIC GROWTH OF PARTICIPANTS IN COMBAT ACTIONS 123

Hulak L.S.

FEATURES OF THE CONCEPT "ETHNIC IDENTITY" AS AN IMPORTANT COMPONENT OF PERSONAL SELF-AWARENESS 128

Denysenko A.O., Adashkevych V.O. PSYCHOLOGICAL REASONS FOR ALCOHOL CONSUMPTION BY OLDER ADOLESCENTS.....	135
Derpoliuk O.Ye. MEDITATION AS ONE OF THE WAYS OF PREVENTING EMOTIONAL DISORDER WHEN WORKING WITH WOMEN IN EMIGRATION	141
Zharikova S.B. SPECIFICITY OF THE INTERRELATION BETWEEN THE SELF-CHANGE POTENTIAL COMPONENTS AND THE FORMS OF BASIC TRUST IN STUDENTS.....	146
Koreniewa Yu.P., Mukhina L.M., Markina M.S. THE PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF A YOUNG INDIVIDUAL TO ENTER INTO MARRIAGE.....	151
Krasulia O.M. FEATURES OF THE CORRELATION OF COGNITIVE SCHEMES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF POLICE EMPLOYEES.....	156
Lizun A.V. INDIVIDUAL PERSONALITY TRAITS AND THEIR RELEVANCE TO THE EFFECTIVENESS IN PROFESSIONAL ACTIVITY	161
Nikolaiev L.O., Voitenko O.V. ASSERTIVENESS AS A PERSONAL RESOURCE OF AN ADULT IN THE CONDITIONS OF THE SOCIAL CRISIS	166
Pelexh H.Ya., Voloshok O.V. PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF WOMEN-MOTHERS	172
Saveliuk N.M., Zelenkova V.V. PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF UKRAINIANS DURING WAR.....	178
Savinok A.V. PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO FORCED MIGRANTS IN FINDING RESOURCES FOR COPING WITH STRESS DURING A TRAUMATIC PSYCHOSOCIAL SITUATION	184
Khilko S.O. THE INFLUENCE OF TOLERANCE AND INTOLERANCE TO UNCERTAINTY ON THE SELF-ACTUALIZATION OF THE PERSONALITY: AN EMPIRICAL DIMENSION.....	190
Chornokulskyi I.S., Svyrydov D.V. THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL FACTORS IN DECREASING MALE SEXUAL FUNCTION.....	196

SECTION 6

PSYCHOLOGY OF WORK

Korop S.V., Rudych K.V. PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ATTACK AIRCRAFT PILOTS FOR MANOEUVRE FLIGHTS WITH HIGH OVERLOADS.....	201
---	-----

Poltieva N.V.
 PRACTICAL DIRECTIONS OF FORMATION AND DEVELOPMENT OF LEADERSHIP
 POTENTIAL OF MILITARY LEADERS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE
 UNDER MARTIAL LAW..... 206

Soshnikov S.H., Riabushchenko O.H.
 PSYCHO-PHYSIOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE LEVEL
 OF SHIPPING SAFETY – ANALYSIS OF MODERN WAYS AND METHODS
 OF REDUCING THIS IMPACT 211

SECTION 7

SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY

Astremska I.V., Abdurakhmanov R.S., Biliaieva A.A.
 THE INFLUENCE OF ATTACHMENT TYPES ON THE FORMATION
 AND RESOLUTION OF CONFLICTS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS..... 215

Volianiuk N.Yu., Lozhkin H.V., Fomych M.V.
 PSYCHOLOGICAL DETERMINATION OF ERROR ACTIONS OF THE SUBJECT
 OF ACTIVITY..... 219

Zarichanskyi O.A.
 PSYCHOLOGICAL PREREQUISITES OF CORRUPTIVE ACTS..... 225

Kazachuk O.S.
 THE MOTIVATIONAL PATH OF A JUDICIAL CANDIDATE..... 230

Usyk K.M.
 ASPECTS OF SOCIAL INTELLIGENCE RESEARCH IN FOREIGN
 AND DOMESTIC SCIENTIFIC STUDIOS..... 234

Filonenko V.M.
 DISADAPTATION OF THE MILITARY IN WAR CONDITIONS 239

Shportun A.M.
 GENESIS OF THE PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE PHENOMENON
 OF “SOCIAL INTELLIGENCE” 244

SECTION 8

PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY

Volnova L.M.
 COMMON TRAUMATIC REALITY AND THE ROLE OF MEDIA
 IN PSYCHOSOCIAL CORRECTION: PROSPECTS FOR MEDIA REHABILITATION..... 249

Ibrahimova Sh.A.
 EXPLANATION AND INTERPRETATION OF DREAMS
 IN PSYCHODYNAMIC PSYCHOTHERAPY..... 256

Klymenko I.S., Yurystovska N.Ya., Muntian L.Ya.
 THE ROLE OF MEDICAL PSYCHOLOGY IN ENSURING MENTAL HEALTH
 IN THE CONDITIONS OF ARMED AGGRESSION IN THE RUSSIA 263

Kozyra P.V. DETOXIFICATION THERAPY AS THE MAIN METHOD OF OVERCOMING ALCOHOL DEPENDENCE.....	268
Koreniewa Yu.P., Liashko A.V., Markina M.S. FORMATION OF EATING BEHAVIOR MENTAL DISORDERS IN ADOLESCENT GIRLS	273
Mozghova H.P. PECULIARITIES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER AND AUTISM SPECTRUM DISORDERS: AN ANALYSIS OF RESEARCH	281
Naumenko A.V., Rodina N.V. THEORETICAL ANALYSIS OF EFFECTIVE METHODS FOR POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER TREATMENT IN MILITARY PERSONNEL.....	286
Rudenko L.M. THEORETICAL AND COMPARATIVE ANALYSIS OF THE DEGREE OF EFFECTIVENESS OF NON-DRUG THERAPIES FOR CHILDREN WITH ADHD.....	292
Savenkova I.I., Wenger H.S., Frunze O.V. THE ROLE OF MENTALISATION IN REHABILITATION FOR MENTAL DISORDERS AND REDUCING INTERPERSONAL DISTRESS	297
 SECTION 9 PSYCHOLOGY OF COMMUNICATION	
Martych V.O., Khairulin O.M. THEORY AND GENERAL CONCEPTS OF INTERNAL COMMUNICATIONS AND THEIR APPLICATION IN THE ARMED FORCES OF UKRAINE	305
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....	311

СЕКЦІЯ 1 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ СУЧАСНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ У ВІРТУАЛЬНОМУ ПРОСТОРИ: ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНИХ СТРАТЕГІЙ

REPRESENTATION OF MODERN UNIVERSITIES IN VIRTUAL SPACE: PECULIARITIES OF THE COMMUNICATION STRATEGIES

Стаття присвячена дослідженню репрезентації сучасних університетів у віртуальному просторі, зокрема в соціальних мережах. Автори статті перевіряють дві робочі гіпотези дослідження: наскільки комунікативна стратегія університету залежить від специфіки соціальної мережі, у межах якої вона функціонує, та наскільки комунікативні стратегії університетів, які реалізуються, серед іншого, у віртуальному просторі, залежать від зовнішніх загальносуспільних чинників. Емпірична частина дослідження базована на дискурс-аналізі (згідно з методологією Н. Феркло) репрезентації комунікативних стратегій Львівського національного університету імені Івана Франка й Оксфордського університету в соціальній мережі "Instagram". Проведені дослідження продемонстрували відсутність залежності комунікативних стратегій аналізованих університетів від особливостей соціальних мереж (Facebook та Instagram), адже комунікативні стратегії вивчених кейсів виявилися дуже подібними. Зокрема, стратегія Львівського національного університету імені Івана Франка в обох мережах позиціонує університет як «наставника, що навчає та виховує» (будується у вертикальному форматі, який по своїй суті дещо обмежує повноцінні зворотні комунікативні процеси). Друга стратегія, що властива аналізованим іноземним університетам, трактує університет радше як «подругу чи друга» (базується на горизонтальних зв'язках і надає особливого значення зворотній комунікації від цільових аудиторій).

Відмінності між комунікативними стратегіями різних університетів проявилися в залежності від загальносуспільного контексту – комунікативна стратегія українського університету, незалежно від соціальної мережі, значною мірою наповнена дискурсом війни Росії проти України, чого, очевидно, нема у віртуальному просторі іноземних аналізованих університетів.

Ключові слова: заклади вищої освіти, соціальні мережі, університет, комунікативні стратегії, дискурс-аналіз, репрезентація.

The article is dedicated to the representation of modern universities in virtual space, especially in social networks. The authors tested two research hypotheses: how the communication strategy of the university is depended on the specifics of the social network, in terms of which it is functioning; how the communication strategies of universities, including the virtual ones, are depended on external social factors. Empirical part of the research is based on discourse-analysis (according to the methodology of Norman Fairclough) of representation in social network Instagram the communication strategies of two universities – Ivan Franko National Universities of Lviv and Oxford University of London. The results of the research demonstrated the absence of dependency of analyzed universities from specifics of the social networks (Facebook and Instagram), after all the communication strategies of the learned cases appeared very similar. The communication strategy of Ivan Franko National Universities of Lviv in both social networks represents the University as "a mentor who teaches and educates" (it is formed as a vertical structure, which by its very nature in a certain way limits full reverse communication processes). The second communication strategy, inherent to the analyzed foreign universities, shows the University to a greater extent as "a friend" (it is constructed by horizontal connections and pay the special attention on the reverse communication from the target audiences). The research results also demonstrated the diversities between the communication strategies of the different universities. According to the discourse-analysis' results the university' communication strategy largely depends on the social context. The communication strategy of the Ukrainian university, regardless to the social network, is strongly fulfilled with discourse of russian federation's war against Ukraine. It is evident that this discourse is not actual for the analyzed foreign universities.

Key words: institution of high education, social networks, university, communication strategy, discourse-analysis, representation.

УДК 316.472.4:378.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.1>

Калиняк О.Т.

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

Козаченко О.О.

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

Сучасний світ функціонує в системі численних комунікацій – особистісних і технічних, безпосередніх і дистанційних, глобальних і локальних. Які б трансформації не відбувалися в соціумі, комунікаційні процеси зберігають свою актуальність і належать до ключових процесів, що забезпечують можливості для функціонування соціальних груп, спіль-

нот, організацій тощо. Трансформації сучасного суспільства пов'язані з низкою викликів, зокрема, пандемією коронавірусу, низкою військових конфліктів, серед яких особливе місце для європейського контексту належить війні Росії проти України. Необхідність адаптації до умов пандемії та війни на тлі загальної діджиталізації та віртуалізації актуалізувала функ-

ціонування віртуального простору в усьому спектрі суспільної життєдіяльності. У таких умовах комунікаційні процеси віртуального формату набули особливої актуальності для різних соціальних спільнот і структур, зокрема й сучасних університетів, які є об'єктом цього дослідження. Зауважимо, що представленість закладів вищої освіти у віртуальному просторі, зокрема в соціальних мережах, досліджують низка українських науковців, зокрема: І. Дейнега [2], І. Жарська [3], О. Жегус [4], Т. Бондаренко, В. Стеценко, Н. Стеценко, Г. Ткачук [1], А. Кісьолек, Ю. Бондаренко, С. Огінок [5] тощо. Зазвичай це питання розглядається з погляду маркетингу й автори не акцентують увагу на широкому соціальному контексті формування таких маркетингових стратегій, тому наша стаття присвячена саме цьому аспектові зазначеної проблематики.

Варто зауважити, що ця розвідка є продовженням попереднього вивчення комунікативних стратегій сучасних університетів, які застосовуються ними у віртуальному просторі. У 2023 р. було вивчено особливості комунікативних стратегій Львівського національного університету імені Івана Франка та Ягеллонського університету у Кракові, які вони використовують на своїх офіційних сторінках у соціальній мережі "Facebook" (URL: <https://www.facebook.com/franko.lviv.ua>; <https://www.facebook.com/jagiellonian.university>). Для порівняльної перспективи було обрано один український і один польський університет, що додало дослідженню крос-національного контексту. Відповідно до результатів проведеного дослідження, було з'ясовано, що комунікативні стратегії обох університетів формуються в широкому контексті макросередовища та залежать від зовнішніх умов. Особливо помітно це на прикладі українського університету, комунікаційні процеси якого, зокрема й у соціальних мережах, зумовлені війною Росії проти України. Дослідження продемонструвало відмітні комунікативні стратегії польського й українського університетів. Зокрема, комунікативна стратегія Ягеллонського університету у Кракові будується на горизонтальних мікрорівневих зв'язках із цільовою аудиторією, яку становлять студенти, викладачі, потенційні абітурієнти тощо; ця стратегія має чітку двосторонню спрямованість і передбачає комфортний зворотний зв'язок. Це дало підстави вважати комунікативну стратегію Ягеллонського університету у Кракові горизонтально спрямованою, а сам університет трактувати як «друга чи подруга» для тих, з ким відбувається віртуальна комунікація. Натомість комунікативна стратегія Львівського національного університету імені Івана Франка формується як мікрорівнева, але вертикально спрямована, з обмеженим зворотним зв'язком, у межах

якої університет виконує роль не стільки рівноправного партнера, а того, хто «навчає і виховує» [6].

Проведене дослідження дало поштовх для двох дослідницьких питань. Перше питання стосується того, *наскільки комунікативна стратегія університету залежить від специфіки соціальної мережі, у межах якої вона функціонує*. Припускаємо, що існують відмінності між комунікативними стратегіями університетів, залежно від того, у якій соціальній мережі відбувається віртуальна комунікація. Зокрема, комунікативна стратегія університету буде більш формальною в соціальній мережі "Facebook" та неформальною в іншій соціальній мережі, наприклад Instagram. Зважаючи на це, був проведений наступний етап дослідження, у рамках якого було вивчено особливості комунікативних стратегій Львівського національного університету імені Івана Франка й Оксфордського університету в Лондоні, які вони використовують на своїх офіційних сторінках у соціальній мережі "Instagram" [8; 10]. Порівняння українського (Львівського національного університету імені Івана Франка) та британського (Оксфордського університету) університетів додали нашому дослідженню крос-національного контексту, який доречно доповнив його попередній етап.

Порівняльний крос-культурний контекст дав підстави для формулювання другого дослідницького питання, яке пов'язане з тим, *наскільки комунікативні стратегії університетів, які реалізуються, серед іншого, у віртуальному просторі, залежать від зовнішніх загальносуспільних чинників*. Очевидно, що найсильнішим зовнішнім чинником, який має вплив на всі сфери життєдіяльності, зокрема й на функціонування системи освіти, є війна Росії проти України. Цей чинник є визначальним для українського університету і, як показало вже проведене дослідження, не має особливого значення для польського університету [6]. Припускаємо, що наступний етап дослідження комунікативних стратегій в Instagram підтвердить наше припущення про залежність віртуальних комунікативних стратегій університетів від зовнішніх чинників, зокрема й російсько-української війни.

Отже, припускаємо, що у віртуальному просторі сучасні університети використовують різні по своїй суті комунікативні стратегії. Ці стратегії формуються відповідно до двох показників – специфіки соціальної мережі (Facebook/Instagram) та наявності/відсутності сильного суспільного чинника, що тисне на всі сфери життєдіяльності (російсько-українська війна). Такі дві лінії показників дають підстави теоретично сконструювати 4 комунікативні стратегії, властиві сучасним університетам у віртуальному форматі (див. рис. 1).

	Українське суспільство в умовах воєнного стану	Суспільство без війни
Facebook	Стратегія 1 (Університет – «той, хто навчає і виховує» – заснована на мікрорівневих вертикальних зв'язках з обмеженими комунікативними процесами між сторонами [6].	Стратегія 2 (Університет – «друг/подруга» – заснована на мікрорівневих горизонтальних зв'язках із яскраво вираженими двосторонніми комунікативними процесами [6].
Instagram	Стратегія 3 буде сформульована й означена в результаті дослідження – вона, припускаємо, буде горизонтальною, більше інтерактивною та яскравіше візуалізованою, проте наповненою контентом у воєнному дискурсі.	Стратегія 4 буде сформульована й означена в результаті дослідження – вона, припускаємо, буде також горизонтальною, ще більш інтерактивною та яскравіше візуалізованою.

Рис. 1. Теоретичні конструкти комунікативних стратегій сучасних університетів

Нижче пропонуємо результати дослідження, проведеного в Instagram, які дозволять сформулювати й означити стратегії 3 та 4 (українського та британського університетів, відповідно) і апробувати вказані вище гіпотези.

Репрезентація комунікативних стратегій Львівського національного університету ім. Івана Франка й Оксфордського університету в Instagram: результати дискурс-аналізу

Передусім розглянемо канали, через які в соціальних мережах університети реалізують свої комунікативні стратегії. На офіційному сайті Оксфордського університету зазначено 10 соціальних мереж і ресурсів, через які він здійснює свою взаємодію з аудиторією: Facebook, YouTube, Instagram, X, LinkedIn, TikTok, Medium, The conversation, Weibo, Podcasts [7]. На офіційному сайті Львівського національного університету імені Івана Франка зазначено, що комунікація в соціальних мережах відбувається через такі канали: Facebook, YouTube, Instagram, LinkedIn та Telegram. У мережі можна знайти ще офіційні сторінки в TikTok та X [9]. Тобто можна помітити, що два університети присутні в найпопулярніших соціальних мережах, але діапазон представленості британського університету дещо ширший.

Мета цього емпіричного дослідження полягає в тому, щоб з'ясувати особливості репрезентації Оксфордського університету [8] та Львівського національного університету імені Івана Франка [10] в соціальній мережі "Instagram" і зрозуміти, у якому дискурсі здійснена ця репрезентація, що потенційно може дати підстави для розуміння того, у якому дискурсі побудована комунікативна стратегія кожного з університетів. Отже, авторське емпіричне дослідження базувалося на дискурс-аналізі дописів офіційних сторінок зазначених університетів у мережі "Instagram". Аналізувалися всі дописи (тобто була застосована суцільна вибірка), що були опубліковані з 1 вересня 2023 р. по 30 січня 2023 р. Під час аналізу дописів університетів на офіційних сторінках в Instagram брався до уваги як текст, так і фото чи відео, що його супроводжує.

Для дискурс-аналізу скористаємося тривимірною моделлю Н. Феркло, згідно з якою кожна комунікативна подія складається із трьох вимірів:

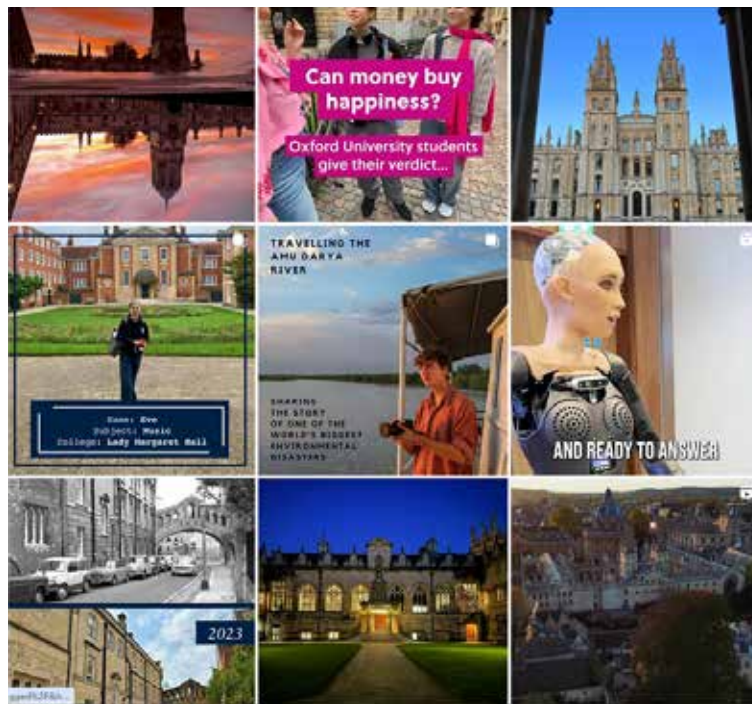
- «текст» (особливості мови, письма чи візуального зображення);
- дискурсивна практика (виробництво та сприйняття тексту);
- соціальна практика (розмірковування про те, відтворюють чи перетворюють дискурсивні практики наявний порядок дискурсу, які наслідки це має для соціальної практики) [11, с. 10].

Отже, спершу проаналізуємо та виділимо особливості «**тексту**» в Instagram на сторінці Оксфордського університету:

- мінімум тексту (одне-два речення до допису);
- акцент на будівлю (більше половини дописів саме з фото будівель університету);
- на фото/відео представлені переважно студенти (фото з випускної церемонії студентів, відео одного тижня із життя студента тощо), натомість науково-педагогічні працівники зазвичай представляють цікаві факти;
- представники адміністрації/керівництва фактично відсутні на фото/відео;
- невелика кількість формальних наукових дописів/відео (натомість наукова інформація подається у форматі порад чи цікавої інформації, наприклад: «5 фактів про твоє серце», поради про ментальне здоров'я чи кар'єрні міфи, яких варто позбутися);
- інтерактивність (діалоги зі студентами «Чи можуть гроші купити щастя?», «Чи хотіли б Ви жити вічно?»);
- привітання з різними святами (Різдвом, Ханукою, Дівалі тощо), що вказує на міжнародну орієнтацію.

Натомість на Instagram-сторінці Львівського національного університету імені Івана Франка виділимо такі особливості «**тексту**»:

- розлогий текст як супровід дописів;
- велика кількість фото/відео з різних науково-освітніх подій у форматі звітів (конференції, IT-курси);



Іл. 1. Приклад візуального оформлення контенту Оксфордського університету в мережі “Instagram”

– багато дописів, на яких присутні представники адміністрації та керівництва (зустрічі ректора, конференції за участі керівництва тощо);

– публікації про війну (вшанування пам’яті загиблих студентів і випускників, аукціони за донати);

– дописи про державні, релігійні свята та традиції українців (День української писемності та мови, День гідності і свободи тощо);

– звіти «Підсумки тижня для університетської спільноти» (посилання на дописи про події, які відбулися цього тижня).

Підсумовуючи та порівнюючи репрезентацію «тексту» двох університетів, зазначимо, що контент Оксфордського університету спрямований на аудиторію, її зацікавлення, натомість «текст» Львівського університету спрямований на його презентацію як освітньої установи та центру національно-патріотичного виховання.

Розглянемо другу складову частину дискурс-аналізу за Н. Феркло, а саме **особливості дискурсивних практик**, виділимо найважливішу відмінність двох університетів у контексті виробництва «тексту». На Instagram-сторінці Оксфордського університету, окрім постів, що створюють адміністратори, є велика кількість репостів зі сторінок студентів, які стають співтворцями сторінки; натомість «текст» Instagram-сторінки Львівського університету створюється безпосередньо адміністраторами сторінки або адміністраторами структурних підрозділів (факультетів/бібліотеки), проте репостів зі сторінок студентів фактично немає.

Водночас варто виділити спільну рису двох університетів – повторюваність контенту в різних соціальних мережах (Instagram, Facebook, TikTok), що можна пояснити великим об’ємом роботи smm-спеціаліста/ів, які працюють над його створенням, і неможливістю забезпечити цілком унікальний контент для різних соціальних мереж. Розглянемо особливості сприйняття двох сторінок в Instagram, що також є частиною дискурсивних практик за Н. Феркло. Одразу можемо помітити відмінність університетів у масштабах охоплення аудиторією (на період проведення емпіричного дослідження), адже у британського університету читачів значно більше (1,4 млн), ніж в українського університету (16,1 тис.). Цю особливість можемо пояснити рівнем популярності та пізнаваності Оксфордського університету серед глобальної аудиторії. Це відображається на кількості та якості зворотного зв’язку з боку аудиторії (кількості коментарів, реакцій, обговорень тощо).

Проаналізуємо третю складову частину дискурс-аналізу за Н. Феркло, а саме соціальну практику, яка розуміється автором як розмірковування про те, відтворюють чи перетворюють дискурсивні практики наявний порядок дискурсу, які наслідки це має для соціальної практики [11]. На наш погляд, вищевказані особливості репрезентації двох університетів в Instagram переозначають класичне (традиційне) розуміння «університету» як навчально-освітньої інституції. У британського університету присутній додатковий акцент на



Іл. 2. Приклад візуального оформлення контенту Львівського університету в мережі “Instagram”

студентоцентризмі, формуванні значення університету як інституції, яка не лише навчає, але й турбується та створює середовище для неформальної комунікації серед студентів. Натомість в українського університету присутній додатковий акцент на національно-патріотичному вихованні та формуванні історичної пам'яті тощо. Специфіку означення «університету» неможливо розглядати поза межами широкого соціального контексту, зокрема поза межами подій україно-російської війни, у випадку з Львівським університетом.

Отже, повертаючись до поставлених на початку цієї розвідки дослідницьких питань, можемо стверджувати, що *комунікативна стратегія університету не залежить від специфіки соціальної мережі, у межах якої вона функціонує*. На прикладах вивчених університетів нами не було знайдено суттєвих відмінностей у комунікативних стратегіях, які актуальні в межах таких соціальних мереж, як Facebook та Instagram. Тобто один український університет (Львівський національний університет імені Івана Франка) пропонує дуже подібні комунікативні стратегії для своїх «друзів» у Facebook і «підписників» в Instagram. Навіть більше, часто можемо простежити цілковито ідентичні пости без специфікації на ту чи іншу соціальну мережу. Відповідно до результатів проведеного дискурс-аналізу, український уні-

верситет має єдину комунікативну стратегію в різних соціальних мережах, яка сформована на вертикальних мікрорівневих зв'язках зі своїми читачами і не демонструє значного рівня заохочення до зворотної віртуальної комунікації. У двох аналізованих соціальних мережах університет презентується як «наставник, який навчає та виховує».

Подібний висновок можемо зробити про репрезентацію комунікативних стратегій у соціальних мережах двох інших університетів – польського (Ягеллонський університет у Кракові) у Facebook і британського (Оксфордський університет у Лондоні) в Instagram. Попри те, що йдеться про різні університети та різні соціальні мережі, їхні комунікативні стратегії також дуже подібні. І в першому й у другому випадках у процесі дискурс-аналізу ми виокремили комунікативні стратегії, сформовані на цілковито горизонтальних зв'язках зі своїми цільовими аудиторіями та націлені на двосторонню віртуальну комунікацію як із «друзями», так і з «підписниками». Це дає підстави сформулювати подібну комунікативну стратегію, у межах якої університет позиціонує себе насамперед «другом чи подругою для своїх читачів».

Якщо відповідь на перше дослідницьке питання виявилася негативною (гіпотезу було спростовано), то друге дослідницьке питання,

сформульоване на початку цього дослідження, отримало цілковито ствердну відповідь (гіпотезу було підтверджено). Результати дискурсу-аналізу продемонстрували, що *комунікативні стратегії університетів, які реалізуються, серед іншого, у віртуальному просторі, залежать від зовнішніх загальносуспільних чинників*. Зовнішнім чинником, наявним для українського університету та відсутнім для польського та британського університетів, стала війна Росії проти України. Дослідження показали, наскільки воєнний контекст важливий для університету в Україні, наскільки сильно він впливає на комунікацію, яку пропонує університет, і наскільки цей воєнний контекст, очевидно, впливає на різні цільові аудиторії такої комунікації. Відповідно до проведених досліджень, можемо побачити, наскільки легкими та необтяженими можуть бути комунікативні стратегії університетів у Польщі та Великій Британії за умови відсутності складних умов (наприклад, війни).

У цьому дослідженні ми пропонували теоретичні конструкти віртуальних комунікативних стратегій сучасних університетів, відповідно до яких таких стратегій, за умови підтвердження двох гіпотез, мало б бути чотири (див. рис. 1). Однак проведене емпіричне дослідження, за результатами якого одну гіпотезу було спростовано, а другу підтверджено, дало підстави виокремити дві комунікативні стратегії: *стратегію 1 «Університет – «той, хто навчає і виховує»»* (для Львівського національного університету імені Івана Франка) та *стратегію 2 «Університет – «друг/подруга»»* (для Ягеллонського університету у Кракові й Оксфордського університету в Лондоні). Варто відзначити, що дослідження комунікативних стратегій університетів в Instagram цілковито підтвердило сформульовані нами комунікативні стратегії університетів, які актуальні у Facebook. На підставі двох етапів проведених досліджень можемо модифікувати наш теоретичний конструкт таким чином (див. рис. 2).

Отже, два етапи проведеного дослідження, яке базувалося на дискурс-аналізі за тривимірною моделлю Н. Феркло, дозволяють зробити висновок про функціону-

вання у віртуальному просторі двох комунікативних стратегій, якими послуговуються сучасні університети. Перша стратегія (характерна для Львівського національного університету імені Івана Франка) позиціонує університет як «наставника, що навчає та виховує», тобто будується у вертикальному форматі, який по своїй суті дещо обмежує повноцінні зворотні комунікативні процеси. Друга стратегія (властива Ягеллонському університету у Кракові й Оксфордському університету в Лондоні) трактує університет радше як «подругу чи друга», базується на горизонтальних зв'язках і надає особливого значення зворотній комунікації від цільових аудиторій.

Проведені дослідження також продемонстрували відсутність залежності комунікативних стратегій сучасних університетів від особливостей соціальних мереж – комунікативні стратегії вивчених кейсів у Facebook та Instagram виявилися дуже подібними. Відмінності між комунікативними стратегіями різних університетів проявилися залежно від загальносуспільного контексту – комунікативна стратегія українського університету, незалежно від соціальної мережі, значною мірою наповнена дискурсом війни Росії проти України, чого, очевидно, немає у віртуальному просторі польського та британського університетів.

У перспективі дослідження матиме продовження в різних напрямках, зокрема, буде розширено перелік університетів, комунікативні стратегії яких цікаво простежити з погляду стратегій, виокремлених у цій роботі; також буде розширено список соціальних мереж, які актуальні для університетів і їхньої комунікації з різними цільовими аудиторіями. Третім напрямом потенційного дослідження буде вивчення цільових аудиторій сучасних університетів, їхнього сприйняття чи несприйняття меседжів, які їм намагаються донести, що дозволить отримати цілісну тривимірну дискурсивну картину – від репрезентації образу університету в дискурсивних практиках до сприйняття в соціальних практиках.

	Українське суспільство в умовах воєнного стану	Суспільство без війни
Facebook	Стратегія 1 (Університет – «той, хто навчає і виховує» – заснована на мікрорівневих вертикальних зв'язках з обмеженими комунікативними процесами між сторонами)	Стратегія 2 (Університет – «друг/подруга» – заснована на мікрорівневих горизонтальних зв'язках із яскраво вираженими двосторонніми комунікативними процесами)
Instagram		

Рис. 2. Комунікативні стратегії сучасних університетів у соціальних мережах

ЛІТЕРАТУРА:

1. Цифрова присутність закладів вищої освіти в соціальних мережах *Facebook* та *Instagram* / Т. Бондаренко та ін. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2021. Т. 84. № 4. С. 271–284. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/handle/123456789/14086>.
2. Дейнега І. Формування комплексу маркетингових комунікацій закладів вищої освіти: теорія, методологія, практика : автореф. дис. ... докт. екон. наук : 08.00.04. Херсон, 2019. 43 с.
3. Жарська І. Принципи організації маркетингових комунікацій ЗВО з абітурієнтами у мережі інтернет. *Науковий вісник державного Херсонського університету*. Серія «Економічні науки». 2020. Вип. 37. С. 34–39. <https://doi.org/10.32999/ksu2307-8030/2020-37-6>.
4. Жегус О. Формування стратегії маркетингу в соціальних мережах закладу вищої освіти. *Маркетинг і цифрові технології*. 2018. Т. 2. № 2. С. 58–75. URL: <https://mdt-opu.com.ua/index.php/mdt/article/view/37>.
5. Порівняльний аналіз популярності українських закладів вищої освіти в інтернеті / А. Кісьолек та ін. *Економіка та суспільство*. 2021. № 24. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2021-24-14>.
6. Козаченко О., Калиняк О. Комунікативні стратегії сучасних університетів в соціальних мережах. *Administracja w praktyce – nowe wyzwania* : monografia. Jaroslaw, 2023. S. 305–321.
7. Офіційна вебсторінка Оксфордського університету. URL: <https://www.ox.ac.uk/>.
8. Офіційна сторінка Оксфордського університету в мережі *Instagram*. URL: https://www.instagram.com/oxford_uni.
9. Офіційна вебсторінка Львівського національного університету імені Івана Франка. URL: <https://lnu.edu.ua/>.
10. Офіційна сторінка Львівського національного університету імені Івана Франка в мережі *Instagram*. URL: https://www.instagram.com/lviv_university/.
11. Рябчук А., Хурцидзе Т. Застосування дискурс-аналізу в сучасних соціальних дослідженнях. *Наукові записки Національного університету «Києво-Могилянська академія»*. Серія «Соціологія». 2023. Т. 6. С. 3–15. <https://doi.org/10.18523/2617-9067.2023.6.3-15>.

ДОСВІД ВІДЧУТТЯ ЗАГРОЗИ ЖИТТЯ В СОЦІАЛЬНІЙ ВЗАЄМОДІЇ МОЛОДІ

THE EXPERIENCE OF SENSE OF THREAT TO LIFE IN SOCIAL INTERACTION OF YOUTH

У статті розглянуто відчуття загрози життя і безпеки як одне з ключових питань сучасних суспільств, що відображається в класичних соціологічних концепціях суспільства ризику, у яких останній розглядається як складник суспільного розвитку загалом. Відзначено, що зростання загроз, серед яких – епідемії, війни, техногенні і природні катастрофи, призводить до збільшення частки населення, яке або має досвід безпосередньої участі, або є свідками цих подій. В обох випадках відбувається травматизація, що впливає на подальше життя особи, стратегії її життя, спілкування і ставлення до безпекових заходів. Виявлено, що досвід відчуття загрози молоді привертає особливу увагу внаслідок того, що вона перебуває в процесі становлення соціального досвіду й переходу до статусу дорослості, а зміна соціальних ролей, цінностей і наступна стадія адаптації відображають пережитий досвід і формують відчуття безпеки-небезпеки щодо соціального середовища. За результатами проведеного дослідження обґрунтовано, що проживання в прифронтовому місті, яким є Запоріжжя, змінює структуру споживання інформації та використання напрямів інформаційно-комунікаційних технологій, що супроводжується більшою щільністю спілкування з рідними і друзями, намаганням підтримувати соціальні зв'язки в активному стані. Незважаючи на регулярну фізичну загрозу життя, молодь прифронтового міста як реальну загрозу для себе сприймає лише фактичне травмування або ситуації, що трапляються безпосередньо з ними: особисте травмування, важка хвороба, аварія тощо. Відзначається також широке коло негативних відчуттів, які супроводжують ці події: страх, тривога, розгубленість, гнів і сором. Резюмовано, що війна як соціальне явище, перебіг якого знаходиться поза межами індивідуального контролю, трансформує бачення значущості різних соціальних сфер, як-то: зміни до фахівців із психологічного здоров'я, звернення до яких уважається молоддю бажаним у ситуації, коли людина відчуває неможливість самотійно подолати негативні наслідки травматичного досвіду.

Ключові слова: відчуття загрози, молодь, соціальна взаємодія, соціальна безпека, ризик.

The article examines the feeling of threat to life and safety as one of the key issues of modern societies, which is reflected in the classic sociological concepts of risk society, in which the latter is considered as a component of social development as a whole. It is noted that the growth of threats, including epidemics, wars, man-made and natural disasters, leads to an increase in the share of the population that either has the experience of direct participation or is a witness to these events. In both cases, traumatization occurs, which affects the future life of the person, his life strategies, communication and attitude to safety measures. It was found that the experience of feeling threatened by young people attracts special attention due to the fact that they are in the process of forming social experience and transitioning to the status of adulthood, and the change of social roles, values and the next stage of adaptation reflect the experienced experience and form a sense of safety-danger in relation to the social environment. Based on the results of the research, it is substantiated that living in a front-line city, which is Zaporizhzhia, changes the structure of information consumption and the use of information and communication technologies, which is accompanied by a greater density of communication with relatives and friends, an effort to maintain social ties in an active state. Despite the regular physical threat to life, the youth of the front-line city perceives only actual injury or situations that happen directly to them as a real threat to themselves: personal injury, serious illness, accident, etc. A wide range of negative feelings accompanying these events is also noted: fear, anxiety, confusion, anger and shame. It is summarized that the war as a social phenomenon, the course of which is beyond individual control, transforms the vision of the importance of various social spheres: somehow, a change to psychological health specialists, who are considered desirable by young people in a situation when a person feels the impossibility of independently overcoming negative consequences of a traumatic experience.

Key words: sense of threat, youth, social interaction, social security, risk.

УДК 316.47-053.6]:[316.613.4:614.8]
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.2>

Сорокіна О.С.

к.філос.н.,
доцентка кафедри соціології
Запорізький національний університет

Проценко О.С.

аспірант кафедри соціології
Запорізький національний університет

Постановка проблеми. Почуття соціальної безпеки є базовим у соціальній взаємодії та житті людини. Поняття соціальної загрози діалектично з ним пов'язане і є його антагоністом у соціальній сфері. Війна як соціальне явище, що супроводжується руйнацією практик повсякденного життя й бачення майбутнього, містить вітальну загрозу, супроводжується трансформацією соціальних відносин. Відчуття загрози, яке формується під час особистого переживання загрози життю, містить як коротко-, так і довготривалі наслідки у сфері особистого життя, про-

фесійного зростання, соціальної активності особи загалом.

Досвід відчуття загрози й переживання травматичних ситуацій, з одного боку, є особистим, суб'єктивним переживанням; з іншого – містить потенційно руйнівні соціальні наслідки особливо в ситуаціях, пов'язаних із подіями, до яких залучені великі соціальні групи: воєнні конфлікти, епідемії, екологічні й технологічні катастрофи, природні катаклізми, масові вбивства, геноцид тощо. Наслідки пов'язані не тільки зі зміною демографічної структури групи, а й з обранням надалі деструктивних стратегій взаємодії.

Цінність життя людини та практик розв'язання конфліктів без використання насильства у XX столітті суттєво зросла. Покоління, які протягом свого життя неодноразово стикалися із загрозою життю й переживали досвід загрози життю й масштабні соціальні події, є носіями колективної травми та історичної пам'яті. Саме завершення таких масштабних конфліктів часто супроводжується зростанням кількості прибічників гуманістичного напрямку й цінностей толерантності, мирного життя та плюралізму.

Аналіз досліджень і публікацій. Концепція «суспільства ризику» У. Бека базується на ідеї продукування ризиків самим суспільством як елементу його розвитку. В індустріальному суспільстві збільшується кількість загроз, пов'язаних із технологічним розвитком суспільства, а також з продукуванням соціальної нерівності й бідності. У. Бек зазначає, що сучасні загрози є нематеріальними та недоступними безпосередньо органам відчуття людини, як-то: ризик хімічного ураження, економічна криза тощо [1, с. 10–20]. Він акцентує увагу передусім на впливі загроз на соціальні й технологічні системи та перебіг масових процесів, залишаючи поза увагою фактор особистого досвіду переживання загроз і його вплив на життя людини.

Е. Гіденс аналізував ризик у суспільному житті в контексті глобалізації та загального зростання ризикогенності суспільства. Ідея соціального середовища як джерела ризику є логічним продовженням його класифікації ризиків на природні й рукотворні [2, с. 115–127]. Особливістю підходу Е. Гіденса до аналізу загроз є концентрація уваги на непередбачуваності ризику та його загрози для суспільства загалом. Водночас джерелом загрози є не тільки глобальні, а й регіональні та локальні події, які є меншими за масштабом, але так само містять деструктивний складник.

Н. Луман розглядає ризик і загрозу як сутнісну й об'єктивну характеристику соціальної реальності, зазначає, що кожна соціальна дія містить потенціальну загрозу. Загроза в нього виступає як невизначеність подій, що як здатна, так і не здатна перетворитися на ризик. За Н. Луманом, не існує абсолютної надійності й ґрунтовних гарантій відсутності ризику, тому людина має перебувати в стані внутрішньої готовності до загрози та враховувати цей фактор у діяльності [3, с. 110–136]. Виникнення ризику або небезпечної ситуації в сьогоденні автор пов'язує з попередніми рішеннями суб'єкта. Виходячи з позиції профілактики загроз і зваженого прийняття рішень, він зазначає, що ступінь загрози в одній і тій самій ситуації є різною для членів спільноти. Щодо ситуації в Україні це зауваження є слушним, адже в ситуації, коли всі члени суспіль-

ства відчувають загрозу, її рівень і ймовірність суттєво залежать від території, на якій вони перебувають.

Метою статті є дослідження досвіду відчуття загрози життя в соціальній взаємодії молоді на прикладі молоді м. Запоріжжя як прифронтового населеного пункту.

Виклад основного матеріалу. В історії ХХ століття досвід переживання загрози життю великими групами населення не є абсолютно новим явищем. Є багато наукових досліджень і художніх біографічних творів щодо осіб, які мали досвід перебування в таборах, описують свій побут, відчуття й життя після звільнення. Серед них можна згадати таких авторів, А. Франк «Сховище. Щоденник у листах», Е. Берр «Щоденник. 1942–1944», В. Франкл «Сказати життю «Так!», В. Шпільман «Піаніст», П. Леві «Чи це людина», Х. Живульська «Я пережила Голокост», І. Кертес «Без долі» й інші.

Власне соціальний вимір і наслідки переживання вітальних загроз протягом декількох років II Світової війни проявилися в такому:

1) зміні соціальних норм і системи цінностей. Масове фізичне знищення великих груп населення за ознаками раси, культури й віросповідання, що визнано геноцидом, спочатку викликало відчуття невіри та підозри у фальсифікації інформації;

2) поділі груп на «своїх» і «чужих», зростанні ворожості, що підкріплювалося практиками примусової депортації та сегрегації, навіюванням атмосфери страху, ізоляції груп населення;

3) розриві соціальних зв'язків, спричиненому відсутністю інформації щодо вижилих членів родин і друзів. Усвідомлення факту, що особа є єдиною, яка пережила певні події, призводило до формування почуття провини, що переносилося на соціальне життя й позначалося на ньому;

4) інтеграції в мирне життя, що передбачала побудову нових відносин, але ускладнювалася віддаленими наслідками посттравматичного стресового розладу, які, як правило, не розглядалися як результат досвіду людини під час війни або інших ситуацій. Мирне життя також передбачало вжиття заходів щодо здійснення правосуддя стосовно ініціаторів процесу та його активних учасників;

5) збереженні історичної та соціальної пам'яті й практик, пов'язаних із цим, що проявлялося в прагненні не допустити в майбутньому повторення подібних ситуацій.

Щодо сучасних досліджень, то Г. Славич у публікації, присвяченій почуттю соціальної безпеки, зазначає, що базові конструкти закладаються в дитинстві та пов'язані з уявленням особистості про себе, соціальний світ і здатність діяти успішно й самостійно. Відповідно до цього, ненадійність соціального сере-

довища, його непередбачуваність і нестійкість не дають змоги сформувати почуття безпеки та здатність до ефективної соціальної взаємодії [4, с. 273]. Серед ключових факторів Г. Славич виділяє стабільність середовища, його дружність і наявність емоційної підтримки – саме ті складники життя, які зазнали найбільших руйнівних впливів протягом останніх двох років.

І. Гнибіденко, А. Колот та О. Новікова визначають соціальну безпеку людини в широкому значенні: через систему показників якості життя, до яких автори зараховують мінімальну заробітну плату, функціонування системи охорони здоров'я, освіту, вільний доступ до інформації та дозвілля [5, с. 18]. Відзначаючи цінність об'єктивних характеристик в аналізі суспільних процесів, варто відмітити, що базовим елементом соціальної взаємодії є окремий суб'єкт, діяльність якого зумовлюється не тільки об'єктивними, а й суб'єктивними чинниками. І суб'єктивне сприйняття може бути як адекватним дійсності, так і викривленим. Практика допомоги особам, які пережили травматичні ситуації, свідчить про те, що припинення стану загрози (наприклад, переїзд особи із зони бойових дій у безпечне середовище, одужання після аварії, уникнення фізичного насильства тощо) не повертає систему соціальної взаємодії в стан, який передував її виникненню. Отриманий досвід продовжує суттєво позначатися на повсякденному житті особи.

Л. Процик зазначає, що досвід відчуття загрози може мати як безпосередній (завдання шкоди), так й опосередкований (спостереження за ситуацією загрози, травма свідка) вплив на особу. Також авторка аналізує 5 стадій проживання вітальної загрози й зазначає, що остання, п'ята, стадія починається через 12 тижнів після завершення ситуації, але на ній все одно є присутніми порушення з боку як нервової системи, так і соціального складника [6, с. 502–505].

Н. Корсунська на прикладі біженців розглядає процес адаптації життя після пережитої загрози й виділяє три його складники: утрату цінностей, зміну соціальної ролі й адаптацію. Утрату цінностей авторка розглядає через стани тривоги, дезадаптації та переосмислення сенсу життя загалом. Зміна соціальних ролей є наслідком зміни стилю життя: утрати житла, роботи, друзів, членів родини тощо. Адаптація виступає як пристосування до нових умов і намагання відновити втрачені зв'язки і статуси [7, с. 27–29]. Серед чинників, які впливають на процес адаптації до життя після припинення загрози, варто підкреслити той факт, що такі ситуації часто є непередбачуваними, тобто в людини (якщо вона не є представником відповідної професії) немає внутрішньої готовності й необхідних знань для швидкої

адекватної реакції, а відчуття безпорадності й безсилля додають більшої травматизації. А розірвання соціальних зв'язків і відсутність інформації щодо стану родичів призводять до почуття провини та формування синдрому вцілілого (інша назва – синдром KZ, що використовується для опису стану людей, які пережили масові події, що містили ризик життя, – епідемії, війни, геноцид, Голокост тощо).

За результатами дослідження Інституту соціології НАН України «Стресові стани населення в контексті війни», проведеного в жовтні 2023 року, сформовано рейтинг стресорів, серед яких перші місця посідають особистий травматичний досвід, спогади, деструктивна соціальна взаємодія (досвід конфліктної взаємодії, дискримінаційних практик, відсутність належної соціальної підтримки), вітальна загроза, зумовлена війною, тощо [8].

Молодь виступає як соціальна група, що відрізняється способом життя, ціннісною системою, стилем життя й соціальними практиками. Специфікою молоді є певна нестійкість, пов'язана з набуттям якісно нового соціального досвіду (у сфері кар'єри, соціальних зв'язків, особистого життя тощо) і статусом дорослості. Факт переживання вітальної загрози під час повномасштабного вторгнення вимагає швидкого набуття якісно нового досвіду, адаптації до нових умов життя й навичок, пов'язаних із подоланням стресу.

Соціологічне дослідження щодо досвіду відчуття загрози та його впливу на життя і взаємодію молоді проведено в м. Запоріжжі у вересні-жовтні 2023 року. Вікова категорія опитаних – 18–24 роки, мешканці м. Запоріжжя (n=400), де 56% – жінки, 44% – чоловіки. Специфікою міста є близькість до зони бойових дій та окупованих територій, що позначається на житті всіх вікових категорій. Так, згідно з офіційними підрахунками, у серпні місто займало першу позицію в країні за кількістю і тривалістю повітряних тривог [9].

На прохання оцінити рівень безпеки в місті за 5-бальною шкалою, половина респондентів обрала проміжну оцінку – «3». Серед найбільших проблем міста назвали саме проблему укриттів, їх обладнання та доступності. Надання переваги проміжній оцінці, якщо брати до уваги результати національного дослідження «Стресові стани населення в контексті війни», проведеного в жовтні 2023 року, де отримано подібні результати, є своєрідним маркером пристосування до ситуації постійної загрози життю і здоров'ю. Це не означає нехтування нею, адже респонденти зазначають, що безпека турбує їх передусім, але свідчить про певну адаптацію до кризових умов. Про подібний адаптаційний ефект писав В. Франкл у творі «Сказати життю «Так!», де він описував особистий досвід і результати спостережень

за життям людей у концтаборі, зазначаючи, що ситуація постійної загрози життю ув'язнених суттєво впливала на їхні взаємини одне з одним, але не призводила до повного розривання соціальних зв'язків і тотальної самоізоляції. Також ці дані узгоджуються з попередніми результатами щодо задоволеності життям у місті: 45,7% оцінили рівень задоволеності на 3 бали, 30,8% – на 4 бали, 11% – на 2 бали. Максимальну негативну оцінку (1 бал) і максимально позитивну оцінку (5 балів) висловило 2,9% і 9,1% опитаних відповідно.

Щодо відповідей на питання про використання засобів зв'язку й месенджерів респонденти зазначили, що з початком повномасштабного вторгнення в них суттєво збільшився час спілкування з родичами. І якщо раніше соціальні мережі й месенджери вони використовували переважно для пошуку інформації та розваг, то тепер провідну позицію виконує саме підтримка соціальних зв'язків. Серед відповідей є також варіанти перегляду фільмів/серіалів, дистанційного заробітку, здійснення покупок, але вони займають другорядні позиції.

На питання, які причини могли б спонукати респондентів покинути місто, отримано відповіді: активізація військових подій – 42,5%, прагнення бути ближче до рідних і друзів – 35,7%, пошук нової роботи – 23,4%. Висловили активне небажання покидати місто 11,4% респондентів.

На питання щодо ступеня впливу важких фізичних травм на життя людини 84% респондентів обрали варіант – дуже сильно. Серед причин, які мають найбільший вплив, обрані варіанти: погіршення здоров'я та самопочуття, відсутність належної інфраструктури, відсутність підтримки й допомоги з боку навколишніх. Стосовно впливу психологічних травм на життя людини серед причин, які суттєво позначаються на житті людини, респонденти зазначили посттравматичний стресовий розлад, фобії та неврози в однаковій пропорції.

На питання, як пережитий досвід загрози життю впливає на соціальну взаємодію, 74,6% респондентів обрали варіанти відповідей «негативно» та «скоріше негативно». При цьому тільки 32,6% респондентів зазначили, що вони мають особистий досвід відчуття загрози життю. Як таку загрозу вони сприймають безпосередньо ситуацію, яка є однозначною: вибухи, що трапляються поряд; аварії; важкі хвороби тощо. Ситуацію перебування під постійною загрозою внаслідок великої кількості тривог вони зараз сприймають як можливість загрози життю, а не реальну ситуацію, що може трапитися кожного дня, хоча проживання на прифронтовій території, якою зараз є місто, суттєво збільшує цю ймовірність порівняно з деякими іншими областями країни.

На питання, чи відчуває людина, яка пережила ситуацію загрози життю й залишилася неушкодженою, почуття провини, 63,9% надали відповідь «так», що узгоджується з іншими дослідженнями щодо формування синдрому вцілілого, який, з одного боку, є реакцією на пережиті події, з іншого – його наслідки частина учасників подій може відчувати роками. Серед емоцій, що відчуває людина, яка пережила загрозу життю, респонденти на першу позицію поставили страх і тривогу, на другу – розгубленість, на третю – гнів і сором.

Позицію референтних осіб у наданні допомоги визначають так: родичі, профільні фахівці та друзі. Друга позиція для категорії «профільні фахівці» є певним чином нетиповою, адже в довоєнних дослідженнях на питання щодо допомоги й емоційної підтримки стосовно подолання наслідків травматичних ситуацій цей варіант відповідей завжди був одним із останніх, що відображало певну стигматизацію сфери психологічного здоров'я, але досвід війни її змінив, вивівши на одну з провідних позицій.

Висновки. Соціологічні концепції суспільства ризику У. Бека, Е. Гідденса, Н. Лумана пов'язані з вивченням зовнішніх загроз, що посилюються для людини у зв'язку з науково-технічною революцією. Водночас дослідження осіб, які мають досвід подій, що містять безпосередню загрозу для життя, – війни, епідемії, екологічні й техногенні катастрофи тощо, постійно зростає. Пережитий досвід змінює соціальні практики та позначається на стратегіях життя й соціальній взаємодії учасників загалом. Суб'єктивні відчуття й індивідуальні переживання формують ставлення до соціальної безпеки, оточення та визначають рівень активності й залученості особи до соціальних процесів. В історичному аспекті ця ситуація не є абсолютно новою: досвід ув'язнення та перебування в таборах часів II Світової війни відображено в численних дослідженнях і художніх текстах, які включають інформацію щодо травматичних ситуацій, власних відчуттів і життя після звільнення з табору. Молодь є найбільш активною, але разом із тим уразливою групою, адже перебуває в процесі становлення соціального досвіду та переходу до стану дорослості. Молодь м. Запоріжжя як прифронтового міста має досвід безпосереднього переживання вітальних загроз і пов'язаних із цим змін: 1) незважаючи на ситуацію постійної безпекової загрози, більше ніж половина опитаних оцінює своє життя в місті як «добре» та «загалом задовільне»; 2) загрози, джерелом яких є ведення воєнних дій поблизу міста й близькість окупованих територій, сприймаються як фонова загроза, а не реальна; 3) військові події сприяли збіль-

шенню кількості контактів із друзями й родичами; 4) молодь відзначає негативні відчуття, що супроводжують проживання в місті, серед яких – страх, тривога, розгубленість, гнів, сором і безпорадність; 5) відбувається трансформація поглядів на фахівців галузі ментального здоров'я та дестигматизація представників цих професій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Beck U. *World Risk Society*. Cambridge : Polity Press, 1999. 184 p.
2. Giddens A. *Fate, Risk and Security. Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Cambridge : Polity Press, 1991. P. 109–143.
3. Luhmann N. *Risk A Sociological Theory*. Routledge, 2022. 270 p.
4. Slavich G.M. Social Safety Theory: A Biologically Based Evolutionary Perspective on Life Stress, Health, and Behavior. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2020. Vol. 16. P. 265–95. URL: https://www.uclastresslab.org/pubs/Slavich_AnnualReview_2020.pdf (дата звернення: 15.03.2024).
5. Соціальна безпека: теорія та українська практика : монографія / за ред. І.Ф. Гнибіденка, А.М. Колота, В.В. Рогового. Київ : КНЕУ, 2006. 292 с.
6. Процик Л.С. Переживання надзвичайної ситуації як вітальної загрози. *Наукові перспективи*. 2022. № 12. С. 500–511.
7. Корсунська В.В. Адаптація до нових умов життя. *Ольвійський форум-2022: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі*. Миколаїв : Чорноморський національний університет імені Петра Могили, 2022. С. 26–30.
8. Стресові стани населення України в контексті війни. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/stresovi_stany_naselennya_ukrainy_v_konteksti_viyuni.html (дата звернення: 15.03.2024).
9. У Запоріжжі найбільше тривог за кількістю та тривалістю. *Запорізька Січ*. 21.08.2023. URL: <https://sich.zp.ua/u-zaporizhzhzhi-najbilshhe-tryvoh-za-kilkistiu-ta-tryvalistiu> (дата звернення: 15.03.2024).

СУЧАСНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНИ У ВИМІРІ СОЦІОЛОГІЇ: ІНСТИТУЦІЙНІ, КОНТЕКСТНІ Й ТЕХНОЛОГІЧНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ

THE MODERN UNIVERSITY OF UKRAINE IN THE DIMENSION OF SOCIOLOGY: INSTITUTIONAL, CONTEXTUAL AND TECHNOLOGICAL TRANSFORMATIONS

Стаття присвячена аналізу провідних напрямів соціологічних пошуків в інтерпретації особливостей розвитку вищої освіти України загалом та університету зокрема як носія державної освітньої політики й ініціатора власної. У статті визначено, що актуальність зазначеної тематики зумовлено низкою факторів, до яких зараховано намагання глобального світу перейти до «суспільства знань», процеси загострення криз, розповсюдження пандемії й війна. Усі ці процеси зачіпає й спонукає перебудову в провідних соціальних інституціях, до яких належить і вища освіта. Окремо зазначено, що поява нового вектору соціологічної рефлексії щодо призначення вищої освіти пов'язано з масштабними міграційними процесами, необхідністю збереження людського капіталу й можливістю застосування новітніх інформаційних технологій для забезпечення якості вищої освіти, підтримки зв'язків і комунікацій. Автор визначив декілька основних дослідницьких напрямів, що розвиваються в сучасній Україні, у соціологічному дискурсі стосовно специфіки функціонування вищої освіти загалом та університетів зокрема. Серед значущих трендів розглянуто теми діяльності вищої освіти загалом та окремих університетів в умовах війни й активних бойових дій, питання системної кризи та пошуку нових форм взаємодії вищої освіти й суспільства. Як новий методологічний ракурс аналізу вищої освіти й університетів обрано мережевий аналіз, де зазначено, що сучасний університет набуває ознак організації в самоствореній і саморозвивальній соціальній мережі. Сучасні університети набувають характеристик ініціаторів та організаторів сталих соціальних мереж у широкому сенсі, що утримують баланс, зв'язки й комунікації всередині мережі численних і різностатусних суб'єктів.

Ключові слова: вища освіта, університет, соціальна мережа, інформаційні технології, комунікації.

The article is devoted to the analysis of the leading directions of sociological research in the interpretation of the features of the development of higher education in Ukraine in general and the university, in particular, as the bearer of the state educational policy and the initiator of its own. The article determines that the relevance of this topic is due to a number of factors, which include attempts by the global world to move to the stage of development of a "knowledge society", processes of worsening crises, the spread of a pandemic and war. All these processes affect and encourage restructuring in leading social institutions, which include higher education. It is separately noted that the emergence of a new vector of sociological reflection on the purpose of higher education is associated with large-scale migration processes, the need to preserve human capital and the possibility of using the latest information technologies to ensure the quality of higher education, support connections and communications. The author has identified several main research directions that are developing in modern Ukraine in the sociological discourse about the specifics of the functioning of higher education in general and universities in particular. Among the significant trends, the topics of the activities of higher education in general and individual universities in conditions of war and active hostilities, issues of systemic crisis and the search for new forms of interaction between higher education and society are considered. Network analysis was chosen as a new methodological perspective for analyzing higher education and universities, where it is noted that a modern university acquires the characteristics of organizations in a self-educated and self-developing social network. Modern universities are acquiring the characteristics of initiators and organizers of sustainable social networks in a broad sense, maintaining balance, connections and communication within a network of numerous and different-status subjects.

Key words: higher education, university, social network, information technology, communications.

УДК 316.74:37

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.3>

Терещенко А.А.

аспірант кафедри соціології і публічного управління

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Мороз В.М.

д.н. з держ. упр., професор,
завідувач кафедри соціології

і публічного управління

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Вступ. Україна переживає складні часи на перетині глобальних трансформацій, викликів і тенденцій, до яких можна зарахувати намагання глобального світу перейти до суспільства знань, що зачіпає й спонукає перебудову в економіці, політиці й загалом в управлінні соціальними процесами. Також до глобальних трендів потрапляють процеси загострення криз, розповсюдження пандемії й війна. Глобальна криза не лише стосується посилення економічних і політичних проблем, а й проявляється в появі та кризі суспільних цінностей, серед яких особливе місце займають знецінення довіри, надійності й сталості розвитку

соціальних об'єктів. Усі ці процеси актуалізують увагу до інституту освіти загалом і вищої школи зокрема як одних із найбільш консервативних соціальних систем, а разом із цим відповідальних за найважливіші соціальні функції – накопичення й розвитку людського капіталу. Ще у 2009 році В. Бакіров наполягав на необхідності соціологічного переосмислення «соціальних функцій вищої освіти, її місця у духовному виробництві, моделі та технології управління вищими навчальними закладами, організації їх роботи, проблеми соціальної нерівності та стратифікації студентства, специфіки професорсько-викладацького середовища, адап-

тації викладачів до нових умов і принципів їх діяльності» [1]. Між тим минулі п'ятнадцять років змінили часи, але необхідність перегляду й оновлення соціологічної рефлексії щодо завдань вищої освіти залишилася.

Саме суспільство знань потребує модернізації вищої освіти, її мети, змісту, структури й технологій управління та викладання. Сучасний соціологічний дискурс насичений ствердженнями, що динаміка системи вищої освіти забезпечує збереження й нарощування соціального й людського капіталу, що дає можливість державі та країні успішно розвиватися й підтверджувати власну незалежність. Саме на інститут вищої освіти покладено відповідальність відтворення зруйнованого потенціалу країни, який радикально змінився під тягарем потокової міграції робочої сили, «відтоку мізків», потреб мобілізації людського ресурсу в умовах воєнного стану. За останні два роки університети як головні носії та суб'єкти власної освітньої політики, а між тим і провідники освітньої політики держави опинилися в умовах гострого фінансового дефіциту, конкуренції за ресурси і здобувачів вищої освіти, навіть в умовах загрози самого існування закладу як окремої освітньої одиниці. Усі ці процеси актуалізують необхідність розгляду змін і перспектив у системі вищої освіти України на початку третього року повномасштабної війни.

Мета статті – визначити напрями соціологічних пошуків в інтерпретації особливостей розвитку вищої освіти України загалом та університету зокрема як носія державної освітньої політики й ініціатора власної.

Виклад основного матеріалу. Загалом протягом останніх десятиліть посилилася увага сучасних учених і дослідників до вивчення проблем системи вищої освіти України. Глибоко розроблено інституціональні проблеми розвитку й функціонування вищої освіти (В. Астахова, К. Астахова, В. Чепак, С. Шудло), досліджено проблеми суб'єкт-об'єктних відносин у системі вищої освіти (В. Піча, Н. Черниш), висвітлено проблеми управління вищою освітою (В. Городяненко, Н. Липовська, В. Полторак) та інших. Необхідно відзначити значний внесок у соціологію освіти таких учених, як В. Бакіров, В. Волович, К. Михайльова, І. Нечитайло та багатьох інших.

За визначенням Т. Марусяк, і зараз, у буремні воєнні часи, «тема реформування й трансформації освіти була й залишається актуальною. Після початку повномасштабного вторгнення росії вітчизняні науковці змінили фокус праць для вивчення подальших перспектив у цій сфері [2].

Осмилюючи науковий інтерес вітчизняної соціологічної думки стосовно аналізу особливостей функціонування інституту вищої освіти, можна виділити декілька сталих дослідницьких

орієнтирів, навколо яких розвивається соціологія вищої освіти, відбиваючи й діагностуючи соціальні реалії сьогодення.

Передусім, безумовно, домінують питання діяльності вищої освіти загалом та окремих університетів в умовах війни й активних бойових дій. Так, у монографії, що видали у 2022 вчені Інституту соціології, указано, що «людський потенціал і пов'язані з ним складові (освітня, наукова, інтелектуальна) все ще є головними досягненнями розвитку країни на противагу інституційним та інфраструктурним компонентам. Проте загрозою цьому потенціалу останнім часом стали як внутрішньодержавні чинники економічного і політичного характеру» [3]. Ми маємо можливість спостерігати активні практики щодо реформування, навіть кардинальної реструктуризації системи вищої освіти України Міністерства освіти і науки. Результати пошуку контекстів і смислів поновлюваної освіти загалом і вищої ланки зокрема відображено в Стратегічному плані діяльності Міністерства освіти і науки України до 2027 року. Освіта переможців, де зазначено, що «ми прагнемо не лише відбудувати зруйновані заклади освіти та наукові установи, а й трансформувати зміст і сенс освіти загалом, забезпечити сталий безперервний розвиток системи освіти для відновлення і розбудови конкурентоспроможної, інноваційної України» [4].

Між тим погоджуємося з твердженням, що «система освіти вистояла та стала ще одним незламним ресурсом й соціальним капіталом, завдяки якому Україна зможе вистояти, перемогти й розбудувати повоєнну економіку, інфраструктуру й життя в цілому. Освіта була й стала особистісним ресурсом й капіталом багатьох українців, що рятувались від війни» [5]. Заклади вищої освіти гнучко реагували на виклики в рамках війни та намагалися створити сприятливі умови для студентів і працівників.

Як указують К. Астахова, К. Михайльова й Т. Зверко, «значна частина людей усвідомила війну як нову реальність, емоційний стан змінюється. Не відбулось застрявання на стадії шоку та відмови від сприйняття катастрофи, що трапилася. Маємо нову стадію переживання травми війни, яка потребує осмислення і пошуку шляхів збереження здатності до подальшої дії. Під час війни звичні світи не тільки розшарувалися, але й змішалися. Можливість довготривалих наслідків колективної травми слід передбачати вже зараз» [6].

Таким чином, консерватизм системи вищої освіти став, з одного боку, гальмом до її модернізації, а з іншого – ресурсом, що допоміг зберегти кадри, потенціал окремих міст і держави. Освіта виступила ресурсом і капіталом і на особистісному рівні українців, які, рятуючи свої

життя, змогли адаптуватися на нових місцях як усередині країни, так і за її межами.

Другим напрямом соціологічних роздумів щодо освітніх мейнстрімів залишається дискурс щодо системної кризи, яка проявилася у світі в період пандемії, а в Україні загострилася в умовах воєнного стану. Як зазначають В. Погрібна й І. Підкуркова, «системна криза – це не тільки криза економічна або політична, але й криза базових цінностей, яка проявляється в знеціненні загальної моралі, формуванні мозаїчності або амбівалентності масової свідомості, поширенні аномічних настроїв. Все це відбивається на інституті освіти, гальмуючи процеси його реформування. Проте та системна криза, що «накрила» зараз Україну, має особливу природу, бо безпосередньо пов'язана з двома надпотужними зовнішніми чинниками – пандемією й війною, наслідком чого став вимушений перехід більшості вишів на суто дистанційну форму роботи» [7].

Деяко іншої думки з приводу особливостей сучасної кризи в освіті дотримуються Л. Сокурняська, О. Голюков та С. Аніпченко, указуючи, що «одним із найважливіших вимірів цієї кризи є криза розуміння місії вищої освіти взагалі та класичного університету, зокрема. Маркетизація та комодифікація вищої освіти ігнорують лексику, семантику та соціальну логіку таких категорій осмислення та практикування вищої освіти, як «місія», «виховання», «цінності освіти», переводячи дискурс і практики на «надання послуг», «ринок освітніх продуктів», «боротьба за місце на ринку» тощо» [8].

Між тим сучасна система вищої освіти України, усвідомлюючи новітні виклики з боку суспільства та відбиваючи внутрішні потреби й можливості, намагається зберегти баланс між сталими консервативними формами існування й функціонування та затребуваними інноваціями. Внутрішні потреби відіграють визначальну роль у розвитку й закріпленні новаторських тенденцій в освіті. Вони дають змогу не лише відгукнутися на зміни в суспільстві, а й створити переважну орієнтацію на забезпечення умов для розвитку самої системи освіти, розкриття різноманіття її можливостей. Таким чином, відгукуючись на різноманіття дійсності, освіта сама перетворилася на внутрішньо різноманітну систему, елементи якої забезпечують як існування один одного, так і досягнення єдиної мети.

Пошук нових форм взаємодії вищої освіти й суспільства призводить до значного розширення уявлень про види та форми взаємодії із зацікавленими сторонами, а також кола потенційних партнерів ЗВО в досягненні поставлених цілей [9]. Сучасні ЗВО імплементують у практику всі ключові елементи стейкгольдер-менеджменту. Як стейкгольдери фігурує широке коло суб'єктів, до якого входять не

тільки зовнішні щодо ЗВО організації, а й здобувачі, викладачі, співробітники ЗВО, а також випускники. Університети розробляють власні канали і способи встановлення й утримання зв'язків зі стейкгольдерами, унікальні методи залучення представників різних груп стейкгольдерів до процедур запровадження, організації та реалізації освітніх програм.

Соціологічний дискурс щодо нових форм взаємодії університетів, закладів вищої освіти, освітніх установ та інших суб'єктів соціального простору представлено в роботах вітчизняних науковців у вигляді освітніх кластерів [10]. Так, М. Бірюкова визначає, що «реалізація кластерного підходу призводить до отримання нового якісного результату за рахунок інтеграції зусиль всіх партнерів. Інтеграція навчальних закладів в регіональне середовище, забезпечення якісно нового рівня підготовки фахівців, зростання кваліфікації наукових і науково-педагогічних кадрів, активізація наукових досліджень та інноваційної діяльності, підвищення їх результативності та ефективності для потреб регіону, перетворення навчальних закладів до центрів підйому і стабілізації регіонального розвитку являється актуальною та головною метою сучасної системи освіти. Адже високу конкурентоспроможність освіти зможуть забезпечити не окремі освітні установи (навіть ті, що досягли високого рівня якості освіти), а кластери суб'єктів, які задіяні на освіту, пов'язані між собою рішенням конкретного аспекту національної проблеми» [11].

Підсумовуючи представлений огляд результатів останніх пошукових розробок вітчизняних соціологів щодо переосмислення призначення вищої освіти в її інституційній та організаційній формах, доходимо висновку, що сучасні університети все більше набувають ознак автономних, унікальних соціальних суб'єктів, які є носіями й новаторами вищої освіти. З іншого боку, університети набувають ознак організацій у самоствореній і саморозвивальній соціальній мережі, де мережу розглядаємо в дефініціях мережевого аналізу (за Баррі Веллманом). Соціальні мережі, як уважає Б. Веллман, є безліч людей (організацій і соціальних утворень), об'єднаних у систему таких соціальних взаємовідносин, як дружба, спільна робота й обмін інформацією. Тим самим мережеві спільноти – це «мережі міжособистісних зв'язків, які забезпечують соціальну взаємодію, підтримку, інформацію, почуття приналежності до групи та соціальну ідентичність» [12, р. 228]. Сучасні університети набувають характеристик ініціаторів та організаторів сталих соціальних мереж у широкому сенсі, що утримують баланс, зв'язки й комунікації всередині мережі численних і різностатусних суб'єктів.

Відомий сучасний американський соціолог Дж. Рітцер зазначає, що сьогодні мережева

теорія є групою концепцій, основаних на низці загальних методологічних постулатів, які розглядають соціальні взаємодії як на макро-, так і на мікрорівні, виходячи з того, що їх учасники мають різний доступ до значних ресурсів і внаслідок цього одні залежить від інших [13]. У такій інтерпретації соціальний капітал університету можемо трактувати як результат сумісної діяльності всіх представників університетської освітньої мережі, яка призводить до розвитку загальних норм і правил, що сприяє ступеню кооперації та співробітництва. Характеристиками такої соціальної мережі, ініційованої університетом, є наявність активної мережевої комунікації й креативність у пошуку внутрішніх партнерів для здійснення ініціативних освітніх і наукових проєктів.

Сучасні університети в Україні в дефініціях теорії соціальної мережі знаходяться в стані автономії, що зростає, і збільшення залежності від суспільної солідарності. З одного боку, у мережевих спільнотах суб'єкт повністю є автономним, проте при цьому в нього виникає потреба в соціальному відгуку й соціальному схваленні. У сукупності зазначених підходів є можливим охарактеризувати мережеві спільноти як найважливішу форму соціальної взаємодії в інформаційному суспільстві, що глобалізується, які певним чином структурують комунікативний простір і створюють нові зміни соціальних інтеракцій, недоступні для традиційних інститутів.

Університет стає високоорганізованою мережевою спільнотою й реалізує всі ключові аспекти соціальної організації та соціальної практики щодо підтримки певного рівня організаційної взаємодії та комунікації між різними рівнями об'єктів мережі, розширення кількості й різноманіття учасників такої соціальної мережі. Університет стає зацікавленим у підтримці не тільки сталих, системних взаємодій, зв'язків і комунікацій, а й так званих «слабких», віддалених зв'язків. Технологією підтримки мережевої взаємодії є різноманітні цифрові мережеві технології, характерні для інформаційного століття, простимульовані соціальними й організаційними мережами так, що дають змогу забезпечити їхнє нескінченне розширення та зміну конфігурації, перевершуючи традиції мережевих форм організації для управління складності за певний розмір мережі.

Унаслідок таких змін виникає сучасна мережева організація інформаційного типу. У ній логіка управління, забезпечення організаційної структури й порядку замінюється логікою керування мережевою структурою інформаційних потоків, що сутнісно знаменує твердження принципово нової соціальної структури: відбувається зрушення від звичних зв'язків, взаємодій і комунікацій до системи

горизонтальних комунікативних мереж, організованих за допомогою Інтернету й бездротової комунікації. Простір комунікативних потоків відриває від звичного простору (географічного та соціального) тих, хто інтегрується до мережі.

Поступово, за Кастельсом, звичний університет як соціальна матриця, розташована у фізичному просторі і структурована відповідно до соціальної морфології, перетворюється на «університет-мережу» [14]. Університет-мережа – це не місце, а процес, за допомогою якого центр продукування вищої освіти і споживання освітніх послуг і різноманітні товариства, що відіграють при них допоміжну роль, зв'язуються в глобальну мережу на основі інформаційних потоків.

Висновки. Нові часи призвели до необхідності перегляду методологічних основ соціологічної рефлексії вищої освіти як соціального інституту й університету як його суб'єкту. Обсяг і швидкість поширення інформації впливають на діяльність усіх соціальних інститутів і всього соціуму загалом. Новим продуктом сучасного світу стають мережеві спільноти. Мережевий підхід дає можливість розглядати університет як ініціатора й організатора багаторівневої мережі внутрішніх і зовнішніх партнерів. При цьому університет створює й підтримує відкриті інтернет-платформи, формує мережеві комунікації, які сприяють об'єднанню людей без обмежень за географічними або територіальними ознаками, які мають загальні соціальні цілі, цінності й інтереси. Такий університет, визначає основну мету своєї діяльності – реалізацію соціальної відповідальності, тим самим формуючи механізми консолідації суспільства, забезпечуючи згуртованість соціальних партнерів. При цьому на перший план виходить питання саме використання нових технологій, які радикально змінюють стратегії розвитку соціальних інститутів, таких як вища освіта, і соціальних суб'єктів – університетів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бакіров В. Сучасна вища освіта як предмет соціологічної рефлексії. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. 2009. № 881. URL: core.ac.uk/download/pdf/46589434.pdf (дата звернення: 11.03.2024).
2. Марусяк Т.С. Освіта в Україні в умовах війни: стан та перспективи. *Перспективи* : соціально-політичний журнал. 2022. № 3. С. 134–140.
3. Українське суспільство в умовах війни. 2022 : монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко та ін. ; за ред. член.-кор. НАН України, д. філос. н. Є. Головахи, д. соц. н. С. Макеева. Київ : Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
4. Стратегічний план діяльності Міністерства освіти і науки України до 2027 року. Освіта переможців. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/>

Strateh.plan.diyalnosti.MON.do.2027.roku.pdf (дата звернення: 11.03.2024).

5. Бірюкова М.В. Освіта як соціальний капітал в часи війни: суспільний та особистісний виміри. *Біженці та внутрішньо переміщені особи України на шляхах війни: кроки незламності* : монографія / В.І. Подшивалкіна, Н.В. Коваліско та ін. ; за ред. М.В. Бірюкової. Львів, 2023. 380 с.

6. Астахова К., Михайльова К., Зверко Т. Освіта в умовах війни: макро- та мікроконтексти аналізу. *Вища освіта України*. 2023. № 2 (89). С. 18–25.

7. Погрібна В.Л., Підкуркова І.В. Дистанційна освіта в умовах системної кризи: нові виклики й нові можливості. *Вісник Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого. Серія «Філософія, філософія права, політологія, соціологія»*. 2023. № 3 (58).

8. Сокурянська Л., Голіков О., Аніпченко С. Вища школа в динамічних умовах (пост)сучасності: чи є місія? (за результатами фокусованих групових інтерв'ю). *Вісник ХНУ імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. 2021. № (46). С. 50–59.

9. Нечитайло І., Борюшкіна О., Назаркін П. Стейк-голдер-менеджмент як інструмент соціального парт-

нерства у сфері вищої освіти. *Грані* : науково-теоретичний альманах. 2022. № 25 (2). С. 72–81. URL: <https://doi.org/10.15421/172226> (дата звернення: 11.03.2024).

10. Зверко Т. Моделі кластерної політики: світові освітні практики. *Новий колегіум*. 2020. № 2 (100). С. 18–21. URL: <https://doi.org/10.30837/nc.2020.2.18> (дата звернення: 11.03.2024).

11. Бірюкова М.В. Освітня мережа як форми модернізації сучасної освіти України. Розвиток сучасного українського суспільства: соціологічний та політологічний виміри, грудень, 2019. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/007e3d65-f4b7-443f-bab2-b2a7bdea3ab6/content> (дата звернення: 11.03.2024).

12. Wellman B. Physical and Cyber Place: The rise of personalized Networking. *International Journal of Urban and Regional Research*. 2001. Vol. 25. P. 228.

13. Ritzer G. Sociological Theory. URL: https://ccsuniversity.ac.in/bridge-library/pdf/Sociological_Theory%20Ritzer.pdf (дата звернення: 11.03.2024).

14. Castells, Manuel. *The Information Age: Economy, Society and Culture*. Volume I: The Rise of the Network Society. Second edition. Oxford : Wiley Blackwell, 2010 p.

ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ Й ІНШИХ МАЛОМОБІЛЬНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ В УКРАЇНІ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОЇ СОЦІОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНОЇ ІНКЛЮЗІЇ

THE PROBLEM OF SOCIAL ADAPTATION OF PEOPLE WITH DISABILITIES AND OTHER LOW-MOBILITY GROUPS IN UKRAINE IN THE CONTEXT OF THE MODERN SOCIOLOGY OF SOCIAL INCLUSION

Стаття присвячена дослідженню проблеми соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні. На основі вторинного аналізу соціологічних даних – досліджень сучасних українських і зарубіжних соціологів, дослідників проблеми соціальної інклюзії – встановлено основні проблеми некоректного використання мови безбар'єрності в наукових дослідженнях і повсякденному спілкуванні; проаналізовано результати соціологічних опитувань, проведених українськими соціологами, щодо соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в українському суспільстві; проведено неформалізований якісний аналіз відеоконтенту щодо проблеми соціальної інклюзії в Україні, Олександра Терена – автора розважального інклюзивного YouTube шоу «Відвал ніг або All інклюзив». Визначено, що ключовими проблемами соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні є такі: низький рівень соціально-економічного забезпечення – відсутність належної державної підтримки, якісної медичної допомоги та реабілітації, можливості працевлаштування, доступу до освіти; недостатній рівень доступності середовища – інфраструктура, яка не відповідає потребам і державним будівельним нормам; негативне ставлення суспільства – соціальна стигматизація, комунікативні бар'єри, стереотипне мислення, що потребує комплексного підходу щодо пошуку ефективних рішень подолання цієї проблеми в Україні.

Ключові слова: соціологія соціальної інклюзії, соціальна адаптація, люди з інвалідністю,

маломобільні групи населення, соціальна інклюзія.

The article is devoted to the study of the problem of social adaptation of people with disabilities and low-mobility groups in Ukraine. Based on the secondary analysis of sociological data – studies by contemporary Ukrainian and foreign sociologists, researchers of social inclusion: the main problems of incorrect use of the language of accessibility in scientific research and everyday communication are identified; the results of sociological surveys conducted by Ukrainian sociologists on the social adaptation of people with disabilities and low-mobility groups in Ukrainian society are analyzed; the informal qualitative analysis of video content on the problem of social inclusion in Ukraine, by Oleksandr Teren, author of the entertaining inclusive YouTube show "Leg Dump or All Inclusive". It has been determined that the key problems of social adaptation of people with disabilities and low-mobility groups in Ukraine are the following: low level of socio-economic security – lack of proper state support, quality medical care and rehabilitation, employment opportunities, access to education; insufficient accessibility of the environment – infrastructure that does not meet the needs and state building standards; negative attitude of the society – social stigmatization, communication barriers, stereotypical thinking, which requires a comprehensive approach to finding effective solutions to overcome this problem in Ukraine.

Key words: sociology of social inclusion, social adaptation, people with disabilities, low-mobility groups, social inclusion.

УДК 304.316.364.6
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.4>

Черних Г.А.

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

Актуальність дослідження. Станом на 1 січня 2020 року, за даними Міністерства соціальної політики, в Україні зареєстровано 2,7 млн. осіб з інвалідністю, у тому числі 222,3 тис. осіб із I групою інвалідності, 900,8 тис. осіб із II групою інвалідності, 1416,0 тис. осіб із III групою інвалідності та 163,9 тис. дітей з інвалідністю. Станом на 22 вересня 2023 році зареєстровано 3 млн. осіб з інвалідністю, але уточнених статистичних даних щодо кількості осіб за групами інвалідності й серед дітей у Мінсоцполітики наразі не надає, однак повідомляє, що за півтора року приріст людей з інвалідністю становить приблизно 300 тисяч осіб. Дані свідчать про те, що в Україні постає суттєва проблема приросту кількості людей з інвалідністю та їх соціальної адаптації в умовах війни, адже якщо брати дані про приріст кількості людей з інвалідністю в період до повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року, то, за даними

Нацсамблеї людей з інвалідністю, інвалідність отримали 13 тисяч осіб, а за 10 місяців війни у 2022 році інвалідність отримали понад 45 тисяч людей. Однак варто зазначити, що ця цифра може не відповідати реальній кількості, адже існують перешкоди щодо оформлення інвалідності під час війни. Іншою не менш важливою та актуальною проблемою є проблема соціальної адаптації маломобільних груп населення. В Україні не сформовано чіткого бачення кількості населення, яке підпадає під визначення «маломобільні групи населення». Варто одразу зазначити, що в українському суспільстві часто плутають розуміння поняття «маломобільні групи населення» та «люди з інвалідністю», ототожнюючи ці поняття як синонімічні, що не відповідає дійсності. Також постає проблема достовірності статистичного аналізу, у Міністерстві юстиції України зазначають, що маломобільними тією чи іншою мірою може вважатися від 30 до 50 відсотків

українців. З погляду соціологічного аналізу ця похибка є досить суттєвою для можливості представлення валідних даних, обґрунтованих і таких, що ймовірно точно відповідають соціальній реальності. Однак, незважаючи на окреслені суперечності, проблема соціальної адаптації маломобільних груп населення залишається актуальною на рівні з проблемою адаптації людей з інвалідністю в Україні. Ця проблема є суттєвим актуальним викликом для українських дослідників з різних галузей наукового пізнання: соціології, психології, економіки, юриспруденції тощо.

Постановка проблеми. Кількість людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні з кожним роком зростає. Однак кількість українців за усіма прогнозами буде зменшуватися. Так, в Інституті демографії та соціальних досліджень зазначають, що чисельність населення України до 2030 року може становити від 24 до 32 мільйонів осіб. Приріст осіб, які потребують належної державної та суспільної допомоги, поваги й людяності щодо себе, указує на важливість вирішення проблеми ефективної та швидкої реалізації вдосконаленої системи соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні.

Виходячи з аналізу соціальної адаптації, необхідно враховувати, що це – двосторонній процес, який пов'язаний із тим, що людина не лише пристосовується до нових умов життєдіяльності й навколишнього соціального середовища, а й сама намагається змінити їх шляхом покращення ефективного та гідного рівня функціонування суспільства заради спільного блага. Основною проблемою в цьому контексті є усвідомлення більшістю громадян необхідності покращення системи соціальної адаптації – створення соціально-відповідального суспільства. Важливим завданням є впровадження досліджень ефективних механізмів соціальної адаптації, які мають бути реалізовані за допомогою таких галузей наукового пізнання, як соціологія соціальної інклюзії. Підготовка фахівців і розвиток цієї галузі є потребою впровадження загальноосвітньої просвітницької та виховної діяльності щодо проблем соціальної інклюзії в Україні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Процес соціальної адаптації розглядається в межах міждисциплінарних підходів філософії, соціології, психології, економіки, педагогіки, юриспруденції, архітектури, геронтології, біології, які розкривають і доповнюють суть загальнонаукової категорії «адаптація».

Проблема соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення розглядається в межах міждисциплінарних досліджень: «соціальної інтеграції та реабілітації», «соціалізації», «професійної

адаптації», «допоміжних технологій», «інклюзивного туризму», «універсального дизайну створення безбар'єрного середовища», «доступності спортивних центрів» тощо [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7].

Підґрунтям теоретичного аналізу процесів «адаптації» та «соціальної адаптації» в соціології є роботи зарубіжних соціологів: Е. Берджесса, Ф. Знанецького, Дж. Мердока, Р. Парка, Т. Парсонса, Г. Спенсера, П. Сорокіна, Дж. Стюарда, Г. Тарда, У. Томаса, Л. Уайта, Е. Фромма, М. Харріса, Е. Шилза, Я. Щепанського й інших. Зокрема, Г. Спенсер одним із перших у соціології почав вивчати проблему соціальної адаптації – «безперервна підтримка відповідності внутрішніх відносин до зовнішніх» [8, р. 104].

Українські дослідники-соціологи розглядають соціальну адаптацію здебільшого в межах соціології праці: О. Злобіна, О. Симанчук, В. Тихонович, М. Черниш, А. Хмельов, В. Хмелько й інші розкривають сутнісні аспекти соціальної адаптації робітничого класу, соціально-економічні орієнтації робітників України. Щодо питання соціальної інклюзії, то воно здебільшого розглядається в роботах, присвячених аналізу цього явища у зв'язку із соціальною роботою (О. Байдарова, Л. Клос, Н. Єсіна, О. Стрельникова й інші), соціальною політикою (А. Загородня, Т. Перегудовай інші), соціальною педагогікою (Т. Алексеенко, Г. Шевчук, Л. Потапюк та інші). Однак варто зазначити, що в українській науці ще залишається недостатньо розробленою та дослідженою тема соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення, що пов'язано з проблемами академічного впровадження соціології соціальної інклюзії та актуалізації досліджень цієї проблеми серед фахівців-соціологів.

Мета статті – дослідити стан і тенденції розвитку в Україні проблеми соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення.

Для досягнення поставленої мети визначено й розв'язано такі **завдання**: встановлено основні проблеми некоректного використання мови безбар'єрності в наукових дослідженнях і повсякденному спілкуванні; проаналізовано результати соціологічних опитувань, пов'язаних з темою презентації уявлень про людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні; проведено неформалізований якісний аналіз відеоконтенту розважального YouTube шоу, яке розглядає проблему соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні.

Методологія дослідження. Дослідження проведено із застосуванням методів вторинного аналізу даних, порівняльного методу, структурно-функціонального аналізу, неформалізованого якісного аналізу відеоконтенту.

Виклад основного матеріалу. Проведений порівняльний аналіз міждисциплінарних наукових досліджень, пов'язаних із вивченням проблеми соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення, за період із 2013 по 2024 рока продемонстрував, що в науковому доробку українських дослідників часто можна зустріти помилкове використання некоректних термінів, які не відповідають сучасним коректним нормам мови безбар'єрності й відображають прояви стигматизації в дослідницькому полі науки: «люди (особи) з обмеженими можливостями», «люди з особливими потребами», «діти та молодь з обмеженими можливостями», «інваліди» тощо [9; 10; 11]. Усе це є наслідком відсутності достатньої кількості необхідних культурних заходів, освітніх практик і просвітницької діяльності з боку держави, зокрема Міністерства освіти і науки України. Деякі дослідження з використанням зазначених некоректних термінів, як правило, стосуються робіт, які видано до 2018 року, коли Президент України офіційно підписав Закон № 2249-VII, згідно з яким із законодавства вилучається термін «інвалід» і впроваджується термін «особа з інвалідністю», але також зустрічаються дослідження останніх років (актуальних на період проведення цього дослідження 2023–2024 років), які нехтують нормами безбар'єрної мови. Варто зазначити, що в Конвенції ООН про права осіб з інвалідністю (2006) стверджується, що «поняття інвалідність розвивається і що інвалідність є результатом взаємодії між людьми, котрі мають порушення зі здоров'ям, і бар'єрами в ставленні й середовищі, які заважають їх повній та ефективній участі в житті суспільства нарівні з іншими», що «особи з інвалідністю продовжують натрапляти на бар'єри на шляху їхньої участі в житті суспільства як повноправних членів» [12]. Отже, умовою реалізації соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні є дотримання в суспільстві всіма без винятку всіх правил і норм, які закладено в офіційних законах і Конвенціях, що має регулюватися загальним рівнем освіти, пов'язаної з усвідомленням проблем соціальної інклюзії та подоланням соціальної стигматизації.

Однак, за результатами аналізу, установлено, що до сих пір у повсякденному спілкуванні українців можна зустріти некоректні та зневажливі слова, якими вони користуються для позначення людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення. Це стосується таких коректних і некоректних термінів, як «людина з інвалідністю; фізичними; сенсорними; психічними; інтелектуальними; ментальними порушеннями» – це коректні терміни відповідно до норм мови безбар'єрності; некоректні слова – «інвалід», «людина з обме-

женими можливостями», «людина з обмеженими фізичними можливостями», «людина з особливостями», «людина з особливими потребами», «каліка», «людина з нюансами», «особлива людина», «неповноцінний», «неповносправний», «недієздатний», «страждає на інвалідність», «інклюзивні люди» – усі ці слова є стигмами, певним соціальним тавруванням, що суттєво впливає на соціальні відносини між людьми з інвалідністю й без. Наступний коректний термін «людина з порушеннями рухових функцій» часто замінюється на некоректне визначення – «людина прикута до крісла/ліжка», що відображає нерозуміння інтерпретації слова «прикута» як маркер обмеження свободи пересування людини. Інший приклад, коли коректний термін «крісло колісне» замінюється на «інвалідний візок», «візочок», «інвалідне крісло», «крісло-каталка», які більше стосуються неправильного вжитку поняття «візок» як інструменту перевезення товарів і продуктів, тощо; так само некоректно називають «людину, яка користується кріслом колісним» – «колясочник», «візочник».

Щодо поняття «маломобільні групи населення» також склалася своя форма соціально неперозуміння та поширення соціальної стигматизації. Американський соціолог Ірвін Гофман так визначає поняття «стигматизація – це процес виділення індивіда на підставі якихось відхилень від норми з метою застосування суспільних санкцій. Це щось більше, ніж просто навішування ярликів. При цьому низка стереотипів виробляється ще у дитинстві й поступово закріплюється, часто несвідомо, у процесі щоденних соціальних взаємодій» [13]. Саме через певні усталені стереотипи поняття «маломобільні групи населення» часто некоректно замінюють на «маломобільні люди й люди з інвалідністю», але люди з інвалідністю є частиною маломобільних груп населення. Однак водночас у цю групу включено людей, які мають проблеми із самостійним пересуванням через недоступність і незручність середовища (бар'єри, пов'язані з недотриманням і нехтуванням державно-будівельних норм, недотриманням правил безпеки та гідних умов інклюзії). До маломобільних груп населення зараховують людей старшого віку, вагітних жінок, дітей до 7 років з батьками або особами, що їх супроводжують (люди з дитячими колясками), люди з тимчасовими фізичними порушеннями, люди зі значно зменшеною або збільшеною масою тіла, нижчі або вищі за середній зріст [14; 15]. Отже, ці прояви соціальної стигматизації спричинені відсутністю достатніх знань і комунікаційної культури, що, у свою чергу, призводить у людей з інвалідністю та інших маломобільних груп населення до відчуття відчуження від суспільства: виключення із соціальної взаємодії та відносин, що

суттєво впливає на їхнє гідне життя. Саме гідне й поважне ставлення до людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення є запорукою справдження їхніх конституційних прав у житті та дотримання Конвенції про права осіб з інвалідністю. Попередній аналіз указує на те, що в Україні ще формується впровадження загальноприйнятих норм безбар'єрної мови. Однак у процесі подальшого аналізу встановлено, що наразі відбувається просвітницький процес щодо етики спілкування в різних сферах культурної діяльності, де виникають питання щодо людей з інвалідністю: науці, освіті, ЗМІ та ЗМК тощо.

Надалі в роботі проведено аналіз актуальних соціологічних опитувань і досліджень. Так, за результатами Національного соціологічного дослідження про сприйняття людей з інвалідністю в Україні, проведеного Соціологічною групою «Рейтинг» у період 28 серпня – 20 жовтня 2023 року в рамках проекту «Центр експертизи у сфері прав людей з інвалідністю» на замовлення Громадської спілки «Всеукраїнське об'єднання організацій в інтересах осіб з інвалідністю «Ліга сильних», встановлено, що проблема соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні пов'язана з такими основними проблемами: недостатній розмір соціальних виплат, допомоги від держави та непристосованість приміщень, навколишнього середовища. Також варто відзначити наявність ключових дискримінаційних моментів, які зазначили респонденти-люди з інвалідністю: відсутність можливості для нормальної мобільності – вільного пересування за межами власного помешкання; відсутність належної архітектурної доступності до об'єктів публічного простору; дискримінація під час працевлаштування та пошуку роботи; дискримінація щодо отримання освітніх послуг і дозвілля, пов'язана з дискримінацією щодо свободи пересування; у більшості людей з інвалідністю негативне ставлення до програм допомоги та сфер, пов'язаних із реабілітацією, і їх доступності; відсутність можливостей реабілітації в маленьких містах. Також показовою є проблема, що 50% населення України не бачать у своєму повсякденному житті людей з інвалідністю або бачать їх рідко [16].

За результатами іншого соціологічного дослідження «Інвалідність та війна», яке проведено Громадською організацією людей з інвалідністю «Fight For Right/Боротьба за права» 11–24 травня 2022 року, визначено такі основні проблеми соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні: війна стає катализатором загрози життю людей з інвалідністю та підвищує їхню соціальну активність; під час війн чи стихійних лих люди з інвалідністю

опиняються серед перших, хто « гине, хворіє та інфікується, і серед останніх, хто отримує необхідні ресурси й ліки ». Вразливість людей з інвалідністю « підсилюється специфікою інвалідності, (не)доступністю інформації, архітектурними бар'єрами, гендером, соціальним статусом, місцем проживання, (не)включеністю в соціальні та інші мережі » [17]. Один із найжахливіших досвідів, який переживають люди з інвалідністю під час війни, – це відчуття безпорадності, приреченості й замкненості в небезпеці, коли неможливо швидко та безпечно дістатися в укриття: у ситуації з непрацюючим ліфтом чи відсутністю нормальних умов доступності укриттів. Люди з інвалідністю часто покладають відповідальність за свою соціальну адаптацію в суспільстві самі на себе, хоча саме суспільство впевнене, що в цій адаптації мають допомагати місцева та центральна влада.

З метою аналізу глибинних якісних ознак соціальної поведінки, розкриття внутрішніх переживань людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення, їхнього повсякденного досвіду та намагання звернути на себе увагу суспільства, у межах роботи проведено неформалізований якісний аналіз відеоконтенту інклюзивного YouTube шоу «Відвал ніг або All інклюзив». Автор шоу – протезований український захисник, ветеран російсько-української війни, письменник Олександр «Терен» Будько, який із медійними гостями, сидячи в кріслах колісних, відвідують найбільш відомі туристичні маршрути, пам'ятки, музеї. Сам автор зазначає: «Шоу має комічне забарвлення, хоча й указує на проблематику інклюзивності в нашій країні. Воно, як одужання очей, допоможе відкрити для себе світ, у якому кожен із нас може щось змінити, тож почніть із пандуса» [18]. Канал створено 11 грудня 2023 року, має 36 тисяч підписників і загалом більше ніж мільйон переглядів, ураховуючи відеоконтент YouTube Shorts (короткотривалі відео до 60 секунд). Проаналізовано три відеоматеріали: «Відвал ніг у Вінниці з Васею Байдаком» (227 тисяч переглядів за місяць), «Відвал ніг у Львові з Машею Єфросиніною» (272 тисячі переглядів за 3 тижні), «Відвал ніг з Владом Хільченко (Однією Правую) в Буковелі» (114 тисяч переглядів за 10 днів) – загальною тривалістю 2 години 55 хвилин. За результатами аналізу зроблено такі ключові висновки: 1. Основна мета автора «продемонструвати, наскільки інфраструктура міст готова до безбар'єрного існування людей з інвалідністю». 2. Головне завдання, яке ставить автор для досягнення мети, – це перевірка міської доступності (інклюзії) – свобода, безбар'єрність, комфортність, умови пересування містом, які є індикаторами рівності, відсутності дискримінації та соціальної ізоляції.

Інструмент, який використовує автор і гості, – переміщення на кріслі колісному. 3. Запрошені гості програми зазначили, що були необізнані й не усвідомлювали проблеми людей з інвалідністю до того, як їх запросили взяти участь, також що вони зрозуміли з власного досвіду пересування в кріслі колісному – наскільки це важко. Влад Хільченко не пересувався в кріслі колісному, але наочно побачив усі складнощі на прикладі пересування Олександра Терена. 4. Основні стереотипи, пов'язані з людьми з інвалідністю в українському суспільстві, які виокремлюють автор і гості: «що люди з інвалідністю сидять по домівках, тому що вони не хочуть виходити в люди: по-перше, тому що все необлаштоване під них, по-друге, те, що в нас зазвичай звикли сприймати людей з інвалідністю як тих, хто викликає дискомфорт у людей, у яких усе в порядку» (М. Єфросиніна). 5. Місто Вінниця вважається одним із «найінклюзивніших» міст України, тож може бути певним взірцем для інших міст України, але ще мають бути вирішені наявні проблеми, пов'язані з інклюзією для людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення, збільшення інклюзивного транспорту й годин його роботи. До повномасштабного вторгнення кількість людей з інвалідністю у Вінниці становила 20 тис. населення, маломобільні групи населення становлять 40%, і це не враховуючи повернення ветеранів війни з фронту – з ампутаціями. 6. У місті Львові розташовані найбільші реабілітаційні центри в Україні – «Superhumans» та «Unbroken», що робить це місто найбільш орієнтованим на соціальну адаптацію ветеранів війни, людей з інвалідністю, маломобільних груп населення, постраждалих від війни дорослих і дітей в Україні. Однак місто потребує значних удосконалень щодо умов і якості міської доступності, що пов'язано з недотриманням державних будівельних норм, які мають забезпечувати комфортне, безпечне та безбар'єрне пересування містом. Зокрема, пандуси мають бути з ухилом не більше ніж 10%, викладання бруківкою центральних частин міста заради шарму, «візитівки» й туристичного попиту, застосування «інклюзивної бруківки» не сприяють соціальній адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення. 7. Співробітники й адміністрація курорту «Буковель» продемонстрували оманливу і шкідливу соціальну практику – демонстративного відтворення тимчасової інклюзії: доступності й клієнт-орієнтованості на людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення, з метою створення іміджу та репутації в громадській думці, що є загрозливим взірцем для наслідування надавачами туристичних та інших сфер послуг в Україні. За результатами аналізу встановлено, що ця практика є доволі поширеною, коли

надавачі послуг запевняють у забезпеченні всіх умов інклюзії, але насправді це не завжди відповідає дійсності. 8. І найголовніший, на нашу думку, висновок: «інклюзивність – це не тільки про архітектуру, а й про людей, це про те, що в нас має бути в голові – розуміння того, що в нас усе не так прекрасно. І люди доступні й відкриті до інших людей – хотіли би змінюватися, це було б дуже круто» [18].

Висновки. Проблема соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення в Україні пов'язана з такими ключовими соціальними фактами: *по-перше*, це необхідність покращення соціально-економічних умов розвитку суспільства в умовах війни та післявоєнної відбудови; запровадження й реалізація майбутніх державних і міських бюджетів з орієнтацією на соціальну інклюзію, вирішення проблеми доступності інфраструктури, сфер послуг, особливо медичних (абілітації та реабілітації), і покращення умов працевлаштування; *по-друге*, це брак інклюзивної освіти й освіти про інклюзію, що потребує збільшення кількості фахівців у галузі соціології соціальної інклюзії та педагогіки, розроблення новітніх прикладних досліджень та інклюзивних технологій, освітніх програм щодо інклюзивної освіти в Україні; *по-третє*, це негативне ставлення соціуму й соціальна стигматизація, що призводять до відчуття відчуження, обмежують можливість соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення. Важливим та актуальним питанням є розроблення, запровадження та вдосконалення спеціальних програм і заходів, які спрямовані на підтримку соціальної адаптації людей з інвалідністю й інших маломобільних груп населення, для забезпечення їхнього гідного, повного й ефективного залучення в життя суспільства з дотриманням демократичних цінностей, прав і свобод вільного народу України. Зокрема, більшої популяризації освітнього відеоконтенту, таких як YouTube шоу Олександра Терена, і серіалів, запропонованих на платформі цифрової освіти «Дія», пов'язаних із такими важливими темами: безбар'єрне спілкування та взаємодія; безбар'єрність в Україні та світі; концептуальні засади безбар'єрності; інклюзивний підхід під час ухвалення рішень; безбар'єрність на робочому місці; культура безбар'єрності [19].

ЛІТЕРАТУРА:

1. Мошовська М.Г., Савостікова К.І. Засоби інтеграції осіб з інвалідністю в сучасному суспільстві. *Публічне управління та соціальна робота*. 2023. № 1. С. 45–50. URL: <https://journal.ldubgd.edu.ua/index.php/soc/article/view/2560/2446> (дата звернення: 01.03.2024).
2. Бугіль С.Я. Розвиток інклюзивного туризму в Україні як засобу соціальної реабілітації людей

з обмеженими можливостями. *Transformation of Ukraine's economy: formation of an inclusive economy system and functionality of financial inclusion*. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2023. P. 79–99. URL: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-321-7-4> (дата звернення: 15.03.2024).

3. Кушнір Н.С. Особливості соціалізації та інтеграції молоді з інвалідністю на прикладі польської інтеграційної програми «REHABILITACJA 25 PLUS». *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2023. № 1 (52). С. 84–87. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/55623> (дата звернення: 15.03.2024).

4. Лапа О. Актуальні напрями професійної адаптації людей з інвалідністю внаслідок війни. *Технологічна і професійна освіта: проблеми і перспективи* : тези доповіді III Міжнародної науково-практичної конференції, 21 жовтня 2022 р. Глухів : Глухівський НПУ ім. О. Довженка, 2022. С. 62–65. URL: http://tpgnpu.ho.ua/images/vidavnictvo_new/2022/21-10-2022/zbirnik_materialiv_konf_21-10-2022.pdf#page=62 (дата звернення: 15.03.2024).

5. Assistive technologies are central to the realization of the Convention on the Rights of Persons with Disabilities / E.M. Smith et al. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*. 2024. № 19:2. P. 486–491. URL: <https://doi.org/10.1080/17483107.2022.2099987> (дата звернення: 15.03.2024).

6. Балдинюк О. Універсальний дизайн як спосіб створення безбар'єрного середовища для людей з інвалідністю в Україні. *Věda a perspektivy*. 2022. С. 153–165. URL: [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2022-6\(13\)-153-165](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2022-6(13)-153-165) (дата звернення: 15.03.2024).

7. Доступність спортивних центрів для людей з інвалідністю та маломобільних груп населення / О.С. Бабенцова й інші. *Modern problems of science, education and society. Proceedings of the 6th International scientific and practical conference. SPC "Sci-conf.com.ua"*. Kyiv, Ukraine, 2023. P. 235–240. URL: <https://sci-conf.com.ua/vi-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-modernproblems-of-science-education-and-society-14-16-08-2023-kiyiv-ukrayina-arhiv/> (дата звернення 15.03.2024).

8. Spenser H. *Essays: Scientific, Political and Speculative*. Library Edition, containing Seven Essays not before republished, and various other Additions. London: Williams and Norgate, 1891. Vol. 1. 478 p. URL: <https://oll.libertyfund.org/titles/spencer-essays-scientific-political-and-speculative-vol-1--5> (дата звернення: 15.03.2024).

9. Миськів Л.І. Принципи, завдання та функції інклюзивної освіти як світової моделі соціалізації осіб з обмеженими можливостями. *Європейські пер-*

спективи. 2013. № 10. С. 66–70. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/evpe_2013_10_12 (дата звернення: 15.03.2024).

10. Кириченко О.В., Атаманюк С.І. Роль та значення фізичної культури в житті інвалідів. *Modern problems in science* : The XIX International Scientific and Practical Conference / May 17–20, 2022. Vancouver, Canada, 2022. P. 507–512. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/41278/1/Modern-problems-in-science.pdf#page=508> (дата звернення: 15.03.2024).

11. Манолова А. Соціальна реабілітація дітей та молоді з обмеженими можливостями здоров'я (за досвідом роботи Комунальної установи центру надання соціальних послуг Ренійської міської Ради) : кваліфікаційна робота здобувача освітнього ступеня магістр спеціальності 231 Соціальна робота. Освітньої програми «Соціальна робота. Соціальна педагогіка» / кер. : к. пед. н., доц. О.Д. Замашкіна. Ізмаїл, 2024. 128 с. URL: <http://dspace.idgu.edu.ua/jspui/handle/123456789/2005> (дата звернення: 15.03.2024).

12. Convention on the Rights of Persons with Disabilities. UN, Web Services Section, Department of Public Information. 2006. URL: <https://web.archive.org/web/20161202042110/http://www.un.org/disabilities/convention/conventionfull.shtml> (дата звернення: 15.03.2024).

13. Goffman E. *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. London: Pelican Books. 1968. P. 173.

14. Маломобільні групи населення. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/TM070900> (дата звернення: 15.03.2024).

15. Маломобільні групи населення. *Довідник безбар'єрності*. 2021. URL: <https://bf.in.ua/invalidnist/malomobilni-hrupy-naseleattia/> (дата звернення: 15.03.2024).

16. Як насправді українське суспільство сприймає людей з інвалідністю? *Соціологічна група «Рейтинг»*. 2023. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/yak_naspravdi_ukrainske_suspilstvo_stavitsya_do_lyudey_z_invalidnistyu.html (дата звернення: 15.03.2024).

17. Інвалідність та війна : Аналітичний звіт за результатами дослідження. *Громадська організація людей з інвалідністю «Fight For Right/Боротьба за права»*. 2022. URL: https://ffr.org.ua/wp-content/uploads/2023/11/invalidnist_ta_viyana_analitychnyi_zvit_zh_rezultatamy_doslidzhenya.pdf (дата звернення: 15.03.2024).

18. Терен О. Відвал ніг або All інклюзив. 2024. URL: <https://www.youtube.com/@TERENUA> (дата звернення: 15.03.2024).

19. Держава без бар'єрів. *Освіта. Дія*. 2022. URL: <https://osvita.diiia.gov.ua/courses/barrier-free-government> (дата звернення: 15.03.2024).

СЕКЦІЯ 2

СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

СИМВОЛІЧНІ БІНАРНІ ОПОЗИЦІЇ В СТРУКТУРАЛІСТСЬКОМУ ДОСЛІДЖЕННІ КАБІЛЬСЬКОЇ ОСЕЛІ П'ЄРА БУРДЬО (НА МАТЕРІАЛАХ ДОДАТКУ ДО «ЛОГІКИ ПРАКТИКИ»). ЧАСТИНА 1

SYMBOLIC BINARY OPPOSITIONS IN PIERRE BOURDIEU'S STRUCTURALIST STUDY OF THE CABYLIAN HOUSE (BASED ON THE MATERIALS OF THE APPENDIX TO THE LOGIC OF PRACTICE). PART 1

Статтю присвячено проблемі застосування методології генетично-структуралістського аналізу символічних опозицій кабільської оселі в праці П. Бурдьо «Логіка практики». У статті констатовано, що в аналізі символічно-просторових опозицій кабільського помешкання П. Бурдьо застосовує методологію структуралістського конструктивізму, основою якої є аналіз бінарних опозицій. Відзначено, що бінарні опозиції є типом відносин між елементами системи, усередині якої ці елементи протиставляються один одному. У різних системах (природних, культурних, мовних, соціальних тощо), бінарність функціонує як основний принцип структурування людського досвіду, охоплюючи різні аспекти як природного, так і перетвореного людиною світу. Теоретичні основи аналізу символічно-просторових опозицій закладено структурною лінгвістикою, зокрема Ф. де Соссюром, який обґрунтував теорію подвійності мовних знаків, а також історико-теоретичної подвійності всіх наук. Наголошено, що в додатку «Логіка практики» проблема бінарних опозицій відображена в дослідженні кабільського житла, у якому П. Бурдьо як генетичний структураліст застосував інструментарій бінарного аналізу символічно-просторових явищ як мовних феноменів. Учений спирався на ідею, згідно з якою подвійні опозиції є в усіх візуальних образах і символічних складниках побутового оточення в житлі кабілів як специфічної родоплемінної спільноти. Визначено, що концепціям бінарних опозицій П. Бурдьо надавав методологічного, а не онтологічного значення, використовуючи їх для розуміння житла як частини габітусу кабілів. Таким чином, П. Бурдьо застосував структуралістський аналіз символічних бінарних опозицій для розуміння механізмів соціального й культурного конструювання габітусу кабілів, одним із фундаментальних принципів якого є бінарність чоловічого та жіночого світів із наявними в них символічними опозиціями: світле/темне, зовнішнє/внутрішнє, верх/низ, сонце/місяць, публічне/приватне тощо.

Ключові слова: символічні бінарні опозиції, структуралізм, габітус, символи, візуальні образи, просторові дихотомії, семіозис.

The article is devoted to the problem of applying the methodology of genetic-structuralist analysis of symbolic oppositions of the cabal dwelling in P. Bourdieu's work "Logic of Practice". The article states that in analysing the symbolic-spatial oppositions of the cabal dwelling, Bourdieu applies the methodology of structuralist constructivism, which is based on the analysis of binary oppositions. It is noted that binary oppositions are a type of relationship between the elements of a system within which these elements are opposed to each other. In various systems (natural, cultural, linguistic, social, etc.), binarity functions as the basic principle of structuring human experience, covering various aspects of both the natural and the human-transformed world. The theoretical foundations for the analysis of symbolic-spatial oppositions were laid by structural linguistics, in particular, by F. de Saussure, who substantiated the theory of the duality of linguistic signs, as well as the historical and theoretical duality of all sciences.

It is emphasized that in the appendix of the Logic of Practice, the problem of binary oppositions is reflected in the study of Kabyle housing, in which Bourdieu, as a genetic structuralist, used the tools of binary analysis of symbolic-spatial phenomena as linguistic phenomena. The scientist relied on the idea that double oppositions are present in all visual images and symbolic components of the household environment in the dwelling of the Kabyls as a specific tribal community. It has been determined that Bourdieu attached methodological rather than ontological significance to the concepts of binary oppositions, using them to understand housing as part of the Kabyls' habitus. Thus, Bourdieu used the structuralist analysis of symbolic binary oppositions to understand the mechanisms of social and cultural construction of the habitus of the cabins, one of the fundamental principles of which is the binary of the male and female worlds with their symbolic oppositions: light/dark, external/internal, up/down, sun/moon, public/private, etc.

Key words: symbolic binary oppositions, structuralism, habitus, symbols, visual images, spatial dichotomies, semiosis.

УДК 316.74:37

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.5>

Стригуль М.В.

к. соціол. н., доцент,
професор кафедри соціології
та політичних наук
Національний авіаційний університет

Формулювання проблеми статті. У творчості П. Бурдьо алжирський період розгортається на стику критичної раціоналістичної традиції та дюркгеймівської спадщини фран-

цузької соціології, де особливу роль відіграли дослідження, пов'язані із соціогенезом категорій розуму. П. Бурдьо, як і багато французьких інтелектуалів покоління 1960-х рр., на початку

наукової кар'єри зазнав впливу марксистських ідей. Найбільший вплив на його концепцію справив структуралізм, який завдяки роботам К. Леві-Стросса перетворився у Франції на одну з провідних течій соціально-філософської думки.

Щоправда згодом марксизм, як і структуралізм, був підданий П. Бурдьє гострій критиці. Не можна не відзначити в алжирському періоді також роль феноменології (Е. Гуссерля, А. Шюца та ін.) [9–12], пізнавальні настанови якої спонукали автора до аналізу звичайного соціального досвіду кабільської оселі через призму бінарних опозицій.

Дослідження П. Бурдьє символічних дихотомій кабільської оселі відбувається на засадах методології генетичного структуралізму, хоча він сам досить скептично ставився до наукових самовирізень і не поділяв епістемологічних настанов структуралізму. В алжирський період написання «Логіки практики» структуралістське прагнення усунути дійових осіб (агентів) і перетворити їх на прості епіфеномени культури як особливої структури не викликало в П. Бурдьє особливих заперечень. У структуралістському аналізі символічних опозицій кабільського житла П. Бурдьє долає притаманну структуралізму альтернативу «суб'єктивізм – об'єктивізм», обґрунтовуючи теоретичну позицію виходу зі структуралістського об'єктивізму без упадання в суб'єктивізм.

Метою статті є побудова концептуальної схеми генетично-структуралістського аналізу символічних опозицій кабільської оселі в додатку до праці П. Бурдьє «Логіка практики».

Невизначена наукова проблема, якій присвячено статтю. Статтю присвячено проблемі застосування методології генетично-структуралістського аналізу символічних опозицій кабільської оселі в праці П. Бурдьє «Логіка практики».

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання наукової проблеми. Методологію структуралістського аналізу застосовував П. Бурдьє в низці ключових праць, перекладених англійською мовою. П. Бурдьє послуговується методологією структуралістського конструктивізму, розглядаючи кабільську оселю як простір соціального семіозису. У цьому семіозисі автор вирізняє бінарні опозиції як символічні протилежності, які дають змогу аналізувати ті чи інші просторові відмінності з погляду їх соціально-значеннєвої наповненості. Поряд із «Логікою практики» П. Бурдьє послуговується структуралістсько-конструктивістською методологією символічного аналізу в «Алжирі», «Розрізненні», «Фотографії як мистецтві пересічної людини» й інших працях, присвячених аналізу габітусу як структури-носія узвичаєного колективного несвідомого [1–8].

П. Бурдьє розпочинає аналіз кабільської оселі з двочастинного поділу простору оселі на частину людей і частину тварин. Автор описує інтер'єр будинку Кабіле як такий, що «має прямокутну форму й поділений на дві частини на дві третини його довжини невеликою ажурною стіною, яка вдвічі нижча за висоту будинку».

Простір для зимової ночівлі жінок і дітей автор описує як простір над стайнею, де знаходиться горище. Жінки й діти перебувають тут поряд з усілякими інструментами та знаряддями, сіном і соломою, які накопичуються тут і йдуть на корм худобі. Оскільки горище знаходиться над стайнею, то таке фізичне розташування стратифікує світ чоловіків і світ жінок як світ соціально нерівних груп. Ця нерівність символічно позначається як вищість чоловіків щодо жінок і дітей. При цьому в цій нерівності жінки й діти посідають місце (над стайнею) трохи вище за місце худоби (частини тварин)¹.

Структуралістський аналіз бінарних опозицій П. Бурдьє продовжує в описі архітектоники стін. Тут ключовими є бінарні опозиції «світле-темне», «високе-низьке», «денне-сутінкове», «чоловіче-жіноче», «живе-мертве». Так, «перед стіною навпроти дверей, яка зазвичай називається тією ж назвою, що й зовнішня стіна, яку видно із заднього двору (tasga), стоїть ткацький верстат». Ця стіна є високою, денною, живою, вона представляє чоловічий світ. «Протилежну стіну, де перебувають двері, називають стіною темряви, або стіною сну, дівочою, або гробницею (ще кажуть «діва – сутінки», або «діва – стіна») темряви». Ця стіна є не просто темною, а низькою, сутінковою жіночою, мертвою. Вона представляє жіночий світ [5, с. 271–272].

В описі П. Бурдьє неважко побачити наближення жіночого світу до світу тварин і світу речей у кабільській культурі, Адже «до цієї стіни встановлюють лаву, достатню ширину, щоб на ній можна було розстелити килимок. Це місце, відведене для святкової вівці або маленького теляти, іноді для дров або глека з водою. Одяг, циновки й ковдри вішають удень на кілок чи дерев'яну поперечину біля стіни темряви або кладуть під розділову лавицю» [5, с. 273].

Таким чином, стіна канун протиставляється стайні як високе – низькому (adaynin, стайня, походить від goada, дно), а стіна ткацького верстата протиставляється дверній стіні, як світло – темряві. П. Бурдьє застерігає від спокуси суто технічного тлумачення цих опозицій, пропонуючи «поглянути на стіну ткацького верстата, звернену до дверей, яка сама виходить на схід, є найбільш яскраво освітле-

¹ П. Бурдьє пов'язує це з традиційними уявленнями про лофт, який зроблений із дерева, підтримується стайнею, і винесенням трупу мерця під час поховання. Цікавим є те, що thaarichth позначає як горище, так і носилки, які використовують для транспортування голови мерця. Із цього випливає розуміння того, чому гостя не можна без образи запросити спати на горищі, яке протиставляється стіні ткацького верстата так само, як і стіна – гробниці [5, с. 271–272].

ною, а стайня справді знаходиться на нижчому рівні, ніж решта (будинки зазвичай будується під прямим кутом до контуру, щоб полегшити відведення тваринних відходів і брудної води)» [5, с. 273–274]. Для кабілів зверненість на схід символічно позначає сакральний напрям Ісламу, пов'язаний із Кораном, пророком Мохаммедом і життям. Захід як бінарна опозиція позначає невірних і зневіру, невігластво і смерть.

Темряві, сутінковості й нижній частині будинку відповідає також простір вологих, зелених, сирих речей (банки з водою, розміщені на лавках з обох боків входу в стайню або біля стіни темряви, дерева, зеленого кольору фураж – а також множина для природних видів – воли та корови, осли та мули – природні дії – сон, статевий акт, пологи, а також смерть). Вони символічно протиставляються світлому, благородному, верхньому, простору людей, гостей, простору вогню і створених речей із ялиці, як-от: лампі, кухонному начинню, ткацькому верстату, символу захисту [5, с. 277].

Таким чином, темне, низьке, сутінкове, вологе, мертве, жіноче в берберському життєвому просторі протиставляється світлому, високому, денному, сухому, живому, чоловічому. Чоловічий простір являє собою простір розгортання «специфічних культурних заходів, які проводяться в будинку: ткацтва та приготування їжі» [5, с. 277].

П. Бурдьо зауважує, що «насправді сенс, об'єктивований у речах чи частинах простору, повністю виявляється лише через практики, структуровані за тими самими схемами, які організовані відносно них (і навпаки)». Так, практику вшанування гостей реалізують через запрошення гостя зайняти місце перед ткацьким верстатом, що надає такому всаджуванню сакрального сенсу (у берберському лексиконі «qabel» означає як вшанувати, так і «стояти обличчям до когось і дивитися на схід») [5, с. 279].

Хвороба і нездоров'я також проектується на темну стіну біля дверей. У разі поганого самопочуття в берберів прийнято казати, що людину змусили «сидіти ... біля стіни темряви, як у могилі», через що ця стіна позначає простір інвалідів, знерухомленості, бездіяльності й смерті, оскільки «біля цієї стіни фактично ставиться ліжко хворої людини, особливо взимку». Окрім того, «зв'язок між темною частиною хати і смертю проявляється також у тому, що обмивання мерців відбувається біля входу в стайню». Отже, символічно опозиція «чоловіче-жіноче» також пов'язується з опозицією «здорове-хворе» [5, с. 279–280].

Автор фіксує співвідношення між сном і смертю, чітко вказуючи на припис, згідно з яким, «лягаючи спати, потрібно спочатку лягти на мить на ліжку праворуч, а потім ліворуч, тому що на

першому місці знаходяться мертві в гробниці».

Особливим візуально-символічним фокусом оселі кабілів в аспекті жіночого світу є стіна перед ткацьким верстатом, яку наречена займає «обличчям до дверей, при денному світлі» і де вона «змушена сидіти, ніби її показують, як прикрашені тарілки, які там висять». У цьому, власне, відбувається не просто оречевлення жінки, а й захист її цноти, щодо якої ткацький верстат виконує функції такого собі оберегу. Наречену «змушують пройти крізь основу зі сторони, яка стоїть перед дверима, до сторони біля стіни ткацького верстата», бо, «на думку її родичів чоловічої статі, усе життя дівчини в певному сенсі підсумовується в послідовних позиціях, вона послідовно займає vis-a-vis ткацький верстат, символ чоловічого захисту» [5, с. 280–281].

Пояснення того, у чому ж полягає таке величезне значення ткацького верстата, можемо отримати з його функціональних особливостей. Ткацький верстат є інструментом створення тканини як упорядкованої структури. Саме по собі створення тканини як упорядкованої структури, в уявленні чоловічої частини, має впливати на жінку в магічно-упорядковувальний спосіб. Оскільки магічні ритуали працюють на основі механізму партиципації, то ткання як жіноче заняття з упорядкування ниток у тканину в суто інтуїтивному розумінні чоловіків має переноситися всередину жінки. Порядок має ставати частиною жіночого ества зсередини.

«Перед шлюбом, – констатує П. Бурдьо, – її ставлять за ткацький верстат, у його тінь, під його захистом, так само як її тримають під захистом її батько та брати; у день свого весілля вона сидить перед ткацьким верстатом, спиною до нього, зі світлом на ній, а після цього вона буде ткати, спиною до стіни світла, за ткацьким верстатом» [5, с. 290].

Надалі П. Бурдьо аналізує опозиції жіноче-чоловіче, верх-низ, темне-світле, вологе-сухе, зовнішнє-внутрішнє, які стають супутніми гендерно-просторовій сегрегації чоловіків і жінок, оскільки не тільки міжстатевий розподіл праці (ґрунтований на тому ж принципі поділу, що й організація простору) покладає на жінку відповідальність за більшість предметів, що належать до темної частини будинку, наприклад, за перенесення води, дров, гною». Також «опозиція між верхньою частиною та нижньою частиною відтворюється у внутрішньому просторі будинку як протилежність між зовнішнім і зовнішнім простором, між жіночим простором будинку та його садом і чоловічим простором» [5, с. 291].

Прототипом для П. Бурдьо в цьому аспекті стає намет кочівника, «який закривається завісою на дві частини», при цьому «одна відкрита для гостей, інша зарезервована для жінок».

Опозиція вологе-сухе поширюється й на харчову поведінку, яка набуває етично-забарвленої оцінки, адже вогнище як благодісна частина, де смажать м'ясо, першокласну їжу для гостей, і де приймають гостей, і стайня, нижня частина, зарезервована для худоби, утворюють опозицію «цензура-інстинкти», «зрілість-молодість», «осінь-весна».

У нижній частині будинку утворено простір «найінтимнішої таємниці у світі інтимності», тобто «сексуальності й продовження роду». Цей простір у кабільській культурі асоціюється з темрявою. Нижня частина є більш менш порожньою вдень, коли вся (виключно жіноча) діяльність у домі зосереджена назовні. Але темна частина є наповненою вночі, наповненою людьми і тваринами, оскільки воли й корови, на відміну від мулів та ослів, ніколи не ночують на вулиці. Воли й корови ніколи не бувають ситнішими, аніж у дощову пору року, коли чоловіки сплять удома, а волів і корів годують у стайні.

Фертильність людей, худоби, поля, отже, співвідносяться з темною частиною оселі, оскільки у вологому середовищі все стає більшим за розміром (П. Бурдьо вважає «привілейованим» прикладом еквівалентності між родючістю й темрявою, процесом набрякання й вологістю). Оскільки в кабільській культурі народження завжди є переродженням предка, темна частина будинку без суперечностей відмарковується і як простір смерті, і як простір продовження роду [5, с. 291].

Чоловіче й жіноче символізуються також у центрі розділової стіни, де проходить межа між «будинком людей» і «будинком тварин», головною колоною, яка підтримує «маїстер-брус» і весь каркас будинку. При цьому головна балка (*asalas alemmas*, термін чоловічого роду), яка поширює захист чоловічої частини дому на жіночу, ототожнюється з господарем дому, тоді як головна опора, роздвоєний стовбур дерева (*thigejdith*, жіночий термін), на якому воно базується, ототожнюється з дружиною [5, с. 291–292].

Отже, у такому символізмі чоловік тримається на жінці, у прямому розумінні слова «покладаючись» на неї. Поширений в інших інтерпретаціях символізм чоловічого як вертикального та жіночого як горизонтального буває чимось протилежним. Водночас жіночі числа в більшості випадків є парними, тоді як чоловічі – непарними, як одиниця (чоловіче) і двійка (жіноче).

Відповідно, навколо головного променя, символу чоловічої потенції, згорнутий інший символ сили запліднення людини, а також воскресіння. Ідеться про змія, «охоронця» будинку, як іноді зображують змія (наприклад, у регіоні Колло) на глиняних глеках, зроблених жінками, що містять насіння кукурудзи.

Також, згідно з повір'ям, змії іноді спускається в будинок, на коліна безплідної жінки, називаючи її «матір'ю». У психоаналізі символ змія інтерпретується в подібному полі значень. Змія уособлює таємне знання, плодючість, гріховність, фертильність, набуваючи загалом фалічної семантики.

Жінки, які мають проблеми з вагітністю, прив'язують змієподібний фаломорфний символ (пояс) до центральної балки, намагаючись тим самим магічно вплинути на власну родючість через символічне прилучення до чоловічого світу (горизонтальної балки), оскільки безплідна жінка не може «тримати» чоловіка.

Подія народження сина й побажання йому чоловічого панування супроводжується його наближенням до сонця. Сонце – один із універсальних символів світла, який уособлює чоловічий логос. Щоб «він був господарем у домі», після завершення обрядового посту чоловік приймає першу їжу на даху, тобто ближче до Сонця і Неба. Робиться це для того, «щоб він міг нести промені», отже, бути розумним та енергійним. Жінка як центральний стовп тримає чоловіка, що дає змогу кабілам символічно ототожнювати жінку із Землею.

Молодій нареченій бажають із допомогою Аллаха «міцно поставити стовп посеред хати», тримати вертикаль Землі. Жінка символічно є вертикальною знизу (вона тримає дім і домогосподарство) і роздвоєною вгорі (бо приймає і морально, і фізіологічно чоловіка в себе), оскільки вона має бути плодючою та заплідненою чоловіком, як Сонцем і Небом водночас. Таким чином, ця символічна зв'язка бруса й колони символізує разом із цим шлюб Сонця і Неба-чоловіка, яке підпирається Землею-жінкою.

Кабільська оселя в організації відповідає, на структуралістську думку П. Бурдьо, набору гомологічних опозицій: високий/низький, світлий/темний, день/ніч, чоловічий/жіночий, запліднюючий/здатний бути заплідненим. Гомологічність опозицій поширюється й на Всесвіт.

Опозиційними є також виміри внутрішнє/зовнішнє (*inside/outside*). Чоловічий світ перебуває назовні, бо місце чоловіка надворі, на полі чи на зборах. П. Бурдьо констатує, що хлопчика навчають цього в дуже ранньому віці. Жіночий простір перебуває зсередини, в оселі, тому жінки полюбляють повторювати, що «чоловіки не знають про багато про те, що відбувається в оселі» [5, с. 292].

Чоловік, який занадто багато часу проводить удома, викликає підозру або насміх. Такого чоловіка інші чоловіки називають «домовиком», порівнюючи його з «квочкою в гнізді». За наявності поваги чоловік пропонує себе великому зовнішньому світу, світу публічного всебачення. Чоловіка бачать усі, він має пропо-

нувати себе, щоб його побачили, він постійно має бути в очах інших, протистояти їм, дивитися в очі, бути «людиною серед людей» (argaz yer irgazen) [5, с. 292].

Світ жінок обмежений оселею, цариною приватного життя й таємницями природи, що означає соціальну ексклюзію жіноцтва із суспільного життя. На відміну від чоловічої праці на відкритому повітрі, жіноча праця є малозрозумілою і прихованою, бо вона відбувається зсередини оселі. Жінка є ніби похованою в оселі, через що в кабільській приказці в жінок є два помешкання: їхня оселя і гробниця. Отже, жіноче асоціюється з темрявою та місяцем. Місяць як опозиція сонця виступає в рамках опозиції чоловіче/жіноче та світле/темне, публічне/приватне. Жіноче, отже, є темним і приватним, а тому внутрішнім малим світом.

Висновки. В аналізі символічно-просторових опозицій кабільського помешкання П. Бурдьо застосовує методологію структуралістського конструктивізму, основою якої є аналіз бінарних опозицій. Бінарні опозиції є типом відносин між елементами системи, усередині якої ці елементи протиставляються один одному. У різних системах (природних, культурних, мовних, соціальних тощо) бінарність функціонує як основний принцип структурування людського досвіду, охоплюючи різні аспекти як природного, так і перетвореного людиною світу. Теоретичні основи аналізу символічно-просторових опозицій закладено структурною лінгвістикою, зокрема Ф. де Соссюром, який обґрунтував теорію подвійності мовних знаків, а також двоїстості наук, наприклад, лінгвістики, яка має синхронічний і діахронічний плани.

У додатку «Логіки практики» проблема бінарних опозицій відображена в дослідженні кабільського житла, у якому П. Бурдьо як генетичний структураліст застосував інструментарій бінарного аналізу символічно-просторових явищ як мовних феноменів. Учений спирався на ідею, що подвійні опозиції є в усіх візуальних образах і символічних складниках побутового оточення в житлі кабілів як

специфічної родоплемінної спільноти. Автор стверджував, що концепціям бінарних опозицій варто надавати методологічне, а не онтологічне значення. Іншими словами, важливість понять бінарних опозицій полягає в їх використанні для розуміння житла як частини габітусу. Таким чином, П. Бурдьо застосував структуралістський аналіз бінарних опозицій для розуміння механізмів соціального й культурного конструювання габітусу кабілів, одним із фундаментальних принципів якого є бінарність чоловічого та жіночого світів із наявними в них символічними опозиціями: світле/темне, зовнішнє/внутрішнє, верх/низ, сонце/місяць, публічне/приватне тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Bourdieu P. Outline of a Theory of Practice. Cambridge : Cambridge University Press, 1977.
2. Bourdieu P. Distinction. A Social Critique of the Judgement of Taste. Cambridge/Mass. : Harvard University Press, 1984.
3. Bourdieu P. The Logic of Practice. Cambridge : Polity Press, 1990.
4. Bourdieu P. La domination masculine. *Actes de la Recherche en Sciences Sociales*. 1990. № 84. P. 21–31.
5. Bourdieu P. The Kabyle house or the world reversed. 1990. P. 271–319.
6. Bourdieu P. State Nobility. Elite Schools in the Field of Power. Oxford/UK : University Press, 1994.
7. Bourdieu P. Photography. A Middle-Brow Art. Stanford/Cal. : Stanford University Press, 1996.
8. Bourdieu P. Making the economic habitus: Algerian workers revisited. *Ethnography*. 2000. № 1/1. P. 17–41.
9. Husserl Edmund Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Erstes Buch: Allgemeine Einführung in die reine Phänomenologie. Halle (Saale), Max Niemeyer Verlag, 1913.
10. Леві-Строс К. Структурна антропологія / пер. з французької З. Борисюк. Київ, 1997. 387 с.
11. Леві-Строс К. Первісне мислення. Київ, 2000. 324 с.
12. Малицька Н. Ідея об'єктивації у феноменологічній соціології Альфреда Шюца та її реалізація. *Філософські пошуки. Філософія. Історія. Культура*. Львів-Одеса, 2009. Вип. XXXI. С. 245–252.

ГРОМАДСЬКА ДУМКА НА ІСТОРИЧНОМУ ШЛЯХУ ІНСТИТУЦІОНАЛІЗАЦІЇ В СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНОГО КОНТРОЛЮ МАС (КРИТИЧНИЙ АНАЛІЗ)

PUBLIC OPINION ON THE HISTORICAL PATH OF INSTITUTIONALIZATION IN THE SYSTEM OF SOCIAL CONTROL OF THE MASSES (CRITICAL ANALYSIS)

Стаття присвячена дослідженню феномену громадської думки як елементу системи соціального контролю мас.

У першій частині статті автори аналізують історичні передумови виникнення поняття «громадська думка», а також початок процесу інституціоналізації громадської думки передусім у США та країнах західної Європи. Особливу увагу автори приділяють аналізу поглядів класиків соціальної психології (насамперед Г. Тарда) на феномен мас, громадськості й громадської думки.

У статті проаналізовано важливість громадської думки як складника політичного життя, зокрема автори аналізують основні прийоми управління й маніпулювання нею.

Окрему увагу приділено соціально-комунікативним аспектам і реалістично-критичній концептуалізації громадської думки відомим американським соціологом У. Липпманом, а також аналізу феномена громадської думки класиками французької соціології – П. Бурдьє та П. Шампанем.

Автори аналізують феномен соціального контролю як інструменту панування правлячих еліт, а також теоретичні напрацювання відомих американських соціологів: Ч.Р. Міллса, Р. Мертона й Ф. Олпорта, а також основні положення концепції «спіралі мовчання» Е. Ноель-Нойман і концепції «agenda-setting function» («функції порядку денного»).

У заключній частині статті автори аналізують концепцію «культурної гегемонії» А. Грамсі, її теоретичний аспект як інструмент запровадження практик соціального контролю, а також подають своє бачення основних компонентів комплексу системи соціального контролю мас у сучасних суспільствах.

Ключові слова: суспільно-політичний інститут, громадська думка, соціальний контроль, маси, еліта.

The article is devoted to the study of the phenomenon of public opinion as an element of the system of social control of the masses.

In the first part of the article, the authors analyze the historical background for the emergence of the concept of public opinion, as well as the beginning of the process of institutionalization of public opinion, primarily in the USA and Western European countries.

The authors pay special attention to the analysis of the views of the classics of social psychology (primarily G. Tarde) on the phenomenon of the masses, the public and public opinion.

The article analyzes the importance of public opinion as a component of political life, in particular, the authors analyze the basic techniques of managing and manipulating it.

Special attention is paid to the socio-communicative aspects and realistic-critical conceptualization of public opinion by the famous American sociologist W. Lippmann, as well as to the analysis of the phenomenon of public opinion by the classics of French sociology – P. Bourdieu and P. Champagne.

The authors analyze the phenomenon of social control as an instrument of domination by the ruling elites, as well as the theoretical developments of famous American sociologists – C.R. Mills, R. Merton and F. Allport, as well as the main provisions of the concept of the “spiral of silence” by E. Noel-Neumann and the concept of “agenda-setting function”.

In the final part of the article, the authors analyze the concept of “cultural hegemony” by A. Gramsci and its theoretical as a tool for introducing practices of social control, and also give their vision of the main components of the complex system of social control of the masses in modern societies.

Key words: socio-political institution, public opinion, social control, masses, elite.

УДК316.65:316.256]:303.7

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.6>

Фесенко А.М.

к.істор.н.,
доцент кафедри соціології та політології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Чорна В.О.

к.соціол.н.,
доцентка кафедри соціології
та політології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Бондарець Б.Б.

старший викладач кафедри соціології
та політології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. Громадська думка є традиційним об'єктом досліджень науковців, що представляють різні галузі суспільного знання, зокрема політологів, соціологів, соціальних психологів тощо. Так, у фокусі уваги науковців-теоретиків традиційно перебувають питання місця, ролі й значення громадської думки як складника системи соціальної комунікації та соціального управління, починаючи від рівня соціальної групи й завершуючи рівнем державного управління; у прикладних дослідженнях – акцентується на питаннях емпіричного дослідження та вивчення наявної громадської думки, а також на засобах її формування й управління нею.

Спільним місцем є уявлення, що сформована в тому числі під зовнішнім впливом громадська думка є вагомим джерелом вироблення колек-

тивної, зокрема масової, соціально значущої поведінки, потужним фактором прийняття політико-управлінських рішень можновладцями, а також кандидатами під час виборчої кампанії, що свідчить як про соціальну та суспільно-політичну інституційність громадської думки, так і про перманентну актуальність проблем управління формуванням і прикладним використанням фактору громадської думки в інтересах тих чи інших суспільних сил, політичних акторів тощо.

Водночас проблемним місцем наукового дискурсу громадської думки є певна «двоїстість» бачення її місця в суспільно-політичних процесах, за яким, з одного боку, інституційність громадської думки представляється як невід'ємний складник демократичного врядування, розвиненості громадянського

суспільства та контролю з боку громадськості над інститутами влади й управління, а з іншого – визнається той факт, що громадська думка є об'єктом боротьби з боку зацікавлених сил у цих же інститутах, у рамках якої вона цілеспрямовано формується, каналізується, піддається маніпуляціям, тобто управляється за допомогою політико-комунікативних технологій, уже в штучному та підконтрольному стані є, наприклад, фактором прийняття політико-управлінських рішень або джерелом легітимації чинного політичного режиму, суспільно-політичного порядку загалом.

Розгляд громадської думки виключно в парадигмі демократії не дає змоги порушити й проблему інституціоналізації громадської думки саме в системі соціального контролю мас з боку правлячих еліт, яка існує крізь, незалежно від типу політичного режиму.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Базові теоретичні концепції громадської думки як суспільно-політичного інституту розроблялися з кінця XIX ст. і протягом XX ст., належать таким науковцям зі світовим ім'ям, як Г. Тард, У. Ліппман, Е. Бернейс, П. Лазарсфельд, Р. Мертон, Г. Блумер, Е. Ноель-Нойман, Ю. Хабермас, П. Бурдьє, Ф. Олпорт та ін.; у СРСР значний внесок у розробку цієї теми зробили О.К. Ульдов, Б.А. Грушин, М.К. Горшков, Ю.О. Левада, В.С. Коробейников та ін.; у пострадянській Україні – Ю.П. Сурмін, В.Л. Осовський, В.А. Полторак, О.І. Вишняк, Є.І. Головаха, Н.В. Паніна, О.В. Нельга, А.А. Ручка, Л.Е. Орбан-Лембрик та ін.

В останні десятиліття з проблематики громадської думки, зокрема її внутрішніх властивостей, динаміки розгортання, провідних факторів, а також місця й ролі в різних суспільно-політичних процесах сучасності, опубліковано низку праць вітчизняних учених, зокрема статті таких авторів, як Л.П. Макаренко, В.А. Полторак, В.І. Набруско, С.А. Чукут, А.Д. Штельмашенко, О.С. Морщакова, О.Ю. Висоцький, В.А. Матусевич, Ю.В. Візниця й ін.

Не можна не відзначити й внесок у розроблення теми провідного українського фахівця в галузі прикладних комунікаційних технологій Г.Г. Почепцова, який у численних працях демонструє можливість управління громадською думкою, зосередження в таких прикладних комунікаціях, як паблік рілейшнз, пропаганда, інформаційні операції.

Разом із тим в українському науковому дискурсі ще не склалася традиція розгляду громадської думки як інституту системи соціального контролю мас. Так, серед згаданих вище публікацій останнього періоду громадська думка крізь призму теорії соціального контролю розглядається лише в статтях В.А. Матусевича [4; 5] і Ю.В. Візниці, причому

в останній – лише стосовно середовища малої соціальної групи [1, с. 303], хоча у світовій соціології, наприклад, у Е. Росса, Р. Мертона, Е. Ноель-Нойман, Ю. Хабермаса, на соціально-контрольній функції громадської думки акцентується спеціальна увага.

Більше того у вітчизняній літературі концепт соціального контролю мас як системи духовного панування еліт практично не розробляється, відповідна термінологія майже не зустрічається.

Мета статті – формування уявлення про громадську думку з позицій інституціоналізації в системі соціального контролю мас.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перші відносно сформовані уявлення про громадську думку як про «голос народу», його місце в суспільних/державних справах фіксуються з доби Стародавньої Греції. Вони були складниками міркувань відомих соціальних філософів і громадських діячів про різні форми державного правління, їх переваги й вади. Звичайно, аристократично налаштовані мислителі негативно ставилися до самого «права голосу» широких мас («демосу») у вирішенні спільних справ, відстоюючи принцип «права кращик», під якими розумілися «мудрі», натовість «продемократичні» мислителі, навпаки, допускали ту чи іншу частку участі «демосу» в управлінні.

У Давньому Римі з його традиціями політичної боротьби вже достатньою мірою розуміли значення залучення до політичного процесу широких мас і віддання ними «голосу» на користь того чи іншого лідера або політичного проекту: як правителі, так і претенденти на владу бачили необхідність, по-перше, дізнатися про цей «голос», його силу та прихильність, по-друге, намагатися схилити цей голос на свій бік у тому числі за допомогою горезвісних «хліба й видовищ».

Винайдення ж самого терміна «громадська думка» (англ. *public opinion*) приписується англійському письменнику XII ст. Джону Солсбері, за допомогою якого він визначив моральну підтримку населенням тодішнього англійського парламенту в його протистоянні із зазіханнями з боку королівської влади.

Популяризація цього терміна відчувається з XVIII ст., а інституціоналізація громадської думки тісно пов'язана з історією західного парламентаризму, партійності, преси й політичної боротьби загалом насамперед у Великій Британії, Франції, США. Суспільними умовами такої інституціоналізації варто вважати такі процеси:

– процеси, пов'язані з урізноманітненням і збагаченням політичного життя на ґрунті розвитку інститутів публічної політики, політичного представництва, політичного лідерства, багатопартійності, виборів;

– процеси, зумовлені становленням інститутів громадянського суспільства та розширенням участі громадян у суспільно-політичному житті на ґрунті користування правами й свободами, характерними для буржуазної демократії;

– процеси, що відображали інституціоналізацію політичного істеблшменту в рамках політичної системи буржуазного парламентаризму, утворення політичних еліт, політичних груп як груп інтересів і груп тиску, загалом верстви професійних політиків незалежно від їхніх політико-ідеологічних розмежувань;

– процеси, що вказували на автономізацію власне політики як боротьби за владу щодо питань державного управління, відокремлення публічних політиків від апаратних чиновників, лідерів від бюрократів;

– процеси, пов'язані з розвитком соціальної/масової комунікації, зокрема публіцистики, друкованої преси.

З тих пір у суспільствах із розвиненими інститутами парламентської демократії та політико-ідеологічної партійності роль громадської думки неухильно зростає. Це зумовлено такими обставинами:

у суспільствах, де задля демократичної легітимізації політика передбачає конкурентну боротьбу за голоси громадськості на виборах, висування лідерів відбувається на хвилі громадської думки. Якщо лідер сприйняв суспільні тенденції щодо зміни громадської думки, його політику починають підтримувати різні прошарки громадськості, а згодом і політикум як такий;

у таких суспільствах різко зростають можливості громадськості впливати на політику, яку проводить правляче коло, завдяки виборам, референдумам, групам тиску в парламенті чи уряді, актам громадянської непокорі тощо, що використовуються як інструментарій політичної боротьби, зокрема, по лініях «влада – опозиція» або «еліти – контреліти»;

такі суспільства володіють розгалуженою системою ЗМІ, завдяки чому громадськість швидко інформується буквально про всі події, які відбуваються в суспільстві, і формує ту чи іншу позицію стосовно них.

Говорячи про феномен громадської думки як про фактор суспільно-політичного життя, соціальної/масової комунікації та прийняття державотворчих рішень, відзначимо, що на час своєї інституціоналізації у відзначену історичну добу вона являла собою не абстрактну «думку суспільства» або «населення», не думку «більшості», а концентровану думку громадськості, яка в ті часи й формувалася як своєрідний соціальний актив суспільства. На цьому наголошував перший системний дослідник громадськості, видатний соціолог і соціальний психолог Г. Тард. Саме громадськість цю думку:

– створює – через участь у масових і соціальних комунікаціях;

– формулює (хай навіть із допомогою ззовні);

– озвучує (як мінімум, під час соціологічних опитувань як опитувань громадської думки);

– репрезентує, просуває певними каналами й у певних формах;

– актуалізує під реалії громадянсько-політичних і державотворчих процесів, проблематики внутрішньої та зовнішньої політики.

До речі, якщо носієм громадської думки варто вважати не суспільство як таке або ж ті чи інші соціальні групи, а саме громадськість, то коректним терміном для позначення такої думки українською буде не «суспільна думка», а саме «громадська думка».

Отже, на шляху інституціоналізації громадська думка набуває публічного статусу, стає елементом інформаційно-комунікативного простору, складником масової та соціальних комунікацій, відіграє роль потужного фактору впливу на вже масову свідомість, масові настрої, думки. Це було добре видно вже в Новий час, коли громадська думка стала більшість населення не просто не брала участі в громадсько-політичному житті, а й була неписьменною.

На рубежі XIX–XX ст. зв'язок інституціоналізації громадської думки з інституціоналізацією громадськості у вигляді публіки як аудиторії масової преси, розвитком інститутів громадянського суспільства, у т. ч. публіцистики та преси, став очевидним як для самих громадських і політичних діячів, так і для вчених-суспільствознавців. Ця проблематика стала складником концепції громадськості як публіки й аудиторії преси, розробленої Г. Тардом. Основні положення, висунуті в її рамках, можна звести до такого [15]:

– публіка – це історично нова (XVII–XIX ст.) соціальна спільність, яку викликали до життя широкі обговорення суспільно-значущих тем, проблем у форматах салонів, зібрань, пізніше – публікацій преси;

– спілкування людей із певним рівнем освіти породжує публіку, а вона – громадську думку; така думка є частковим консенсусом думок освічених/мислячих осіб, які публічно спілкуються;

– розвиток преси породив феномен інформаційно-духовного єднання людей на відстані та саму можливість мати загальнонаціональну громадську думку: новини загальнонаціональної преси миттєво зачіпають роз'єднане населення й роблять його тим самим єдиною величезною публікою, абстрактною та суверенною, завдяки злиттю особистих і місцевих думок у думки соціальні й загальнонаціональні, які мають тим більшу силу, чим вони

ширше поділяються й чим більше про це стає відомо;

- на відміну від деструктивної ірраціональності натовпу, основою соціальної дії публіки є маніфестація як раціональна форма заявки громадськості про себе та свої інтереси;

- публіка, або громадськість, діє за допомогою публіцистів, демонструє себе за їх допомогою, нав'язує себе державним діячам, які стають її виконавцями; саме це називають силою громадської думки: на відміну від натовпу, публіка-громадськість існує виключно за допомогою преси, а з іншого боку, і для неї; публіцисти й журналісти стають справжніми «лідерами думок» (у термінології відомого соціолога та комунікативіста П. Лазарсфельда), що дедалі більше безпосередньо беруть участь у маніфестаціях, сприяючи створенню нових груп; вони практично виступають від імені громадськості у своїх газетах, навіть замість неї, приймаючи її бік і віддаючи їй на службу свій талант; урешті-решт, публіка, як відзначив Г. Тард, стає для журналістів своєрідною «кліентурою» [15];

- публіцисти й журналісти створюють сюжети громадського обговорення, звертаються до широкого загалу, обслуговують громадськість «розмовами дня» й обирають сюжети, які мають бути водночас захопливими для всіх: «Достатньо однієї пір'їни, щоб привести в рух мільйони язиків»; теми політики, що передаються пресою, витісняють обговорення «дощу та хорошої погоди»: отже, «політична метеорологія замінила метеорологію боже-ственну» [15].

Здавалося б, інституціоналізація преси, громадськості й громадської думки, виокремлення публічної сфери як такої дають змогу соціуму розвивати свою суб'єктність стосовно політики й державного управління, розширяти відповідні можливості політичної участі й застосовувати дієві засоби контролю влади.

Однак уже Г. Тард робив таке застереження: сила громадської думки пов'язана не з її розумністю чи адекватністю, а з кількістю індивідів, що її поділяють, причому саме преса, яка є генератором громадської думки, сприяла «створенню сили кількості та зменшенню сили характеру, якщо не розуму» [15]. І чим більшою є така кількість, тим більше громадська думка стає не результатом обговорення у власному середовищі громадськості, а здебільшого продуктом споживання.

З іншого боку, і сама преса, що формує громадську думку, також підпорядковується логіці економічного типу, законам масового виробництва й масового споживання. Нарешті, маючи тих чи інших власників, преса так чи інакше реалізує їхню політику.

За такої ситуації громадськість усе більше потрапляє у залежність від інтерпретацій, що

їх просуває масова преса, а також від самої акцентуації уваги преси на тих чи інших темах, подіях, персонах тощо.

Однак саме це спричиняє нівелювання різниці між громадською, яка є потенційно самодостатнім соціальним і політичним суб'єктом, і масами, які такої суб'єктності об'єктивно позбавлені. І хоча сам Г. Тард вів розмову про прийдешнє (на той час) ХХ ст. як про «еру публіки», інші мислителі, зокрема і його науковий опонент Г. Ле Бон (Лебон), пророкували настання «ери мас», а чимало гуманітаріїв ХХ ст. описували його в термінології «масового суспільства». Одним із ключових інститутів такого суспільства якраз є масова комунікація, яка організується у вигляді преси, або ЗМІ.

А там, де на історичній арені присутні маси, неодмінно виникає й класична дихотомія «маси – еліти». І хоча суспільство ХХ ст. ставало масовим, проте сама маса від цього не перетворювалася на самодостатню соціальну чи політичну силу. Як образно висловився сучасний дослідник творчості Г. Ле Бона, французький теоретик психології мас С. Московічі, «маса царить, але не править» [13]. Саме за допомогою ЗМІ «сильно світу цього» спрямовують поведінку мас у потрібне їм русло.

Оскільки ЗМІ так чи інакше перебувають під контролем політичних та економічних еліт і, відтак, обслуговують їхні інтереси, то з трибуни громадської думки вони об'єктивно перетворилися на її політичний регулятор. Вони перетворилися на один із найголовніших інструментів не просто формування, а власне маніпулювання громадською думкою.

Практичну важливість громадської думки й управління, у т.ч. й маніпулювання нею в політиці з боку еліт і/або претендентів на елітний статус, можна уявити так:

- громадська думка є потужним фактором впливу як на масову свідомість і поведінку, так і на діяльність інститутів громадянського суспільства й політичної системи, включаючи державні установи;

- громадська думка є фактором легітимації/делегітимації політичних лідерів, організації, рухів, державних діячів і рішень органів державної влади (питання «моральної підтримки», як це й історично склалося);

- мобілізуюче значення громадської думки, через яку політика може апелювати до громадськості як до «народу» або просто до «вулиці», з чим доводиться рахуватися всім політикам – і «державникам», і політикам з «істеблшменту», і політикам-«ватажкам»;

- на хвилі громадської думки політичними лідерами (хоча й далеко не завжди самодостатніми) нерідко стають популісти й демагоги, адже саме на них є запит у «масовому суспільстві»;

– роль громадської думки особливо зростає в «переломні моменти», у «критичних точках», де вирішується доля того чи іншого радикального проєкту, доленосного вибору з двох альтернатив тощо й де особливо значимим стає фактор масових настроїв, ейфорії чи обурення мас, готових «вийти на вулиці» та вчинити акти громадянської підтримки чи непокори.

Процес відходу ЗМІ від ролі співрозмовника громадськості чи інформатора соціуму й перетворення її на інструмент для нав'язування певних думок та оцінок відзначали вже найближчі попередники й сучасники Г. Тарда, а саме:

– у першій половині XIX ст. американський політик Дж. Калоун писав: «Громадська думка та її орган – преса ... уже досягли в цивілізованих країнах такої сили, що її відчувають уряди цих країн – але це ще ніщо перед тим, яким в майбутньому буде розмах їх впливу». Він попереджав, що «преса, замість того щоб представляти інтереси цілого, зазвичай виявляється органом окремих груп впливу, а точніше, партій, які з них виростають; вона виявляється інструментом у їхніх руках для контролю за громадською думкою і для її зміни в інтересах цих груп» [6];

– у 1880 р. англійський історик і ліберальний політик лорд Дж. Ектон відзначив: «Влада журналістики ... примушує людей діяти не згідно з власними пізнаннями, а залежно від думки інших людей... Майже всі сьогодні віддають свою совість і здоровий глузд у заклад стороннім» [6].

Отже, уже на рубежі XIX–XX ст. штучний характер громадської думки й неможливість її ототожнення з концентрованим вираженням думки народу ставали дедалі очевиднішими й для науковців, і для громадсько-політичних діячів.

Невипадково серед мислителів і вчених-суспільствознавців усе міцнішим ставало уявлення про громадську думку не як про думку мислячої публіки, а як про особливий пласт масової свідомості, який актуалізується через масову комунікацію, яка, у свою чергу, є керованою з боку певних суб'єктів.

Так само невипадково наступний після Г. Тарда крок у формуванні наукових уявлень про громадську думку пов'язаний з установами взаємозв'язку між нею та стереотипами масової свідомості. Це зробив відомий американський соціолог і комунікативіст У. Ліппман.

Аналізуючи механізми сприйняття інформації людьми в суспільстві та розбудовуючи концепцію соціальних стереотипів, У. Ліппман спирався на відому платонівську алегорію «печери» та її «в'язнів», помістивши її як епіграф першої частини своєї книги. «Печера» уособлює чуттєвий світ, у якому живуть люди.

Подібно до «в'язнів печери», вони вважають, що завдяки органам чуттів пізнають справжню реальність; однак це – лише ілюзія, адже про справжній світ вони можуть судити лише за «невиразними тінями на стіні печери».

Основні положення реалістично-критичної концептуалізації громадської думки У. Ліппмана можна звести до такого [11]:

– основою світосприйняття є соціальні стереотипи, які відповідають за створення людиною «картини світу», або «міф», а також роблять її зручною та комфортною, слугують своєрідним психологічним притулком, «бастіоном», за яким можна відчувати себе в безпеці, унаслідок чого людина сприймає таку картину як щось *власне*, а альтернативну щодо стереотипу інформацію сприймає як загрозу, яка зазіхає на це «власне», як «атаку на основи *нашого* світу» [11];

– пересічна людина відокремлена від світу «псевдосередовищем», що складається із «забобонів, стереотипів і спрощених моделей» сприйняття дійсності, унаслідок чого її світосприйняття є не лише обмеженим, а й жорстко селективним [11]; тому більшості людей складно реально розібратися в різних аспектах подій, що відбуваються в соціумі;

– необхідно бачити відмінність між громадською думкою (з маленької літери), та Громадською Думкою (з великої літери):

– громадська думка (з маленької літери) – це те уявлення про навколишній світ, яке стосується самих людей або цікаве їм, що впливає з поведінки інших людей або того, що є публічними подіями: тут люди використовують поширені серед інших людей і запозичені заготовлі стереотипних схем;

Громадська Думка (з великої літери) – це образ реальності, по суті, великий міф, відповідно до якого діють групи людей або їхні лідери, державні діячі.

У середині XX ст. критично мислячі вчені, зокрема, тієї ж Франкфуртської школи сконцентрували увагу на проблемах стандартизації думок, зумовлених впливом ЗМІ й масової культури, маніпулювання громадською думкою/масовою свідомістю як засобом політичного панування. Громадська думка стає деспотичною та вторгається в приватне життя, удомашнє господарство: відбувається, за словами Г. Маркузе, «відчинення дверей спалень перед засобами масової комунікації» [12].

Отже, протягом XX ст. громадська думка стає інститутом саме масового суспільства, причому маси якраз й асоціюють громадську думку з «думкою суспільства», що й потрібно елітам, щоб «розігрувати цю карту» для потреб легітимації влади, міфологізуючи та маскуючи реальний порядок речей. Ідеться про прикладне управління громадською думкою, у практичній політиці за неї – за її форму-

вання, трансформацію, націленість, за свідомість і поведінку її соціальних носіїв – точиться боротьба політичних сил, що так чи інакше представляють елітні або контрелітні угруповання.

Наприкінці ХХ ст. французький соціолог П. Шампань (учень критично налаштованого щодо громадської думки П. Бурдьє, теж французького соціолога) виступив із працею «Робити думку: нова політична гра», де стверджував, що «політична гра» все більше зсувається в символічну площину, прагне звести себе від «символічної боротьби» до битви за завоювання громадської думки: «Професіонали від політики намагаються всіма наявними і прийнятими в цьому ігровому просторі засобами вселяти якомога більшій кількості людей свою точку зору або хоча б прагнуть привласнити собі таке бачення соціального світу, яке, як вони вважають, поділяє більшість громадян» [9]. Як результат, насправді існує не «громадська думка», навіть не «думка, виміряна опитуваннями громадської думки», а новий соціальний простір, над яким панує сукупність усіляких «продавців опитувань», політологів, радників із комунікації та політичного маркетингу, журналістів тощо, які дають автономне політичне існування «громадській думці», яке вони самі ж і створили, перетворивши на професію дії щодо її аналізу й маніпулювання нею [9]. Для цього вони й еліти, яким вони служать, активно використовують технології масової комунікації, за допомогою яких здійснюється «розширене домінування» та завойовується символічний політичний капітал. І, навпаки, значущість накопиченого групою/елітою політичного капіталу може бути різко девальвована скандальним викриттям у пресі, що потягне за собою делегітимацію такої групи в очах громадськості й зумовить її політичну поразку.

Отже, штучна «думка» є «машиною ідеологічної війни» в інтересах політичної легітимації, у чому й полягає її основне призначення.

Загальний пафос критики громадської думки (або того, що під цим терміном презентується громадськості) з боку самого П. Бурдьє полягав у тому, що він указував насамперед на політичну ангажованість опитувань, результати яких також потрібні для політичної легітимації: «Зондаж громадського думки в сьогоднішньому вигляді – це інструмент політичної дії; його, можливо, найважливіша функція полягає в нав'ювання ілюзії, що існує громадська думка як імператив, отримуваний виключно шляхом складання індивідуальних думок; і в упровадженні ідеї, що існує щось на кшталт середнього арифметичних думок або середня думка» [8]. Таким є «фундаментальний ефект опитувань громадської думки: затвердити думку про існування одностайної громадської думки, тобто легітимувати певну

політику та закріпити відносини сил, на яких вона основана або які роблять її можливою»; політик – це той, хто каже: «Бог з нами». Еквівалентом висловлювання «Бог з нами» сьогодні стало «Громадська думка з нами» [8].

Ось ще два показові твердження П. Бурдьє стосовно джерел формування громадської думки, яка фіксується через опитування й виноситься «на поверхню» соціуму:

- Здебільшого опитування віддзеркалюють порядок денний, закладений ЗМІ чи лідерами думок («ефект нав'язування проблематики») [8], що може відрізнитися від тих проблем, які насправді хвилюють людей.

- Нерідко опитування проводять в обстановці кризи (конфлікту, дискусії), така обстановка спонукає людей орієнтуватися на ті позиції, що вже фігурують у публічному просторі: «Такий принцип ефекту політизації, виробленої кризою: доводиться обирати між групами, які політично визначилися» [8].

Вивчення проблематики низки опитувань громадської думки в період між 1960–1967 рр. й у буремному 1968 р. привело П. Бурдьє до розуміння того, що їхня переважна частина пов'язана з політичними турботами професійних політиків, істеблшменту. Тобто навіть сам факт проведення того чи іншого опитування та його структура найчастіше є результатом політичного замовлення. Отже, основна функція опитувань полягає в нав'язанні ілюзії стосовно того, що існує громадська думка як імператив, який із високою ймовірністю може опинитися на боці чинної влади чи вигідних їй рішень.

І загальний висновок, який робить П. Бурдьє, є таким: «Громадська думка не існує принаймні в тому вигляді, у якому її представляють усі, хто зацікавлений у ствердженні її існування... Є, з одного боку, думки сформовані, мобілізовані та групи тиску, мобілізовані навколо системи в явному вигляді сформульованих *інтересів*; і з іншого боку, схильності, які за визначенням не є думкою, якщо під цим розуміти ... те, що може бути сформульовано у вигляді висловлювання з якоюсь претензією на зв'язність... Це всього лише пояснення визначення, яке використовується в опитуваннях громадської думки, коли людей просять вибрати позицію серед сформульованих думок і коли шляхом простого статистичного агрегування сформованих таким чином думок виробляють артефакт, яким є громадська думка» [8]. Проте виразниками й провідниками такої штучної думки якраз є вищезначені «групи тиску», мобілізовані навколо певних інтересів, і саме в такому вигляді вона і є інструментом суспільного впливу й досягнення тих чи інших політичних цілей з боку цих же груп.

У цьому ж зв'язку й постає уявлення про соціальний контроль мас з боку правлячих еліт (або єдиної «владної еліти», за терміно-

логією видатного соціолога ХХ ст. Ч. Райт Міл-лса), елементом якого є керована громадська думка.

Соціальний контроль має як модель і технологія влади правлячої еліти має на меті таке управління масами, яке спрямоване на формування бажаних моделей суспільно значущої поведінки, шаблонних думок та ілюзорних картин навколишнього світу, що дає можливість формувати соціальну базу правлячого режиму і блокувати можливості серйозного соціального опору.

Досліджуючи механізм і техніку застосування соціального контролю, відомий американський соціолог, один із фундаторів структурного функціоналізму Р. Мертон оперував поняттям «санкції», під якими розумів можливості впливу на індивіда в разі порушення норм, на яких тримається узгоджена єдність соціальної спільноти. Арсенал таких санкцій є значним – від фізичного й економічного насильства до витонченого психологічного тиску, у результаті дії якого індивід усвідомлює невідворотність волі відповідної соціальної спільноти чи соціальної організації.

Отже, і вияви непокори, спротиву суспільству може представити як девіантну поведінку (тобто поведінку, яка відхиляється), що викликає природну негативну реакцію основної маси, «запрограмовану» відповідною системою соціального контролю.

І свідоме використання соціального контролю в такий спосіб дає змогу суб'єкту управління:

- з одного боку, стандартизувати мислення людей, груп, мас, утискаючи його в «прокрустове ложе» «допустимих думок», активно використовуючи феномен конформізму в усіх його проявах;

- з іншого – впливати на «незручних» людей острахом морального дискомфорту, самотності, суспільної ізоляції, а далі остракізму та цькування.

Отже, соціальний контроль дає можливість підкорити індивіда групі незалежно від рівня й масштабу соціальної взаємодії: від неформальної соціальної групи й до самого соціуму загалом.

Одним із перших постановку питання про громадську думку як про елемент системи соціального контролю здійснив у середині ХХ ст. американський соціальний психолог Ф. Олпорт. Він же відзначив і провідну роль масової комунікації в такому спрямуванні громадської думки: ЗМІ створюють таку ситуацію, за якої індивід усвідомлює, що суспільні явища, які він сам оцінює, водночас пізнаються й оцінюються й іншими, і можна припустити, що індивід обере такий тип поведінки, який, на його думку, буде відповідати поведінці навколишніх [4, с. 8].

У зв'язку із соціально-контрольною функцією громадської думки неодмінно згадується відкритий німецьким соціологом Е. Ноель-Нойман феномен «спіралі мовчання», що лягло в основу однойменної концепції. Дослідниця відштовхувалася від того, що соціальна природа людини, яка спонукає її дорожити своїм ім'ям в очах навколишніх і боятися суспільної ізоляції та санкцій, підкоряє індивіда тиску конформізму, який і лежить в основі громадської думки. Унаслідок цього основною функцією останньої стає функція соціального контролю спільноти щодо індивідів, за якою кожному, хто «не вписується» в панівну думку, загрожують санкції тієї чи іншої сили.

Основні положення концепції «спіралі мовчання» можна звести до такого [14]:

- люди здатні сприймати й оцінювати «клімат думок», який формується в публічному просторі;

- людина оцінює відносну поширеність думок, спостерігаючи за оточенням та оточувачими, і відчуття індивіда стосовно того, що його погляди відповідають домінуючим у суспільстві, дає йому змогу безтурботно, без ризику опинитися в ізоляції висловлювати свій погляд та ігнорувати інакодумців, носити символічні атрибути так, щоб їх було видно; навпаки, у зворотній ситуації його впевненість послаблюється, готовність до спілкування знижується, має місце приховування поглядів і важливим за власну думку стають дії з уникнення ізоляції;

- якщо люди вважають, що відповідають консенсусу громадської думки, вони впевненіші в собі та беруть участь у розмові, приватній або публічній, демонструють свої переконання, наприклад, значками, наклейками, одягом та іншими доступними для публічного огляду символи; якщо ж люди переконані, що їх меншість, вони стають обережними й мовчазними, посилюючи в громадськості враження слабкості свого табору, допоки цей табір справді не скоротиться до малого твердого ядра, що і є механізмом закручення «спіралі мовчання»;

- «спіраль мовчання» як феномен соціально-психологічної природи виникає тоді, коли індивіди психологічно вимушені мовчати або замовкнути, якщо відчувають, що їхні погляди не будуть сприйняті в соціальному оточенні чи і більш широкій сфері соціальної взаємодії/соціальної комунікації; зі збільшенням дистанції між поширеною публічною думкою і персональною думкою існуватиме все менше шансів на те, що індивід публічно висловлюватиме свою думку чи демонструватиме її в інший спосіб; отже, чим більше думка індивіда відрізняється від публічної загальноприйнятої, тим нижче вона розташовується на «спіралі», тобто загроза ізоляції, страх перед ізоляцією,

постійне спостереження за «кліматом думок» та оцінка співвідношення сил вирішують для індивіда: зрештою мовчати чи говорити;

– дія «спіраль мовчання» дає також уявлення про те, що груповий тиск походить не від арифметичної більшості, а більше від агресивної впевненості однієї сторони й остраху перед ізоляцією, боязливого спостереження іншої сторони; урешті-решт, більшість і меншість поміняються місцями та ролями;

– готовність індивідів висловитися посилюється за відчуття підтримки власної точки зору з боку ЗМІ й навпаки; отже, саме підтримка ЗМІ здатна як закріпити ролі статусно-рольове розмежування більшості та меншості, так і поміняти їх місцями в масовому уявленні;

– у площині громадської думки діє також «ефект попутника», за якого індивіди приймають рішення щодо висловлення суспільної підтримки з огляду на думку навколишніх (тут Е. Ноель-Нойман посилається на П. Лазарсфельда, який подібний феномен позначив як ефект *bandwagon* – «оркестровий вагон», або «фургон з оркестром», що діє як ефект стадності, і навколо якого відбувається процес натовпоутворення, фізичного чи віртуального [14]; цей же ефект лежить основі одного з класичних прийомів цілеспрямованого пропагандистського впливу;

– разом із тим «спіраль мовчання» не тотожна «оркестровому вагону»: хоча обидва ефекти й підкреслюють реакцію людей на спостереження за своїм оточенням стосовно того, «який табір посилює свої позиції, який стає слабшим», але «різниця в тому, що слідування за «вагоном-візком» передбачає винагороду, опинитися за переможцем», натомість «спіраль мовчання рухається страхом перед покаранням опинитися в ізоляції, бути знедоленим» [14];

– прояви вираження думки полягають не лише у вербальних висловлюваннях, а й у візуалізації, у поведінці індивіда: так, «носити значок, прикріпити символіку на машині є свого роду висловлювання; не робити цього, навіть якщо є власні переконання, означає відмовчування» [14];

– спосіб поведінки, що формується під впливом домінуючої громадської думки, варто демонструвати прилюдно, щоб не опинитися в ізоляції;

Отже, на думку Е. Ноель-Нойман, страх людей перед ізоляцією є складником усіх процесів, пов'язаних із громадською думкою, адже громадська думка тісно пов'язана із санкціями, покараннями. Тому «спіраль мовчання» є інтегральним складником усього процесу як виникнення, так і поширення громадської думки. Ось показове визначення самого поняття «громадська думка», яке запропонувала Е. Ноель-Нойман: «... це думки, способи

поведінки, які *потрібно* висловлювати чи виявляти публічно, щоб не опинитися в ізоляції». Тоді як водночас висловлювання протилежної думки або публічно відкриті дії відповідно до протилежної думки якраз пов'язані з ризиком ізоляції для індивіда, хоча в ситуаціях суперечливості чи мінливості або в «зонах напруження», що виникли, *можна* висловити власну позицію, не побоюючись ізоляції [14].

Отже, громадська думка в багатьох випадках може бути не думкою більшості, а просто тією «загальноприйнятою думкою», за формуванням, укріпленням і репресивністю якої стоїть елітна меншість.

У цьому ж руслі будуть працювати й ЗМІ, надаючи слово представникам панівного погляду й замовчуючи погляди «неугодних» (навпаки, однією з ознак революційної ситуації чи можливого політичного перевороту буде прорив інформаційної блокади опозиційними думками, унаслідок чого вони стануть легітимізуватися).

Навіть людина з навичками самостійного мислення, потрапляючи під тиск групи, не зможе проявити в повному обсязі автономність своїх переконань, суджень чи вчинків, побоюючись ігнорування, осуду, ізоляції чи більш жорстких санкцій. І, навпаки, демонстрування прийнятих шаблонів поведінки виявляються корисними в трудовому, кар'єрному й інших важливих для людини аспектах.

Е. Ноель-Нойман говорила про «безсилля» індивіда перед засобами масової комунікації (ЗМІ), яке проявляється подвійно: а) коли особа намагається залучити до себе громадську увагу, але ЗМІ в рамках своєї політики відбору повідомлень для трансляції цього зробити не дають; б) коли ЗМІ, навпаки, прагнуть сфокусувати увагу на якійсь ідеї, повідомленні, перспективі [14].

З міркувань Е. Ноель-Нойман про «спіраль мовчання» можна прослідкувати паралелі з наведеними вище уявленнями про задекларовану публічно громадську думку П. Бурдье, а саме:

– політизованість ситуації опитування, коли респондентам не лише нав'язують «порядок денний», а й зумовлюють орієнтування на вже сформульовані думки;

– існування мобілізованої думки груп тиску, що ґрунтується на їхніх інтересах.

Нарешті, з уявленнями як П. Бурдье, так й Е. Ноель-Нойман корелює відома концепція «*agenda-setting function*» – «функції порядку денного» ЗМІ, розроблена американськими дослідниками в галузі масової комунікації М. Мак Комбсом і Д. Шоу. Відповідно до неї, «теми, на яких фокусується увага в новинах, із часом публіка почала сприймати як важливі, тобто медійна програма задавала порядок денний громадській програмі»; «пріоритет-

ність медійних тематик структурує сприйняття й оцінювання аудиторією навколишнього світу, а факти й події, на яких робиться акцент у новинах, отримують у суспільній картині світу статус найважливіших» [3, с. 200].

У рамках цієї концепції висувалися такі основні твердження [3, с. 198–202]:

- ЗМІ, незважаючи на їхній плюралізм, дотримуються одних і тих самих пріоритетів у виборі основних тем для висвітлювання;

- одні події висвітлюються, інші – замовчуються: тут має місце фреймінг (рамковість), і ті події, які не потрапляють у «рамки», не стають відомими аудиторії;

- ЗМІ привертають увагу аудиторії до певних подій, унаслідок чого вони стають актуальними, хоча іноді далекими від реальних потреб аудиторії.

- ЗМІ можуть конструювати проблеми, залучаючи увагу аудиторії та «перемикаючи» її, роблячи наголоси на важливості тих чи інших тем, подій;

- під впливом наголосів «порядку денного» люди будуть обговорювати теми й події, виробляючи оцінні судження;

- громадська думка та зміст преси є майже ідентичними.

Стосовно останнього положення, то самі автори цієї концепції «порядку денного» підкресливали зв'язок своєї концепції з концепцією У. Ліппмана, за якою стереотипи громадської думки і є продуктами ЗМІ. На цьому ґрунті зроблено й наступний висновок: ЗМІ часто акцентують увагу громадськості на проблемах, які, відповідно до статистичних даних, не є актуальними в цей момент, наприклад, можуть роздмухувати щось. І це є яскравим свідченням як маніпулятивних можливостей ЗМІ, так і маніпулятивних програм, що в них закладаються тими чи іншими суб'єктами.

Аналогічно ставив питання й відомий німецький дослідник комунікації Н. Луман, називаючи стартовою точкою процесу формування громадської думки «затвердження теми», або «тематизацію» з боку ЗМІ, причому якщо цей процес свідомо запускається та контролюється якоюсь політичною силою, то це є нічим іншим, як маніпуляцією [14].

Можна нагадати й те, що ще Г. Тард вів розмову про «чарівність злободенності», яка має величезну силу впливу на публіку та яка походить від преси, насамперед щоденної, а також зауважував, що штучно злободенним стає все те, що «в моді». І, навпаки, «не злободенним є те, що цілком нове, але не зупиняє увагу публіки, яка зайнята чимось іншим [15].

У цьому ж плані заслуговує на увагу концепція «гейткіпінгу», яка почала розроблятися в середині ХХ ст. Біля її витоків стоять класик соціальної психології К. Левін та американський медіа-дослідник Д. Меннінг Уайт

(останній переніс висновки К. Левіна з галузі соціальної психології на масову комунікацію та адаптував до уявлення про діяльність ЗМІ). Тут масову комунікацію порівняно зі шляхом, який має проходити крізь «ворота», й «охоронці» цих «ворот» («гейткіпери») приймають рішення щодо того, яку інформацію пропускати через ці ворота, а яку – ні, тобто відфільтровувати [3, с. 203–205].

Виділена в концепції «гейткіпінгу» селекція інформації для ЗМІ є закономірним процесом, який зумовлюється як внутрішніми (суб'єктивними – позицією редакторів, об'єктивними – технологією виробництва інформації), так і зовнішніми (залежність від культурних і національних традицій, від бізнесу, політиків, владних структур) факторами. Послідовність цих факторів виділяє напрям і критерії відбору інформації, що дає змогу визначати політичну й ідеологічну спрямованість конкретних ЗМІ.

Нарешті, у рамках проблематики соціального контролю мас і громадської думки в її контексті варто відзначити теорію гегемонії італійця А. Грамші [2, с. 8–10]. За нею, влада панівного класу (або ж правлячої еліти) – це насамперед не насильство, а згода, що досягається тотальним духовно-ідеологічним впливом у суспільстві, що й описується поняттям «гегемонія». І хоча сам мислитель, як марксист, уявляв гегемонію насамперед у парадигмі комуністичної революції та подальшої перемоги комуністичного ладу, його бачення інформаційно-духовного виміру влади може претендувати на універсальність.

Гегемонія спирається на формування й контролювання процесів у «культурному ядрі» суспільства, яке включає сукупність традицій, знань, досвіду, світоглядних уявлень та установок, що сформувалися протягом історичного розвитку. Причому гегемонія формується не стільки відверто пропагандистськими зусиллями, скільки впливом на повсякденність, малими порціями й численними повторами, досягаючи формування бажаних станів масової свідомості. Маються на увазі такі сфери повсякденності, як освіта, праця, споживання товарів і послуг, проведення дозвілля, розважання тощо, усе те, з чого складається реальне життя будь-якої людини й у якому вона неодмінно контактує з іншими людьми, стаючи складником трудового колективу, неформальної групи, натовпу, публіки чи іншого соціального утворення. Достатньо зарядити ці соціальні групи відповідними, вигідними з погляду панування установками, і вони стануть ідеальними провідниками соціального контролю, конформізму.

Оригінальний мислитель ХХ ст. Ж. Еллюль влучно позначив зусилля зі створення такої гегемонії як горизонтальну, або соціологічну пропаганду (на протигагу «вертикальній», яка

поширюється з визначених та ідентифікованих політичних центрів).

Сам термін «соціологічна пропаганда» підкреслює наявність політичних ефектів і наслідків суто соціальних комунікацій за умов того, що в них вкладено відповідну політичну програму. За словами Ж. Еллюля, «вона є розповсюджувачем ідеології за допомогою соціологічного контексту». Серед базових носіїв і комунікацій такої пропаганди відзначено низку аполітичних, на перший погляд, соціальних інститутів: за його словами, соціологічна пропаганда виражається... у рекламі, у фільмах (комерційних та аполітичних), у загальній технології, в освіті, у «Рідерс дайджест», у соціальних послугах, у соціальній опіці, у будинках піклування». Справедливою буде й зворотна постановка питання: «структура сучасного суспільства поміщає індивіда туди, де його найлегше дістати пропагандою», що досягається тотальним поширенням масової комунікації та її інтеграцією із соціальними інститутами. У випадку соціологічної пропаганди джерелом пропагандистського впливу є саме соціальне оточення людини на макрорівні й соціальна реальність, що впливає на людину не словом, а предметом, ситуациєю, практикою [7, с. 15].

Звернемо увагу й на те, що соціологічна пропаганда використовує й відповідну цензуру. Не лише з політичного дискурсу, а й із соціального контексту вилучається все, що не вписується в ідеологічну систему, що вибудовується й пропагується: побутові речі, книги, фільми, витвори мистецтва, слова й словосполучення «стороннього» дискурсу, географічна топоніміка, пам'ятники тощо [7, с. 16]. Паралельно із цим «спіраль мовчання», що походить від громадської думки, маргіналізує і стигматизує, нарешті, цю тих, хто демонструє ознаки автономності в цьому плані. І в цьому процесі згуртована агресивна меншість, що відчуває підтримку з боку владних сил, так само нав'язує відповідне бачення дезорганізованій більшості: спочатку захоплюючи публічний простір, потім «накладаючи табу» й «зачищаючи» вищеозначені соціальні контексти, урешті-решт, репресуючи тих, хто демонструє свою прихильність до них, і такі репресії схвалюватимуться, легітимізуються якраз громадською думкою як «голосом народу».

Загалом комунікативний комплекс системи соціального контролю можна представити такими компонентами:

Базові соціальні інститути суспільства, що мають публічність і спрямованість на соціалізацію мас: освіта, масова культура в усіх її жанрах, релігія, засоби масової інформації тощо.

Засоби й канали масової комунікації, що виконують роль трансляторів установок соціального контролю мас.

Громадська думка як публічний вияв масової свідомості, що здійснює своєрідне фокусування найбільш суспільно-значущих настроїв та установок. Влада уважно спостерігає за станом громадської думки, яка є своєрідним «соціальним барометром» контрольованості суспільства.

Системи інтенсивної переконуючої комунікації, «умонтовані» в публічні соціальні інститути й канали масової комунікації/ЗМІ. Вони мають цільове призначення, відповідаючи за контролювання різних сфер суспільної активності:

- пропаганда (суспільно-політична сфера, сфера освіти);
- реклама (сфера споживання);
- паблік рілейшнз і журналістика (сфера громадської думки).
- Шаблони масової свідомості, які є продуктом комунікативної активності правлячої еліти щодо мас:
 - стереотипи (усталені твердження, оцінки, думки);
 - міфи (ілюзорні картини світу світоглядного чи актуального характеру);
 - іміджі (штучні, яскраві асоціативні образи-уявлення про різні об'єкти: осіб, організації, держави, території, соціальні явища, події).

Висновки. Вищенаведений матеріал дає змогу зробити висновок, що інституціоналізована громадська думка за сучасних умов не лише не є власною думкою суспільства чи думкою публіки (аудиторії ЗМІ), навіть не просто думкою громадськості як активної частини соціуму, а здебільшого є думкою елітних кіл і пов'язаних із ними політичних угруповань, які виступають у ролі «груп тиску» в публічному просторі. У їхніх інтересах і з їхніми зусиллями вона перетворюється на ту публічну думку, яка видається за «голос народу» для потреб легітимації того чи іншого політичного проекту.

Хоча з історичним розвитком масової комунікації та потужної преси громадська думка стала більш «суспільною», але від того вона не стала породженням самого суспільства, адже її залежність від ЗМІ, а отже, і від їх володарів, тільки зростала. «Сильні світу цього» спрямовують поведінку мас у потрібне їм русло, і сучасні ЗМІ, перебуваючи під їх контролем, перетворилися на один із найголовніших інструментів маніпулювання громадською думкою, яка все очевидніше виконує соціально-контрольну функцію щодо свідомості й поведінки широких мас.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Візниця Ю.В. Громадська думка як засіб соціального контролю. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2012. Вип. 53. С. 297–306.

2. Грамші А. В'язничні зошити. Вибрані записи / пер. з італ. 2-е видання, перероб. і доп. Київ : Вперед, Бихун В.Ю., 2017. 417 с.
3. Іванов В. Основи теорії масової комунікації та журналістики : навчальний посібник / за наук. ред. В.В. Різуна. Київ : Центр Вільної Преси, 2010. 258 с.
4. Матусевич В. Громадська думка: критерії ідентифікації. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2000. № 2. С. 5–19.
5. Матусевич В. Суб'єкт громадської думки: теоретичні та методичні проблеми визначення. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2002. № 1. С. 21–39.
6. Танчін І. Соціологія : навчальний посібник. Львів : Укр. акад. друкарства, 2005. 360 с. URL: <http://politics.ellib.org.ua/pages-13180.html>.
7. Фесенко А.М., Чорна В.О., Бондарець Б.Б. Тотальна пропаганда: спроба концептуалізації. *Габітус*. 2022. Вип. 42. С. 11–21.
8. Bourdieu, Pierre. Public Opinion Does Not Exist. Armand Mattelart / Seth Siegelau (Eds.): *Communication and Class Struggle 1*. New York : International General, 1979. P. 124–130.
9. Champagne P. Faire V opinion. *Le nouveau jeu politique*. Paris, Minuit, coll. Le sens commun, 1990. 312 p.
10. Kiss A., Gabor S. Identifying the bandwagon effect in two-round elections. *Public Choice*. 2014. № 160 (3/4). P. 327–344.
11. Lippmann W. *Public Opinion*. New Brunswick, London, Transaction Publishers, 1998. 427 P.
12. Marcuse H. *Introduction to the Second Edition. One-dimensional Man: studies in ideology of advanced industrial society*. London : Routledge, 1991. 324 p. URL: https://ia601803.us.archive.org/9/items/marcuse-herbert-one-dimensional-man-1964_202012/Marcuse%2C%20Herbert%20-%20One-Dimensional%20Man%20%281964%29.pdf.
13. Moscovici S. *The Age of the Crowd: A Historical Treatise of Mass Psychology*. Cambridge : Cambridge University Press, 1985. 418 p.
14. Noelle-Neumann E. *The Spiral of Silence: Public Opinion – Our Social Skin*. Chicago: University of Chicago Press, 2nd edition, 1993. Overton Joseph J. Mackinac Center for Public Policy, 2013. 281 p.
15. Tarde G. *L'opinion et la foule*. Paris: Alcan. Partial English translation: *The opinion and the crowd*. In: Clark TN (ed.) *Gabriel Tarde: On Communication and Social Influence: Selected Papers*. Chicago : University of Chicago Press, 1969, 332 p.

СЕКЦІЯ 3 ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ У СТРУКТУРІ ЕМОЦІЙНОГО РЕСУРСУ ПЕДАГОГА EMOTIONAL STABILITY IN THE STRUCTURE OF THE EMOTIONAL RESOURCE OF A TEACHER

У статті авторка аналізує феномен емоційної стійкості й емоційного ресурсу педагога. Стійкість є важливою особистісною характеристикою особистості, та складність дослідження цього феномену пов'язана із широким спектром концептуальних підходів парадигми цієї психологічної категорії. Зокрема, учені розкривають стійкість діяльності, поведінки, особистості. Окремо віддавна вчені досліджують емоційну стійкість як особистісну властивість і як особливий стан психіки, що детермінує адекватність поведінки людини. Одним з основних завдань у психології є системний підхід до категорії емоційної стійкості з позиції емоційних ресурсів, віднайдення місця її в загальній структурі особистості. Емоційна стійкість педагога є критичним аспектом його роботи, який входить у сферу стресових чинників і потребує значної внутрішньої саморегуляції. Це впливає на його успішну адаптацію до професійного середовища. Емоційна стійкість є ключовою складовою частиною педагогічної практики та привертає увагу численних дослідників, які вивчають її вплив на організацію навчально-виховного процесу та загальну продуктивність роботи вчителя. Оскільки робота у сфері педагогіки потребує високого емоційного розвитку, важливим аспектом є діагностика емоційного ресурсу людини, основними структурними елементами якого є емоційна збудливість, емоційна ригідність, лабільність емоцій, емоційна стійкість, емоційна незбудливість, експресивність, емоційний відгук, емоційний оптимізм або песимізм. Емоційна стійкість відображає особистісний ресурс людини в умовах постійних змін і невизначеності. Емоційна стійкість залежить від уміння свідомо керувати своєю діяльністю, створювати оптимальні умови для роботи та правильно оцінювати свої можливості. У педагогічній практиці емоційна стійкість допомагає зменшити негативний вплив стресу, сприяє готовності до дії у складних ситуаціях і є важливим чинником успіху в різних обставинах.

Ключові слова: стійкість, емоційна стійкість, емоційний ресурс, педагог, педагогічна діяльність, особистість.

In the article, the author analyzes the phenomenon of emotional stability and emotional resource of the teacher. Resilience is an important personal characteristic of an individual, and the complexity of researching this phenomenon is associated with a wide range of conceptual approaches of the paradigm of this psychological category. In particular, scientists reveal the stability of activity, behavior, and personality. Separately, scientists have been studying emotional stability for a long time as a personal property and as a special state of the psyche that determines the adequacy of human behavior. One of the main tasks in psychology is a systematic approach to the category of emotional stability from the standpoint of emotional resources, finding its place in the general structure of the individual. The emotional stability of a teacher is a critical aspect of his work, which is included in the sphere of stress factors and requires significant internal self-regulation. This affects his successful adaptation to the professional environment. Emotional stability is a key component of pedagogical practice and attracts the attention of numerous researchers who study its influence on the organization of the educational process and the overall productivity of the teacher. Since work in the field of pedagogy requires high emotional development, an important aspect is the diagnosis of a person's emotional resource, the main structural elements of which are emotional excitability, emotional rigidity, lability of emotions, emotional stability, emotional immobility, expressiveness, emotional response, emotional optimism or pessimism. Emotional stability reflects a person's personal resource in conditions of constant change and uncertainty. Emotional stability depends on the ability to consciously manage one's activities, create optimal conditions for work and correctly assess one's capabilities. In pedagogical practice, emotional stability helps to reduce the negative impact of stress, promotes readiness to act in difficult situations and is an important success factor in various circumstances.

Key words: stability, emotional stability, emotional resource, teacher, pedagogical activity, personality.

УДК 159.9-049.5
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.7>

Заграй Л.Д.

д.психол.н., професор,
декан факультету психології
Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника

Вступ. Емоційна стійкість педагога є критичним аспектом його роботи, який входить у сферу стресових чинників і потребує значної внутрішньої саморегуляції. Це впливає на його успішну адаптацію до професійного середовища. Емоційна стійкість є ключовою складовою частиною педагогічної практики та привертає увагу численних дослідників, які вивчають її вплив на організацію навчально-

но-виховного процесу та загальну продуктивність роботи вчителя.

Постановка проблеми. Одним з основних завдань психології є системний підхід до категорії емоційної стійкості з позиції емоційних ресурсів, віднайдення місця її в загальній структурі особистості. Загалом, українські вчені надають великого значення емоційній сфері в педагогічній діяльності. Проте спо-

стерігається брак досліджень особливостей регуляції емоцій учителів у стресових ситуаціях, а також розроблення конкретних методів саморегуляції в таких випадках.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Значення цього аспекту у творчості вчителя, його майстерності розкрито у працях В. Сухомлинського, І. Синиці, Т. Щербан, З. Ковальчук, О. Шевчишеної, О. Шульженко й інших авторів. Вивчення емпатійних переживань у регулюванні педагогічної діяльності також є об'єктом наукового інтересу Р. Хмелюк, О. Чебикіної, В. Семиченко, Т. Щербан, Т. Яценко й інших.

Метою статті є розкриття сутності емоційної стійкості з ракурсу емоційного ресурсу особистості педагога.

Виклад основного матеріалу. Емоційну стійкість уперше розглядали в ракурсі психологічного здоров'я К. Роджерс, А. Маслоу. Ф. Перлз, Ш. Бюлер, Ф. Франкл. Так, К. Роджерс описав «нову людину» як здорову особистість, інтегровану, структура якої містить, окрім прагнення цілісності та самовдосконалення, ще й емоційну стійкість. Максимально близьким до сучасного розуміння психічно здорової особи, на нашу думку, є твердження А. Маслоу, який бачить психічно здорову людину з розвиненою здатністю здійснювати власний вибір у ситуації, житті загалом, стабільну, стійку, упевнену в житті. Ш. Бюлер вважає, що головною причиною неврозів людини є втрата емоційного балансу, дефіцит самовизначення та самоспрямованості. В. Франкл представив світові перші спроби поєднати психічне здоров'я людини з емоційною стійкістю як деякого рівня напруженості, що створюється поміж особою та відповідним сенсом, що розміщений у зовнішньому світі [8].

Р. Кеттел емоційну стійкість пояснює відсутністю невротичних симптомів іпохондричних виявів, стійкістю інтересів і спокоєм [2].

Т. Рібо характеризує емоційну стійкість як стійкість емоційних станів і стабільність емоцій, відсутність схильності до їх змін [2].

Саме тому емоційна стійкість нам видається системною сукупністю та логікою функціонування низки психофізіологічних особистісних інструментів, а також відповідних засобів для підтримки та досягнення належного рівня психологічного здоров'я особистості.

Оскільки робота у сфері педагогіки потребує високого емоційного розвитку, важливим аспектом є діагностика емоційного ресурсу людини. Цей ресурс можна оцінити за такими критеріями, як:

а) емоційна збудливість – як міра готовності до емоційної реакції на важливі для людини подразники, яка проявляється в нестримності, дратівливості тощо. Глибина переживання емоцій показується в тому, наскільки інтенсивно особистість їх переживає;

б) емоційна ригідність – як емоційна лабільність, яка може затримуватись після закінчення події чи зміни обставин, навіть коли вже збудник тих емоцій не діє;

в) лабільність емоцій – це здатність швидко переключатися з одних емоційних ситуацій на інші, швидко адаптуватись до нових ситуацій, що іноді може призводити до реактивності або імпульсивності, а це свідчення того, що особа погано керує собою;

г) емоційна стійкість – це здатність несильно збуджуватися в емоційно заряджених ситуаціях і контролювати власні реакції;

г) емоційна незбудливість – це відсутність реагування на емоційно заряджені подразники;

д) експресивність – це вияв емоцій через жести, міміку, голос тощо;

е) емоційний відгук – це чутливість і сприйняття емоційних впливів і реакція на них;

е) емоційний оптимізм або песимізм.

Серед різноманітних характеристик особистості, які обговорюються, емоційна стійкість виступає як ключова. У науковій літературі є багато визначень і пояснень цього поняття в контексті психологічних аспектів особистості. Емоційну стійкість описують як досягнення оптимального рівня інтенсивності емоцій, здатність зберігати емоційне напруження в умовах конкуренції, як важливу якість для подолання стресу. Також її розглядають як здатність зберігати стійкий рівень психічної активності та стабільність емоційного виразу. Важливою вважається також ефективна саморегуляція, яка є запорукою успішності у професійній діяльності.

У контексті педагогічної діяльності термін «емоційна стійкість» відображає синтез особистісних властивостей, що дозволяють педагогу впевнено та самостійно діяти в різних емоційних ситуаціях. Володіння емоційною стійкістю означає швидке адаптування до змін, знаходження оптимальних рішень у складних ситуаціях і збереження витримки та самоконтролю.

Емоційна стійкість є ключовим аспектом професійної діяльності педагога, особливо коли йдеться про працю з різновіковою аудиторією. Вона визначається як важлива педагогічна складова частина, яка сприяє формуванню гармонійної особистості вихованців. Наполегливо керувати своїм психофізичним станом стає надзвичайно важливим елементом продуктивного педагогічного спілкування.

Емоційна стійкість являє собою складний і багатогранний аспект особистості, який охоплює різні здібності та рівні емоційної реакції. Вона визначається здатністю протистояти труднощам, зберігати віру в ситуаціях невдачі та підтримувати позитивний настрій. Стійкість виявляється у здатності подолати перешкоди на шляху до мети, зберігати впевне-

ність у власних силах і підтримувати ефективну саморегуляцію.

Ця якість відображає особистісний ресурс людини в умовах постійних змін і невизначеності. Емоційна стійкість залежить від уміння свідомо керувати своєю діяльністю, створювати оптимальні умови для роботи та правильно оцінювати свої можливості. У педагогічній практиці емоційна стійкість допомагає зменшити негативний вплив стресу, сприяє готовності до дій у складних ситуаціях і є важливим чинником успіху в різних обставинах [9].

О. Андрусик визначає емоційну стійкість як інтегративну особистісну властивість, що виявляється в умінні підтримувати рівновагу в динаміці між збереження поведінкової адекватності у значущій емоційній ситуації та підтримкою чи відновленням особистісної цілісності, її емоційно комфортного стану постстресу [2].

Важливо підкреслити, що стійкість є комплексною характеристикою особистості, яка дозволяє протистояти стресовим впливам у складних ситуаціях. Вона сприяє контролюванню збудження й емоційного напруження під впливом стресорів і забезпечує можливість зберігати високий рівень активності для продуктивної діяльності.

Варто зауважити, що стійкість формується паралельно з розвитком цілісності особистості та залежить від різноманітних чинників, як-от соціальний досвід, тип нервової системи, поведінкові навички, а також рівень розвитку пізнавальних структур. Емоційну стійкість підтримують як внутрішні, так і зовнішні ресурси особистості.

До зовнішніх чинників соціального середовища належать:

- підтримка самооцінки;
- сприятливі умови для самореалізації й адаптації;
- психологічна підтримка соціального оточення, зокрема й емоційна підтримка та конкретна допомога;

Особистісні чинники такі:

- активне й оптимістичне ставлення особистості до життєвих ситуацій;
- філософське сприйняття складних ситуацій;
- віра та впевненість у собі та взаєминах з іншими;
- терплячість і прийняття інших;
- почуття соціальної приналежності та відповідності статусу;
- висока самооцінка й узгодженість реального й ідеального «Я».

Свідомість особистості може виявлятися через віру та впевненість у досяжності цілей і загальної мети.

Екзистенціальна визначеність включає відчуття та розуміння змісту життя, осмисленість поведінки та діяльності, а також усвідомлення

соціальної приналежності до якоїсь групи. Це також настанова на можливість керування своїм життям.

Пізнання та досвід включають здатність розуміти життєві ситуації та прогнозувати їх, раціональне тлумачення життєвих обставин, адекватну оцінку навантаження та власних ресурсів, а також відповідний структурний досвід проживання складних ситуацій.

Поведінка та діяльність включають в себе використання ефективних стратегій подолання труднощів і поведінкову та діяльну активність [6].

Наталія Перегончук зауважує, що емоційна стійкість включає в себе врівноваженість, стабільність і опірність [9].

Емоційну стійкість варто характеризувати як баланс між стабільністю та змінністю особистості. Стабільність виявляється в головних принципах життя людини, її мотивах і поведінкових стратегіях, тоді як змінність відображає динаміку мотивації та нові форми реагування на ситуації.

За такого підходу до розгляду емоційної стійкості особистості важливим є гармонійне поєднання стабільності та динамічності, які взаємно доповнюють одна одну. Стабільність служить основою для побудови життєвого шляху особистості, без неї досягнення життєвих цілей стає неможливим. Вона підтримує та зміцнює самооцінку, сприяє прийняттю себе як унікальної особистості. Динамічність і адаптивність особистості тісно пов'язані з її розвитком та існуванням. Цей розвиток неможливий без змін, які відбуваються в різних аспектах життя й особистості загалом. Ці зміни визначаються як внутрішньою динамікою, так і впливом зовнішнього середовища. Отже, розвиток особистості є сукупністю змін, пов'язаних із нею [5].

Урівноваженість означає збалансованість у регулюванні міри напруги з наявними ресурсами психіки й організму. Цей баланс визначається не лише зовнішніми стресами, але й суб'єктивною оцінкою й інтерпретацією. Виявляється врівноваженість у здатності знизувати вплив суб'єктивних чинників на рівень напруги й утримувати її на прийнятному рівні. Також це вміння уникати екстремальних реакцій на події, проявляти чутливість до аспектів професійної діяльності без надмірної реакції на подразники, що може призвести до збудження.

Опір є здатністю протистояти тим впливам, які обмежують свободу вибору та поведінки, як в окремих рішеннях, так і у виборі способу життя загалом. Важливим складником опору є самодостатність особистості щодо свободи від залежності (хімічної, інтеракційної, однобічної активності в поведінці).

Отже, правомірною є позиція К. Пилипенко [10], яка розглядає емоційну стійкість як здат-

ність до продуктивності діяльності в напружених умовах. Багато дослідників визнають ефективність діяльності в емоційно напружених ситуаціях як головний критерій емоційної стійкості [11–14].

З урахуванням того, що щоденний контакт учителя з учнями є напруженим емоційно, можемо стверджувати, що емоційна стійкість педагога полягає в успішному розв'язанні складних і відповідальних завдань у напруженій емоційно зарядженій ситуації.

Результати дослідження української науковиці О. Шевчишеної переконливо свідчать про те, що натеper українські педагоги не відзначаються стійкістю емоційної сфери, що, звісно, не сприяє протидії різноманітним впливам зовні. Педагоги не можуть протистояти щоденним складнощам, відповідним чином відобразити складні ситуації, проявляти рефлексію та прогнозувати наслідки власних дій [12].

Отже, емоційна стійкість виявляється у здатності контролювати і навіть знижувати рівень емоційних реакцій, що проявляється в «силі волі», яка виявляється в терплячості, наполегливості, самоконтролі та самовладанні, що, у свою чергу, приводить до стабільності й ефективності в діяльності.

Доцільним є поділ емоційної стійкості на три види, як пропонують учені: емоційно-вольову (здатність контролювати емоції), емоційно-моторну (психомоторна стійкість) і емоційно-сенсорну (стійкість сенсорних дій). Ця класифікація сприяє глибшому теоретичному аналізу проблеми емоційної стійкості, у результаті чого ми можемо розглядати це явище як інтегровану властивість особистості, що визначається взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності, спрямованих на успішне досягнення мети в емоційно важкій ситуації.

Оскільки психоемоційно складні ситуації властиві педагогічному спілкуванню, емоційна стійкість має сприяти успішному проведенню навчально-виховної діяльності та забезпеченню ефективної взаємодії між усіма учасниками процесу, зокрема й учителями й учнями.

Зважаючи на те, що емоційна стійкість може різнитися залежно від емоційно стимулюючих чинників, вона може служити основним критерієм оцінювання успішної професійної діяльності педагога.

Учений С. Алмаші у своєму емпіричному дослідженні довів, що в майбутніх педагогів за час навчання в педагогічних закладах вищої освіти яскраво виражена імпульсивність, зовнішній локус контролю та соціальної бажаності, підвищена тривожність, особливо на випускових курсах. Саме тому є сенс говорити про цілеспрямоване формування емоційно-вольових якостей здобувачів вищої освіти, що неза-

баром стануть педагогами. Запорукою успішної професійної діяльності педагога повсякчас є належний рівень вияву емоцій і емоційна стійкість у контексті емоційного ресурсу особистості [1].

Інший учений, О. Шульженко, досліджував емоційну стійкість майбутніх фахівців з корекційної роботи з дітьми з аутичним спектром і з'ясував, що такі майбутні фахівці не мотивовані керувати власними емоціями, мають нестійкий самоконтроль, не вміють планувати та не мають результату корекційної діяльності, невротичні, володіють спонтанною агресивністю, депресивністю, дратівливістю, мають афективні переживання, мають брак усвідомлення емоцій і виявляють загалом негативний спектр емоцій [13].

Висновки. Особливість педагогічної діяльності полягає у високій емоційній напруженості. Різноманітні чинники, що зумовлюють емоції, можуть мати як об'єктивний, так і суб'єктивний характер. Ситуації емоційного переважання, що супроводжуються високим рівнем афективної напруги, порушують педагогічну діяльність, яка належить до складних видів творчої праці. Постійне переживання професійних стресів може вести до виснаження нервової системи педагогів, емоційних вибухів і нервових захворювань. У зв'язку із цим педагог постійно мусить контролювати свій емоційний стан, що стимулює пошук найефективніших методів емоційної регуляції та саморегуляції в напружених ситуаціях професійної діяльності.

Отже, педагог виступає ключовою фігурою в системі освіти, його особистість і поведінка мають значний вплив на розвиток особистості учнів. Психічне здоров'я педагога суттєво впливає на здоров'я тих, з ким він працює – молодого покоління, майбутнього України, загалом на успішність і саморозвиток кожного, хто слухає слово Вчителя та втілює його в життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алмаші С. Розвиток емоційності педагога в емоційному просторі. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць. 2013. Вип. 19. С. 24–35.
2. Андрусик О. Проблеми емоційної стійкості особистості як психологічний феномен. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2022. Т. 33 (72). № 2. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/01>.
3. Аршава І. Емоційна стійкість людини та її діагностика: монографія. Дніпропетровськ: Вид-во ДНУ, 2006. 336 с.
4. Аршава І. Психічні стани як форми концентрованого прояву емоційної стійкості й емоційної вразливості. *Медична психологія*. 2012. № 3. С. 3-Гончаренко Л. Полікультурна освіченість педагога: теорія і практика / за ред. В. Кузьменка. Херсон: РІПО, 2009. 136 с.

5. Кириленко Т. Аналіз емоційного світу особистості: теоретичні положення, прояви та методичні прийоми. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія «Соціологія. Психологія. Педагогіка». 2007. № № 27–28. С. 30–32.

6. Комісарова С. Поняття про емоції, їх значення та особливості. *Психолог*. 2006. № № 25–28. С. 32–38.

7. Курова А. Технології збереження емоційної стійкості у структурі психологічного здоров'я. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2022. Т. 33 (72). № 2. С. 87–92. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/14>.

8. Перегончук Н. Проблема емоційної стійкості у професійній діяльності педагога. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2010. Т. 12. Ч. 4. С. 322–331.

9. Пилипенко К. Емоційна стійкість як професійно важлива якість майбутнього психолога-практика. *Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології* : колективна монографія / ред. Н. Пов'якель. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. С. 137–147.

10. Чебикін О., Павлова І. Становлення емоційної зрілості особистості : монографія. Одеса, 2009. 230 с.

11. Шевчишена О. Проблема емоційної стійкості в контексті професійного здоров'я вчителя. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія «Педагогічні та психологічні науки». 2014. № 4. С. 531–540.

12. Шульженко О. Показники емоційної стійкості студентів як компонента психологічної готовності до роботи з аутичними дітьми. *Корекційна педагогіка та спеціальна психологія* : науковий часопис. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2016. № 32. Ч. 2. Сер. 19. С. 307–314.

13. Щербан Т. Психологія навчального спілкування : монографія. Київ : Міленіум, 2004. 345 с.

14. Якимчук Б., Якимчук І. Формування емоційної стійкості як професійно важливої якості майбутнього практичного психолога. *Психологічний журнал*. 2020. № 4. С. 78–89.

ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ В КОНТЕКСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

TOLERANCE TO UNCERTAINTY IN THE CONTEXT OF PERSONALITY RESILIENCE

У статті розглядається психологічна сутність категорії невизначеності та її значення в життєдіяльності людини. Показано, що вивчення невизначеності в психології відбувається у двох аспектах: з одного боку, людина як суб'єкт життєдіяльності пізнає і прагне структурувати навколишній світ, з іншого – і власний внутрішній світ, формуючи індивідуальний і неповторний образ життєвого світу. Як правило, зовнішній і внутрішній світи резонують, ускладнюючи життєдіяльність людини. Особливо актуальним це видається саме у світлі сучасних глобальних змін, нестабільності в політиці, економіці, системних освітніх трансформацій тощо.

Мета статті – проаналізувати психологічні аспекти вивчення категорії невизначеності, а також толерантності і інтолерантності до невизначеності, які представлені в наукових працях зарубіжних і вітчизняних авторів; з'ясувати роль і значення толерантності до невизначеності для підвищення життєстійкості в сучасних умовах турбулентності у світі.

Аналіз наукової літератури дав змогу зробити висновки, що життя є динамічним і непередбачуваним, а намагання людини уникнути невизначеності може привести до ригідності, застрягання в рутині, зниження активності, переживання страху змін, обмеження особистісного потенціалу.

Толерантність до невизначеності є основою для розвитку життєстійкості, що дає змогу більш ефективно адаптуватися до змін і долати труднощі життя.

Розвинена толерантність до невизначеності може бути як передумовою для здійснення вибору майбутнього, так і його закономірним наслідком, являючи собою спосіб подолання екзистенційної тривоги щодо його невизначеності.

Ключові слова: невизначеність, толерантність до невизначеності, інтолерантність, життєстійкість, криза.

The article deals with the psychological essence of the category of uncertainty and its importance in human life. It is shown that the study of uncertainty in psychology takes place in two aspects: on the one hand, a person as a subject of life cognizes and seeks to structure the world around him or her, and on the other hand, his or her own inner world, forming an individual and unique image of the world of life. As a rule, the external and internal worlds resonate, complicating human life. This seems especially relevant in the light of current global changes, instability in politics, economics, systemic educational transformations, etc.

The purpose of the article. To analyze the psychological aspects of the study of the category of uncertainty, as well as tolerance and intolerance to uncertainty, which are presented in the scientific works of foreign and domestic authors. To clarify the role and importance of tolerance to uncertainty for increasing resilience in the current conditions of global turbulence.

The analysis of scientific literature has led to the conclusion that life is dynamic and unpredictable, and a person's attempts to avoid uncertainty can lead to rigidity, getting stuck in a routine, decreased activity, fear of change, and limitation of personal potential. Tolerance to uncertainty is the basis for developing resilience, which allows you to adapt to changes more effectively and overcome the difficulties of life. Developed tolerance for uncertainty can be both a prerequisite for making a choice about the future and its natural consequence, representing a way to overcome existential anxiety about its uncertainty.

Key words: uncertainty, tolerance to uncertainty, intolerance, resilience, crisis.

УДК 159.922.27

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.8>

Фалько Н.М.

к.психол.н., доцент,
ректор
Мелітопольський державний
педагогічний університет імені Богдана
Хмельницького

Остополець І.Ю.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Мелітопольський державний
педагогічний університет імені Богдана
Хмельницького

Шарапова Ю.В.

к.пед.н.,
доцентка кафедри психології
Пенітенціарна академія України

Постановка проблеми. Усі ми живемо у світі, сповненому невизначеності. Постійно стикаємося з нею в житті: і в побуті, і в професійній діяльності, і у взаєминах із соціальним оточенням. Усе це потребує від нас здібностей бути гнучкими, сензитивними до змін, ставитися з відкритістю, спокоєм до непередбачуваних ситуацій, бути здатними приймати рішення, коли відомі не всі змінні, готовими ризикнути, щоб спробувати чи перевірити щось нове або хоча б успішно адаптуватися до мінливого світу.

Підхід до вивчення невизначеності в психології має двоякий характер. Людина як активний суб'єкт життєдіяльності освоює і структурує не тільки навколишній світ, а і власний внутрішній світ, виражаючи його через образ життєвого світу [2; 5]. На думку психологів [1; 3; 5; 6; 7], обидва аспекти життєдіяльності

людини є досить важливими й потребують особливої уваги.

Проблема співвідношення образу світу й толерантності до невизначеності мало розроблена в сучасній науці, однак величезну кількість досліджень присвячено семантичному простору особистості як проєкції її особистісних і смислових детермінант.

Буття людини пов'язано з особливою психологічною реальністю – образом світу або картиною світу. Людина з найдавніших часів володіла цілісною системою уявлень про себе й навколишній світ, про свою роль і місце в ньому, про просторову й часову послідовність подій, їхні причини, значення й цілі. Таким чином, образ світу виступає у свідомості людини в п'яти вимірах: тривимірного простору, часу, руху і квазівимірі – смислового полі, системі значень [2]. П.В. Лушин із

цього приводу пише, що «людина, яка володіє свідомістю, стикається з невизначеністю не тільки зовнішнього, так званого об'єктивного світу, а й свого внутрішнього, суб'єктивного, і цю невизначеність теж треба якимось чином долати» [5, с. 4].

Завданням психологічної науки і практики є виявлення способів примирення внутрішнього світу людини із зовнішнім, адже обидва світи, маючи характеристику невизначеності, за неминучого зіткнення резонують, посилюючи труднощі життєдіяльності людини, відбиваючись на професійній діяльності, взаємодії з оточенням, ставленні до себе й інших, психологічному здоров'ї.

Робота з невизначеністю на межі двох світів, об'єктивного й суб'єктивного, зараз особливо актуальна. Потіки інформації, що все більш зростають, стрімке збільшення темпу життя, почасти і його неусталеність породили проблему глобальної невизначеності людського існування. З одного боку, хоч би як намагалася сучасна людина наздогнати вимоги часу, вона, навіть озброївшись найсучаснішим комп'ютером, змушена діяти в ситуації зовнішньої інформаційної невизначеності. З іншого боку, прагнення рухатися «в ногу з часом» невблаганно наштовхується на фізіологічні бар'єри граничних можливостей людського організму, породжуючи адикції та залежності як реакцію на внутрішню смислову невизначеність ідентичності особистості. Таким чином, життєздатність, успішність, благополуччя і якість життя людини багато в чому залежать від її можливостей справлятися з невизначеністю буття. У психологічній науці така здатність людини виражається в конструкті, що має назву «толерантність до невизначеності» (далі – ТН).

Уперше поняття ТН почало вживатися в середині минулого століття в теорії Т. Адорно та його колег (Р. Сенфорд, Е. Френкель-Брун-свік, Д. Левінсон). Воно трактувалося як здатність справлятися зі складністю навколишнього світу [3]. Однак категорія невизначеності й феномен толерантності до невизначеності тісно пов'язані й із актуальними проблемами сучасності.

Мета статті – проаналізувати психологічні аспекти вивчення категорії невизначеності, а також толерантності/інтолерантності до невизначеності, які представлені в працях зарубіжних і вітчизняних авторів; з'ясувати роль і значення толерантності до невизначеності для підвищення життєстійкості людини в умовах системних змін і трансформацій суспільства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Перші праці з проблеми вивчення невизначеності й толерантності до невизначеності з'явилися ще в 40-х роках ХХ століття у зв'язку з дослідженнями авторитаризму. Однією

з перших дослідниць стала Е. Френкель-Брун-свік (1948 р.), яка визначала невизначеність як емоційну та перцептивну змінну, що відіграє суттєву роль під час оцінювання ймовірнісних наслідків ухвалення рішення й опосередковує емоційне тло цього процесу [9]. С. Баднер (1962 р.) розглядав толерантність до невизначеності як «тенденцію сприймати невизначені ситуації як бажані». Мак Доналд (1970 р.) зазначав, що люди з високою толерантністю до невизначеності: а) шукають невизначеності; б) почуваються комфортно в невизначених ситуаціях; в) мають низку переваг у невизначених ситуаціях порівняно з інтолерантними (далі – ІТН) до невизначеності людьми під час виконання невизначених завдань; в) більш сенситивні й гнучкі в процесі прийняття рішень. Е. Нортон (1975 р.) описував ІТН як тенденцію сприймати невизначену інформацію як різновид психологічного дискомфорту або загрози [3].

Вітчизняні дослідники визначають ТН так: а) здатність до ухвалення рішень і роздумів над проблемою, навіть якщо невідомі всі факти й можливі наслідки (О.П. Саннікова, О.І. Санніков, 2020); б) як соціально-психологічну установку, яка має афективний, когнітивний і поведінковий компоненти (О.Г. Луковицька, 1998); в) здатність людини відчувати позитивні емоції в нових, неструктурованих, неоднозначних ситуаціях, сприймаючи їх як такі, що містять виклик, а не як загрозові (П.В. Лушин, 2007); г) здатність витримувати напруження кризових проблемних ситуацій (І.Ю. Остополець, 2015); д) як специфічну умову інноваційної діяльності (Н.В. Алексеєнко, 2017) тощо. Таким чином, найчастіше ТН трактують як стійку рису особистості, тобто як загальний спосіб реагування на ситуації невизначеності й перебування в них. У загальних рисах ТН розглядають як біполярний вимір, на одному полюсі якого перебуває толерантність до невизначеності, а на іншому – ІТН, тобто нездатність пережити невизначеність.

Характеризуючи сучасність як епоху глобальної кризи – політичної, екологічної, моральної тощо, дослідники проблеми толерантності відзначають у ній прямо протилежні характеристики. Одні вбачають у толерантності «ідеал і життєво важливий принцип», вважаючи, що «вона одна надасть шанс вижити цивілізації». Інші вважають, що ТН «служить лише для того, щоб символічно приховувати й лікувати реальний розкол і байдужість, які демонструє людство» [4]. За цих умов зростає інтерес до описаних ще в середині минулого століття феноменів толерантності.

Зауважимо, що проблема толерантності вперше виникла в західній цивілізації на релігійному підґрунті, а релігійна толерантність поклала початок усім іншим свободам, які

були досягнуті в суспільстві. Невизначеність – це те, від чого люди тікають і ховаються. Але якщо звернутися до того, як влаштований світ, виявляється, що це фундаментальна річ: часто не ясно, що саме відбувається зараз і, тим більше, що буде в майбутньому. Виклик невизначеності полягає в тому, щоб із нею жити і її приймати.

Будь-яка стабільність відносна, тобто є нестійкою та до кінця невизначеною. І все ж одна з найпоширеніших життєвих стратегій людини – заплющувати очі на цю нестабільність, пристрасть ілюзії. Але надія на зовнішню точку опори більше не допомагає. Цю точку, основу існування, треба шукати в собі самому й самому вносити якусь визначеність і у власне життя, і в глобальну невизначеність світу.

Світ, у якому ми живемо, постійно ускладнюється, це об'єктивно. Які ресурси ховаються у невизначеності та як ставитися до цієї ситуації, коли людина відходить від звичного, уже усталеного й може обирати? Здавалося б, у неї має додатися сили для цього. Але насправді людина не розуміє, куди їй рухатися. Перша реакція – пошук опори в зовнішньому світі, навколишніх. Але згодом настає момент, коли людина починає розуміти, що ніхто їй не скаже однозначно, як їй бути, що робити, як саме діяти й куди рухатися. Після перших серйозних переживань у житті починається навіть не прийняття на себе відповідальності, а хоча б прояв якоїсь ініціативи. Наступний етап – розуміння, що жити за старими правилами вже не можна.

Кризи – це, по суті, ситуації невизначеності. Утрачає той, хто намагається любою ціною зберегти все як було, не змінюючи й не змінюючись сам. Людина продовжує поводитися так, ніби нічого не змінилося. Вона не орієнтується на зворотний зв'язок від світу, а продовжує вперто чіплятися за старе, у такому випадку потерпає від кризи. Якщо ми повністю віддаємося волі невизначеності й довіряємо їй, можуть виникнути такі варіанти виходу, які лежать за межами нашої фантазії.

Життя взагалі – це ланцюг криз, а успішне життя – ланцюг керованих криз. Вони є природними подіями в житті людини. Саме завдяки подоланню криз ми й розвиваємося.

Якщо міркувати в суто психологічних поняттях, звичний зміст толерантності ґрунтується на тому, що особистість є саморегулюючою та саморегульованою системою, яка адекватна або відповідає тим умовам, у яких вона перебуває: вона сама може ставити перед собою завдання, розв'язувати їх і, зрештою, самостійно перевіряти наслідки власних дій. У зв'язку з цим висловлювати критичні зауваження або перевиховувати особистість не має сенсу: оскільки вона сама себе завела в негативний життєвий контекст, то й виходити із

життєвих негараздів, вирішувати власні проблеми належить їй самій [5].

Готовність особистості діяти за умов постійного браку інформації, відсутності ясних орієнтирів і заготовлених раніше шаблонів робить особистість більш адаптивною. Хотілося б зазначити, що така адаптивність – толерантність до невизначеності – тісно пов'язана з феноменом життєстійкості.

Поняття життєстійкості вперше ввели С. Кобейс та С. Мадді. У перекладі з англійської мови термін «hardiness» означає «стійкість, витривалість». Автори зазначають, що життєстійкість пов'язана з наявністю наявних внутрішніх можливостей людини, якими вона може скористатися в різних ситуаціях життя. Отже, життєстійкість являє собою систему переконань про себе, про світ, про стосунки зі світом. Це диспозиція, що містить три порівняно автономні компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Вираженість цих компонентів перешкоджає виникненню внутрішнього напруження в стресових ситуаціях, оскільки людина є відкритою новому досвіду, у тому, що те, що відбувається, дає максимальний шанс знайти щось більш цінне, цікаве, корисне для особистості. Отже, життєстійкість не реалізується особистістю без отриманого раніше досвіду, різні факти на життєвому шляху в людини інтегруються в життєвий досвід, але лише за умови, якщо вони стають особистісно значущою подією.

Людина з розвиненим компонентом залученості отримує задоволення від власної діяльності. На противагу цьому, відсутність подібної переконаності породжує почуття знедоленості, відчуття себе «на узбіччі» життя чи поза ним.

Контроль являє собою переконаність у тому, що боротьба дає змогу вплинути на результат того, що відбувається, нехай навіть цей вплив не є абсолютним та успіх не гарантований. Протилежність цьому – відчуття власної безпорадності, безвихідності, апатії, фрустрації. Людина із сильно розвиненим компонентом контролю відчуває, що сама вибирає власну діяльність, свій шлях.

Прийняття ризику – переконаність людини в тому, що все те, що з нею відбувається, сприяє її розвитку завдяки знанням, які вона черпає з досвіду, байдуже, позитивного чи негативного. Людина, яка розглядає життя як спосіб набуття досвіду, готова діяти за відсутності надійних гарантій успіху, на власний страх і ризик, уважаючи прагнення до простого комфорту й безпеки таким, що збіднює життя особистості. В основі прийняття ризику лежить ідея розвитку через активне засвоєння знань із досвіду й подальше їх використання.

Таким чином, життєстійкість є інтегральною особистісною характеристикою, яка форму-

ється й розвивається протягом усього періоду життя. Вона опосередковує вплив стресогенних чинників (у тому числі хронічних) на соматичне й душевне здоров'я, а також на успішність діяльності. Ставлення людини до змін, власних внутрішніх ресурсів, оцінювання нею можливості керувати змінами, що відбуваються, дають змогу визначити готовність особистості справлятися як із повсякденними труднощами, так і з тими, що мають екстремальний характер. Тому цілком логічно припустити, що життєстійкість пов'язана з толерантністю до невизначеності.

Кризи й інші перехідні періоди в житті людини розглядаються як необхідний елемент особистісної еволюції. Під перехідним періодом особистості як відкритої динамічної системи ми слідом за П.В. Лушиним схильні розуміти ситуацію зміни, коли відбувається зародження нової ідентичності як системи нових життєвих смислів. Цей процес уявляється як нелінійний, мало передбачуваний, незворотний, а тому набуває характеру руху особистості в умовах високого ступеня невизначеності. У свою чергу, невизначеність – це суперечність між відображенням та оригіналом або наявною ідентичністю, що формується. Подолати власні смисли не можна, їх можна інтегрувати в нові: важливо поважати свої, а відтак і чужі підвалини, якими б вони не були [5; 6].

Ситуація переходу від однієї ідентичності до іншої – це той момент, коли функція управління розподіляється між усіма елементами системи, де кожен має власну модель поведінки. Процес взаємодії й дає можливість з'являтися чомусь новому. Саме здатність особистості толерувати невизначеність дає можливість відбуватися цьому процесу. У перехідних ситуаціях немає, на кого рівнятися, кого «слухати», у сенсі підкорятися, а отже, важливо вміти говорити, відстоювати свою точку зору й вміти слухати іншого, так обмінюватися досвідом. Отже, наявність конфлікту, хаосу, невизначеності в кожній конкретній ситуації є ознакою переходу на новий виток розвитку, формування нової особистісної ідентичності. Усе це тільки зовні може бути оцінено як патологічні процеси. Насправді їхній сенс – у наданні можливостей подальшого розвитку як окремої особистості, так і соціальних утворень як відкритих самоорганізованих екосистем [5].

Висновки. Життя є динамічним і непередбачуваним. Намагання людини уникнути

невизначеності може привести до ригідності, застрягання в рутині, зниження активності, переживання страху змін, обмеження особистісного потенціалу.

Толерантність до невизначеності є основою для розвитку життєстійкості, що дає змогу більш ефективно адаптуватися до змін і долати труднощі життя.

Розвинена толерантність до невизначеності може бути як передумовою для здійснення вибору майбутнього, так і його закономірним наслідком, являючи собою спосіб подолання екзистенціальної тривоги щодо його невизначеності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексєєнко Н.В. Толерантність до невизначеності як специфічна умова інноваційної діяльності. *Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання*. Харків, 2017. С. 12–14.
2. Кириченко В.В. Наукова концептуалізація моделі становлення картини світу особистості у сучасному інформаційному суспільстві. *Актуальні проблеми психології*: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ: Фенікс, 2018. Том XII. Вип. 24. С. 75–94.
3. Кузікова С.Б. Толерантність до невизначеності: теоретико-емпіричні розвідки. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Том 1. № 3. С. 67–72
4. Литвин С.В. Толерантність до невизначеності як психологічний конструкт. *Психологічний часопис*. 2019. № 1 (21). С. 90–107.
5. Лушин П.В. Психологія особистісного змінювання: автореф. дис. ... докт. психол. наук: 19.00.01 / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2003. 30 с.
6. Остополець І.Ю. Роль екофасилітації у формуванні толерантності до невизначеності в ситуаціях системних змін. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Григорія Сковороди»*. Київ: Гнозис, 2015. Вип. 36. Додаток 1. Том V: Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». С. 319–328.
7. Саннікова О.П., Санніков О.І. Толерантність до невизначеності як предиктор прийняття рішень особистістю. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2020. Вип. 12 (41). С. 98–123.
8. Томаржевська І.В. Феномен «толерантність до невизначеності» і його психологічний аналіз. *Психологічний журнал*. 2018. № 1.
9. Frenkel-Brunswik E. Tolerance of Ambiguity as a Personality Variable. *American Psychologist*. 1948. Vol. 3. P. 268.

ВНЕСОК УКРАЇНСЬКИХ ПСИХОЛОГІВ ПЕРШОЇ ЧВЕРТІ ХХІ СТОЛІТТЯ В РОЗРОБЛЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ

CONTRIBUTION OF UKRAINIAN PSYCHOLOGISTS OF THE FIRST QUARTER OF THE 21ST CENTURY TO THE DEVELOPMENT OF THE ISSUE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS

Стаття присвячена дослідженню внеску українських психологів першої чверті ХХІ століття в розроблення проблеми психологічного благополуччя студентів. Зазначається, що перед сучасним студентством постало чимало викликів. Протягом декількох років вища освіта існувала в умовах пандемії, яку спричинило поширення захворюваності на COVID-19. Тому в цей період на часі були питання створення безпечного середовища й запровадження дистанційного формату навчання. Крім цього, вища освіта в Україні зазнала серйозних утрат унаслідок війни. Останні події змушували студентство адаптуватися до нових умов, часто переживаючи пригнічений емоційний стан, погіршення пізнавальної діяльності, неможливість перспективного планування, відчуття безсилля щось змінити, що знизило психологічне благополуччя майбутніх фахівців.

З початку ХХІ століття в теоретико-емпіричних дослідженнях вітчизняних психологів проблема психологічного благополуччя особистості, зокрема студента, досліджується ґрунтовно. Серед напрямів дослідження психологічного благополуччя студентів українські психологи неабиякий інтерес виявляють щодо уточнення розуміння поняття «психологічне благополуччя студентів»; його структури й рівнів; зв'язку із ціннісно-смісловими орієнтаціями (життєвими цілями, процесом життя, результативністю життя) і життєстійкістю; взаємозв'язку з параметрами особистісної й соціальної ідентичності; особливостей у студентів із різним типом спрямованості; специфіки в студентів різних профілів підготовки; його рівня під час війни; переживання в умовах ковідної пандемії та в ситуації воєнного стану тощо.

Акцентовано, що під час побудови програм психологічного супроводу благополуччя студентів варто враховувати специфіку та способи збереження психологічного благополуччя, які використовують представники прагматичного, екзистенційного, комунікативного, соціального, волонтерського ландшафтів і ландшафту саморозвитку (за Т. Титаренко); складників психологічного благополуччя як орієнтирів особистісного зростання студентів під час переходу від війни до миру (за М. Дворник).

Ключові слова: психологічне благополуччя, особистість, позитивне функціонування особистості, студент, психологічний супро-

від благополуччя студентів, особистісне зростання.

The article is dedicated to exploring the contribution of Ukrainian psychologists of the first quarter of the 21st century to the development of the issue of psychological well-being among students. It is noted that contemporary students face numerous challenges. For several years, higher education has existed in the conditions of a pandemic caused by the spread of COVID-19. Therefore, during this period, questions of creating a safe environment and implementing distance learning formats were crucial. Additionally, higher education in Ukraine has suffered significant losses due to the war. Recent events forced students to adapt to new conditions, often experiencing a depressed emotional state, worsened cognitive activity, inability to plan prospects, and a sense of helplessness to change anything, all of which lowered the psychological well-being of future professionals.

Since the beginning of the 21st century, Ukrainian psychologists have thoroughly researched the problem of psychological well-being, particularly among students, in theoretical and empirical studies. Among the research directions on the psychological well-being of students, Ukrainian psychologists have shown considerable interest in refining the understanding of the concept of "psychological well-being of students"; its structure and levels; its connection with value orientations (life goals, the process of life, life effectiveness) and resilience; the relationship with parameters of personal and social identity; peculiarities among students with different orientations; specifics among students of different training profiles; the level during wartime; experiences in conditions of the COVID-19 pandemic and in a state of war, and so on.

It is emphasized that when building programs for psychological support of student well-being, it is important to consider the specificity and ways of preserving psychological well-being used by representatives of pragmatic, existential, communicative, societal, volunteer landscapes, and the landscape of self-development (according to T. Tytarenko); components of psychological well-being as guidelines for personal growth of students during the transition from war to peace (according to M. Dvornik).

Key words: psychological well-being, personality, positive personality functioning, student, psychological support of students' well-being, personal growth.

УДК 159.9.019:378.17

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.9>

Харченко А.С.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Юдіна Н.О.

к.психол.н.,
доцентка кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Гончарова Н.О.

к.психол.н.,
доцентка кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Постановка проблеми. У першій чверті ХХІ століття вища освіта є важливим чинником конкурентоспроможності й незалежності нашої країни, одним із вагомих ресурсів, який впливає на розвиток суспільства.

У системі вищої освіти актуальним виявляється питання реформування, імплементації норм прийнятого у 2014 році у новій редакції Закону України «Про вищу освіту», упровадження внутрішнього й зовнішнього забезпе-

чення якості вищої освіти, сприяння розвитку «індивідуальних освітніх траєкторій» студентів, узгодження зі стандартами, що діють у Європейському освітньому просторі. Крім цього, перед сучасним студентством постало чимало викликів. Протягом декількох років вища освіта існувала в умовах пандемії, яку спричинило поширення захворюваності на COVID-19. Тому в цей період на часі були питання створення безпечного середовища й запровадження дистанційного формату навчання. Крім цього, вища освіта в Україні зазнала серйозних утрат унаслідок війни. Останні події змушували студентство адаптуватися до нових умов, часто переживаючи пригнічений емоційний стан, погіршення пізнавальної діяльності, неможливість перспективного планування, відчуття безсилля щось змінити, що знизило психологічне благополуччя майбутніх фахівців.

Аналіз останніх публікацій. З початку XXI століття проблема психологічного благополуччя особистості ґрунтовно досліджується як зарубіжними, так і вітчизняними психологами в контексті загального благополуччя особистості.

Зарубіжні дослідники розуміють психологічне благополуччя як багатовимірний конструкт (М. Аргайл; Н. Бредберн; Е. Десі; Ф. Дінер; К. Ріфф; Р. Райан; К. Ріфф; К. Роджерс, М. Селігман та інші). Психологічне благополуччя розглядається як інтегративне утворення, один із рівнів загального благополуччя особистості.

Теоретичний аналіз проблеми показав, що у вітчизняній психології психологічне благополуччя – це інтегративне утворення; представлені його моделі, параметри, критерії, показники, функції, умови формування. Також науковці виділяють різні підходи до його дослідження: аксіологічний; функціональний; психофізіологічний; системний; середовищний тощо.

Результати теоретичних та емпіричних досліджень психологічних основ самодетермінації психологічного благополуччя особистості висвітлено Л. Сердюк, І. Данилюком, В. Турбан, О. Пеньковою, Н. Володарською [9].

Питанням еколого-психологічних детермінант суб'єктивного благополуччя особистості присвячені дослідження Ю. Швалба, О. Верніка, О. Вовчик-Блакитної, Т. Кирпенко, О. Павленко, О. Рудоміно-Дусятської [6].

Н. Волинець [1] виявила гендерні, вікові й типологічні особливості особистісного благополуччя персоналу Державної прикордонної служби України; особливості переживання особистісного благополуччя прикордонниками з різним службовим статусом і вислугою років.

Вивчення психологічного благополуччя під час пандемії корона-вірусу COVID-19 прове-

дене І. Тітовим, Т. Тітовою, К. Седих, С. Джакомуцці, М. Ертл, М. Рабе [11].

На думку Т. Титаренко, можливості збереження психологічного благополуччя в ситуації пандемії пов'язані із життєвою ситуацією, яку людина певним чином сприймає, оцінює й переживає [12]. Також, на її думку, існує зв'язок зі змінами в житті, які проявляються в особливостях зв'язку переосмисленого минулого, оновленого теперішнього й більш-менш прогнозованого майбутнього та із ціннісно-смісловими характеристиками, що проявляються у відповідних ландшафтах життєтворення.

У дослідженні М. Дворник [4] уточнено поняття психологічного благополуччя в умовах переходу від війни до миру й виокремлено його відповідні складники. Нею зроблено акцент на транзитивності соціальних процесів сучасного українського соціуму, перехід від війни до миру представлено як тло для особистих криз, нестабільності й підвищеної тривожності. Складниками психологічного благополуччя в умовах переходу від війни до миру визначено такі: позитивні стосунки особистості як рефлексія персонального миру через мир у громаді; внесок у благополуччя інших як культивування власної відповідальності за спільне благо через ідентифікацію зі значущою групою; відчуття компетентності та спроможності здійснювати осмислену активність; наявність персональних цілей; самоповага й оптимізм.

Метою дослідження є теоретичний аналіз внеску українських психологів першої чверті XXI століття в розвиток проблеми психологічного благополуччя студентів.

Для досягнення мети потрібно виконати такі **завдання**: 1) визначити напрями дослідження психологічного благополуччя студентів у першій чверті XXI століття; 2) проаналізувати підходи до вивчення українськими психологами психологічного благополуччя студентів; 3) з'ясувати перспективні вектори дослідження особливостей психологічного благополуччя студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Напрямами досліджень психологічного благополуччя студентів у вітчизняній психології є такі: уточнення розуміння поняття «психологічне благополуччя студентів»; його структура й рівні; зв'язок із ціннісно-смісловими орієнтаціями (життєвими цілями, процесом життя, результативністю життя) і життєстійкістю; взаємозв'язок із параметрами особистісної й соціальної ідентичності; особливості в студентів із різним типом спрямованості; специфіка в студентів різних профілів підготовки; його рівень під час війни; переживання в умовах ковідної пандемії та в ситуації воєнного стану тощо.

Л. Джаббарова [5] визначає психологічне благополуччя студентської молоді як інтегральну сукупність психологічних властивостей студентів, обумовлену комплексом зовнішніх і внутрішніх чинників, які сприяють позитивному функціонуванню особистості в процесі навчально-професійної діяльності. У структурі психологічного благополуччя науковиця виділила такі компоненти: гносеологічний, мотиваційний, афективний, ціннісний і конативний. Вона констатувала, що більшість студентів мають середній і високий рівні психологічного благополуччя, а також взаємозв'язки між різними параметрами особистісної й соціальної ідентичності та психологічним благополуччям студентів. Так, найбільш значущі зв'язки встановлено з консолідованістю особистісної ідентичності, зі структурною функцією ідентичності й із професійною та громадянською ідентичністю. Також доведено, що особистісна й соціальна ідентичність слугують предикторами психологічного благополуччя. На психологічне благополуччя студентів впливають такі параметри особистісної й соціальної ідентичності: консолідованість Я-образу в часі й просторі, діяльне-Я, позитивність професійної та громадянської ідентичності, складність соціальної ідентичності.

Н. Гранкіна-Сазонова [3] дослідила психологічне благополуччя й життєстійкість студентів факультетів психології, лабораторної діагностики, історичного та фізико-енергетичного. За його результатами виявлено, що студенти-психологи мають значущо вищі показники психологічного благополуччя та деяких його складників, ніж студенти інших спеціальностей. Середні показники психологічного благополуччя й життєстійкості студентів відповідають середнім нормативним рівням. Вона спростувала ідею, що професію психолога обирають особи з низьким рівнем психологічного благополуччя, і висунула припущення, що чинником вибору цієї професії є мотивація особистісного зростання й високий рівень самоприйняття.

Л. Сердюк [10] встановлено, що психологічне благополуччя студентів пов'язане із ціннісно-смысловими орієнтаціями (життєвими цілями, процесом життя, результативністю життя) і життєстійкістю. Отже, психологічне благополуччя особистості можна вважати психологічною основою її безпеки, що виконує саморегулятивну функцію збереження цілісності й стабільності особистості як психологічної системи.

У дослідженні, проведеному спільно з Н. Гончаровою, виявлено, що в студентів педагогічних спеціальностей спрямованість визначає психологічний зміст їхнього благополуччя [13]. Майбутнім учителям і вихователям, що мають гуманістичний тип

спрямованості, властиві високий рівень позитивних взаємин із навколишніми, управління середовищем, задоволеності життям і його умовами; студентам із прагматичним типом – високий рівень цілей у житті, автономії та задоволеності основних життєвих потреб; майбутнім учителям і вихователям з екзистенційним типом – високий рівень особистісного зростання й самоприйняття; студентам з егоцентричним типом – високий рівень психосоціального стресу й нижчі значення порівняно з іншими групами досліджуваних показників психологічного благополуччя.

На нашу думку, психологічне благополуччя студентів зумовлено обраним ними фахом, що передбачає різні форми навчально-професійної активності й відмінний ступінь особистісного саморозвитку. Студенти-психологи приділяють увагу власному особистісному розвитку, надають вагомої ролі системі комунікацій у професійному становленні, характеризуються вираженими показниками психологічного благополуччя, соціального й емоційного здоров'я, що реалізується за рахунок активного включення у взаємини, надання й отримання підтримки, дотримання автономії, зростання й досягнення особистості. Проте студенти технічних спеціальностей не надають особистісному розвитку вагомого значення під час професіоналізації. Їм властиві нижчі показники психологічного благополуччя. Ці студенти більше цілеспрямовані в житті, схильні реалізуватися у виробничій діяльності, не мають вираженої залежності якості життя від успішності в системі комунікацій [14].

У ході дослідження рівня психологічного благополуччя майбутніх психологів під час війни М. Горенко та К. Радзівіл [2] встановлено, що всі досліджувані іноді зазнають пригніченого емоційного стану. П'ята частина респондентів не може ефективно контролювати свій емоційний стан як свідчення потреби в розвитку стратегій саморегуляції та психологічної підтримки. У більшості студентів спостерігалось погіршення пізнавальних психічних процесів. 70,0% майбутніх психологів указали на проблеми зі сном, що відбивається на загальному психічному здоров'ї та здатності ефективно функціонувати в умовах стресу й нестабільності. У структурі психологічного благополуччя студентів показники за шкалами «Автономія» й «Управління середовищем» виявилися низькими.

Н. Коструба [7] здійснила емпіричний аналіз особливостей психологічного благополуччя студентів у період війни. У більшості респондентів зафіксовано середній рівень благополуччя (він виявляється в цілісному, реалістичному погляді на життя, відкритості до нового досвіду, безпосередності й природності переживань). Також виявлено, що студенти жіночої

статі мають більш довірливі стосунки з навколишніми, дбають про їхнє благополуччя, постійно працюють над особистісним розвитком і нарощенням свого потенціалу, мають чіткі цілі та наміри в житті, позитивно ставляться до себе, приймають себе. Проте студенти чоловічої статі важче будують стосунки, не мають інтересів у житті, не займаються самореалізацією, не бачать сенсу, не формулюють життєвих цілей, незадоволені собою, хочуть здаватися тими, ким не є.

Н. Савелюк [8] провела порівняльне емпіричне дослідження переживання українською студентською молоддю психологічного благополуччя в умовах ковідної пандемії й у ситуації воєнного стану. Вона зафіксувала в переживанні психологічного благополуччя студентами як позитивні, так і негативні статистично значущі зміни. Так, позитивні трансформації здебільшого стосуються «Автономії», а негативні – «Управління середовищем». У дослідженні встановлено, що в ситуації війни студенти показали істотно вищу когнітивну складність під час осмислення власного психологічного стану порівняно з періодом ковідної пандемії. Домінантною категоріально-смісловію структури переживання психологічного благополуччя студентами в умовах пандемії виявився біполярний фактор «Мої життєві плани та їх реалізація як особиста гордість/Відсутність умінь планувати життя як джерело моїх особистих розчарувань»; студентами в умовах воєнного стану – біполярний також, проте менш вагомий фактор «Осміслене та приємне самовдосконалення в соціумі/Заздрісна й безглузда самотність». Причому найбільш вираженим в обох умовах виявився ресурс «Особистісне зростання».

Перспективними векторами подальших досліджень психологічного благополуччя студентів в Україні може бути розроблення програм його психологічного супроводу. Вельми актуальним у цьому стосунку є висновки Т. Титаренко [12], що в умовах пандемії прагматичний, екзистенційний, комунікативний, соцієтальний, волонтерський ландшафти й ландшафт саморозвитку мають свою специфіку і способи збереження психологічного благополуччя та що найбільш позитивно впливає на актуальний стан психологічного благополуччя ландшафт саморозвитку. Тому під час побудови програм психологічного супроводу благополуччя студентів варто враховувати ці особливості. Також доцільною видається й структура психологічного благополуччя під час переходу від війни до миру, запропонована М. Дворник [4]. Складники цієї структури психологічного благополуччя можуть бути використані як орієнтири особистісного зростання студентів.

Висновки. Таким чином, на початку XXI століття проблема психологічного благополуччя студентів набула інтенсивного розвитку на вітчизняних теренах. Психологічне благополуччя студентів розуміється як інтегральна сукупність психологічних властивостей, що зумовлена зовнішніми й внутрішніми чинниками. Також психологічне благополуччя студентів пов'язується з позитивним функціонуванням особистості в процесі навчально-професійної діяльності.

Психологічне благополуччя студентів досліджували в напрямках його визначення, структури та рівнів; зв'язку з різними сторонами особистості; за різних умов навчання; за різної ситуації в країні. Також неабиякого значення набуває розроблення програм психологічного супроводу благополуччя студентів. Перспектива подальших досліджень полягає в аналізі доробку українських психологів з проблеми психологічного благополуччя студентів у XX столітті.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волинець Н.В. Психологічні особливості особистісного благополуччя в професійній сфері життєдіяльності : монографія. Хмельницький : Видавництво НАДПСУ, 2019. 620 с.
2. Горенко М.В., Радзівіл К.П. Психологічне благополуччя майбутніх психологів в умовах війни. *Габітус*. 2023. Вип. 56. С. 65–69.
3. Гранкіна-Сазонова Н.В. Психологічне благополуччя та життєстійкість студентів-психологів як важливі чинники освоєння професії. *Psychological journal*. 2018. № 7. С. 23–42.
4. Дворник М.С. Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. Вип. 45 (48). С. 79–87.
5. Джаббарова Л.В. Особливості взаємозв'язку психологічного благополуччя з особистісною та соціальною ідентичністю : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Харків, 2019. 251 с.
6. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості: монографія / Ю.М. Швалб та ін. ; за ред. Ю.М. Швалба. Київ-Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 234 с.
7. Коструба Н. Психологічне благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Психологічні перспективи*. 2022. Вип. 40. С. 51–61.
8. Савелюк Н. Психологічне благополуччя студентської молоді: порівняльний аналіз у ковідному і воєнному контекстах. *Психологічні перспективи*. 2022. Вип. 39. С. 322–340.
9. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л.З. Сердюк та ін. ; за ред. Л.З. Сердюк. Київ-Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.
10. Сердюк Л.З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2017. Вип. 17. Том V : Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. С. 124–133.

11. Психологічне благополуччя особистості в період пандемії COVID-19 / І.Г. Тітов та інші. *Психологія і особистість*. 2020. Вип. 2 (18). С. 55–76.

12. Титаренко Т.М. Можливості збереження психологічного благополуччя в ситуації пандемії : наукова доповідь на методологічному семінарі НАПН України «Актуальні проблеми психологічної протидії негативним інформаційним впливам на особистість в умовах сучасних викликів» 8 квітня 2021 р. *Вісник Національ-*

ної академії педагогічних наук України. 2021. Том 3. № 1. С. 1–7.

13. Харченко А.С., Гончарова Н.О. Особливості психологічного благополуччя студентів із різним типом спрямованості. *Психологія і особистість*. 2017. № 2 (12). С. 185–193.

14. Харченко А.С. Особливості психологічного благополуччя студентів різних профілів підготовки. *Молодий вчений*. 2021. № 4 (92). С. 175–178.

СЕКЦІЯ 4 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ВПЛИВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ПАТОХАРАКТЕРОЛОГІЧНИХ РИС У ДИТЯЧОМУ ТА ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ INFLUENCE OF FAMILY EDUCATION ON THE FORMATION OF PATHOCHARACTERISTIC TRAITS IN CHILDHOOD AND ADOLESCENT AGE

Стаття присвячена теоретичному аналізу проблеми впливу сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці. Показано визначальну роль батьків і значущих дорослих на формування характеру дитини. Розкрито показники формування гармонійного характеру, як-от: моральна доброчесність, єдність характеру, врівноваженість, сила волі. Розвиток гармонійного характеру є результатом ефективного виховання й особистого самовдосконалення. Показано, що патохарактерологічний розвиток є результатом психогенного формування характеру й особистості внаслідок психологічних травм або неправильного виховання, під впливом негативних соціально-психологічних чинників. Розвиток невротичного характеру залежить від системи виховання: за належного стилю виховання моральні здібності дитини та вплив родинних чинників гармонійно злагоджуються; у разі неправильної системи виховання, моральні відхилення вихователя можуть стати стимулом для утримання невротичної дійсності. Розглянуто такі варіанти патохарактерологічного розвитку особистості, як психопатії (аномалії характеру, що проявляються у формуванні патологічних рис характеру та порушеннях в емоційній і вольовій сферах), акцентуації (межові варіанти норми як результат підсилення окремих рис характеру), агресивність (стійкий набір особистісних якостей, який сприяє збігу потреби та цілі насильницької поведінки). Виділено чинники формування патохарактерологічних рис у молодшому шкільному та підлітковому віці (чинники виховання, перешкоди в діяльності, когнітивна криза, дисгармонія у формуванні Я-образу, несформованість мотиваційної сфери). Проаналізовано параметри виховних впливів, що сприяють формуванню патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці. Встановлено, що на процес формування патохарактерологічних рис дитини впливають такі аспекти, як відсутність тепла та ласки з боку батьків, поблажливе ставлення до патохарактерологічних проявів поведінки, а також індиферентність і незацікавленість батьків у вихованні дитини.

Ключові слова: патохарактерологічні риси, акцентуації, психопатія, агресивність, гармонійний характер, сімейне виховання.

The article is devoted to the theoretical analysis of the problem of the influence of family education on the formation of patho-characteristic traits in childhood and adolescence. The determining role of parents and significant adults in the formation of a child's character has been shown. The indicators of the formation of a harmonious character have been revealed: moral integrity, unity of character, balance, willpower. The development of a harmonious character arises as a result of the effective upbringing and personal self-improvement. It has been shown that patho-characteristic development is the result of psychogenic formation of character and personality, which occurs as a result of psychological traumas or improper upbringing under the influence of negative socio-psychological factors. The development of a neurotic character depends on the upbringing system: with the proper upbringing style, the child's moral abilities and the influence of family factors adjust harmoniously; in the case of an incorrect education system, moral deviations of the educator can become an incentive to maintain neurotic reality. Such variants of patho-characterological development of the personality as psychopathy (character anomalies manifested in the formation of pathological character traits and disorders in the emotional and volitional spheres), accentuation (borderline variants of the norm as a result of the strengthening of certain character traits), aggressiveness (a stable set of personal qualities that contributes to the coincidence of the need and the goal of violent behavior). The factors of the formation of patho-characteristic traits in elementary school and adolescence have been highlighted (educational factors, obstacles in activities, cognitive crisis, disharmony in the formation of self-image, lack of formation of the motivational sphere). The parameters of educational influences contributing to the formation of patho-characteristic traits in childhood and adolescence have been analyzed. It has been established that the process of the formation of patho-characteristic features of a child is influenced by such aspects as the lack of warmth and affection from parents, a condescending attitude to patho-characteristic manifestations of behavior, as well as the indifference and lack of interest of parents in raising a child.

Key words: patho-characteristic traits, accentuations, psychopathy, aggressiveness, harmonious character, family education.

УДК 159.923
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.10>

Бондаренко Н.П.
к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Дніпровська академія
неперервної освіти

Жумар Д.М.
студентка групи ПС-22-1м
Дніпровська академія
неперервної освіти

Актуальність дослідження зумовлена глобальними трансформаціями в нашому суспільстві, що впливають на всі аспекти життєдіяльності людини. Економічні, політичні та соціальні

зміни сприяють демократизації та збільшенню свободи особистості в суспільстві, але водночас призводять до зростання конфліктів, агресії, насильства та напруженості між людьми.

Ця динаміка стосується й сімейного оточення, де батьки, які використовують неефективні методи виховання, транслиють свої негативні емоції на дітей. Така поведінка може спричинити формування патологічних рис характеру, які згодом можуть перетворитися на життєвий стиль особистості. У загальному розумінні, від взаємин у сім'ї залежить нервово-психічне та моральне здоров'я дитини як особистості, що перебуває на стадії становлення.

Беручи до уваги вищесказане, проблема взаємозв'язку стилів сімейного виховання з формуванням патологічних рис характеру в дітей стає надзвичайно актуальною. Уміння ефективно врегульовувати конфлікти, навички встановлення контактів з однолітками та здатність долати навчальні труднощі у школі є ключовими чинниками розвитку особистості дитини. Упущення під час формування характеру в ранньому дитячому віці може призвести до появи асоціальних і патологічних тенденцій у підлітковому віці.

У психології проблема патохарактерологічного розвитку особистості досліджувалась у працях зарубіжних (Г. Крайг, Е. Кречмер, Л. Леонгард, К. Хорні, Е. Фром) і українських (О. Бовть, Г. Кожина, М. Кононова, Н. Павлик, Н. Пахомова, В. Шебанова й інші) учених. Науковцями вивчалися прояви патохарактерологічних рис на різних етапах онтогенезу, зокрема в осіб підліткового та юнацького віку. Водночас аналіз наукової літератури із зазначеної проблематики виявив дефіцит досліджень щодо формування патохарактерологічних рис у дітей у контексті сімейного виховання.

Мета статті – представити результати теоретичного аналізу проблеми впливу сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів. У процесі індивідуального розвитку кожна особа формує типові для неї стереотипи реагування та поведінкові реакції, що сприяють її адаптації до соціального оточення та встановленню соціальних зв'язків. Характер (від грец. *Charakter* – ознака, прикмета, печатка) являє собою індивідуальну комбінацію різних особистісних властивостей, які відображають ставлення людини до реальності та проявляються в її діях, поведінці та ситуаціях вибору. Характер є своєрідним синтезом різних психічних характеристик особистості, що формується внаслідок взаємодії людини з навколишнім світом протягом її життя.

У своїй роботі Н. Павлик [4] стверджує, що звичка виявляти своє ставлення має визначальний вплив на формування так званого набору характерологічних рис. Авторка визначає три основні блоки характеру:

– ставлення до себе (зокрема, скромність, самокритичність, гідність, самоповагу, а також їх протилежності, як-от егоцентризм тощо);

– ставлення до інших людей (зокрема, альтруїзм, чуйність, довіру, повагу або протилежні риси, як-от замкнутість, агресивність тощо);

– ставлення до праці або навчання (зокрема, сумлінність, відповідальність чи протилежні риси, як-от безвідповідальність, пасивність тощо).

Згідно з позицією вітчизняного дослідника Р. Павелківа [3], характер формується протягом усього життя особи, однак початкові зародки та перші вияви характеру варто шукати в ранньому дитинстві. Основну роль у формуванні та розвитку характеру дитини відіграє спілкування з іншими людьми. Перші звички та моделі поведінки формуються завдяки механізму наслідування: дитина спостерігає за своїми близькими та набуває навички через емоційне підкріплення. Сензитивними періодами для становлення характеру Р. Павелків вважає вік від 2 до 10 років. Ключовим для формування характеру дитини є спосіб взаємодії дорослих одне з одним і з дитиною. Особливе значення має спілкування батьків, зокрема матері, з дитиною. Те, як батьки поводяться зі своєю дитиною, із часом стає моделлю для її власної поведінки в майбутньому, коли вона сама буде виховувати своїх дітей і буде мати власну родину. Перші риси, що формуються в характері дитини, – доброта, товариськість, чутливість, а також протилежні їм якості – егоїзм, безжалісність, байдужість до інших людей [3].

Загалом, поведінка дитини базується на прикладі батьків (або інших близьких осіб), які становлять основу вікових новоутворень, усіх дій, учинків та поведінки дитини. Тому важливо, щоб близькі люди акцентували увагу на розвитку тих характерологічних якостей, які відповідають новим стадіям розвитку психіки дитини у визначений момент часу.

Показниками гармонійного характеру виступають якісні характеристики, що відображають рівень злагодженості системи особистісних рис: моральна доброчесність, єдність характеру (внутрішня узгодженість особистості, взаємодія з оточенням і відповідність зовнішньому середовищу), урівноваженість та сила волі. Ці характеристики перебувають у складних, іноді суперечливих взаємозв'язках [5].

Розвиток гармонійного характеру є результатом ефективного виховання й особистого самовдосконалення. Водночас, як відзначає Н. Павлик, «становлення особистості не завжди має розвивальний характер і може набувати патохарактерологічної форми. У разі порушення процесу конструктивного становлення характеру у зв'язку з окремими чинниками відбувається формування особистісних

дисгармоній. Отже, до контексту аналізу проблеми вводиться поняття «патохарактерологічний розвиток», що призводить до формування дисгармонійної особистості» [4, с. 47].

Патохарактерологічний розвиток є результатом психогенного формування характеру й особистості внаслідок психологічних травм або неправильного виховання, під впливом негативних соціально-психологічних чинників. У процесі закріплення вад характеру згодом формується їх комбінація, відома як патохарактерологічний синдром. Наприклад, атмосфера надмірного потурання примхам і виконання всіх бажань дитини сприяє формуванню невротичних рис істеричної особистості (як-от егоцентризм, вибуховість). У свою чергу, гіперопіка сприяє розвитку підвищеної сором'язливості та вразливості [6].

Результатом одного з варіантів патохарактерологічного розвитку може стати психопатія – аномалія характеру, яка проявляється в неспівмірному розвитку особистості, формуванні патологічних рис характеру та порушеннях в емоційній і вольовій сферах, що може призводити до соціальних і адаптаційних труднощів.

Психологічні викривлення, які спостерігаються за психопатій, можуть бути або вродженими, або набутими та закріпленими протягом виховання або життя. Німецький психіатр і патопсихолог К. Schneider [14] пов'язував поняття «психопатія» з поняттям «страждання», оскільки сама особа та її оточення страждають від дисгармонії в її характері. Показником патохарактерологічного розвитку особистості є дефект моральної сфери. Ознаками психопатії є їхня повнота, відносна стабільність патологічних рис характеру, а також виразність цих рис настільки, що це порушує соціальну адаптацію.

У відомих класифікаціях психічних захворювань визначаються чинники, що сприяють розвитку дисгармоній характеру: порушення морально-вольової сфери (нечутливість до моральних аспектів, низький рівень саморегуляції, відсутність відповідальності та стійкості інтересів, слабка розвиненість моральних почуттів – співчуття, турботи тощо) і емоційної сфери. Такі особливості впливають на соціалізацію особистості та встановлення соціальних відносин [1; 5].

На думку Н. Павлик, «основою характерологічних дисгармоній є деякий тип розладу особистості, що буває як уродженим, так і набутим. За психічного захворювання особистість проходить низку етапів – від дисгармонії, декоординації її структурних частин (акцентуація, невроз) до їх розпаду, дезінтеграції, деградації (психоз). Тобто невротичний характер має перекручування у своїй структурі, які перешкоджають повноцінній соціалізації особистості» [4, с. 49].

Розмаїття характерологічних рис виявляється не лише в їхній якісній різноманітності, але й у кількісному аспекті. Негативні впливи зовнішніх чинників і умов, у яких зростає дитина, можуть спричинити відхилення в розвитку її особистості, зокрема появу акцентуації характеру, які, будучи межами норми, за деяких умов можуть перетворитися на патологічні. Наявність акцентуації характеру передбачає підвищену чутливість особи до чинників стресу, водночас ця чутливість може бути стійкою порівняно з іншими аспектами життя. Акцентуація характеру найбільш виразно проявляється під час підліткового періоду, коли відбувається активна гормональна перебудова організму, та поступово зменшується у процесі дорослішання. Однак деякі акцентуації можуть проявлятися ще на ранніх етапах життя. Варіантом патохарактерологічного розвитку особистості також є агресивність [9].

Розвиток невротичного характеру залежить від системи виховання: за належного стилю виховання моральні здібності дитини та вплив родинних чинників гармонійно злагоджуються. У разі ж неправильної системи виховання моральні відхилення вихователя можуть стати стимулом для утримання невротичної дійсності.

Серед психологічних чинників формування патохарактерологічних рис у молодшому шкільному та підлітковому віці науковці [5; 7; 8] виділяють нижчезазначені.

Чинники виховання. Розвиток окремих особистісних акцентуацій і негативних тенденцій у поведінці дітей часто спричинений ситуаціями безконтрольності або домінуванням дорослих, надмірністю вимог і очікувань щодо дитини, страхом втрати, дефіцитом тепла та любові з боку батьків, застосуванням жорстких методів виховання та покарання, відсутністю інтересу до потреб дітей і загальною байдужістю до них.

Перешкоди в діяльності. Деякі ознаки особистісних акцентуацій дитини стають видимими, коли вони стикаються з перешкодами в реалізації особистих потреб. Використання авторитарного стилю спілкування у школі, застосування методів примусу під час навчання є неприпустимими, оскільки можуть призвести до конфліктних ситуацій і різних форм дезадаптивної поведінки, як-от ігнорування або незнання соціальних норм.

Когнітивна криза. Розширення сфери діяльності та взаємодії підлітка з оточенням часто перевищує його психологічну компетентність, що може призвести до зовнішніх і внутрішніх бар'єрів у діяльності та спілкуванні, спричиняти психологічні стреси. Важливим аспектом запобігання розвитку особистісних акцентуацій у підлітків є їхня психологічна освіта, зокрема і вивчення пси-

хології особистості, пізнавальних процесів і навичок спілкування.

Дисгармонія у формуванні Я-образу. Цей чинник охоплює надмірні або суперечливі уявлення про себе, а також некоректну самооцінку та надмірність вимог до себе.

Несформованість мотиваційної сфери: відсутність стійких інтересів і цілей, неспроможність адекватно задовольняти актуальні потреби тощо.

Розглянемо параметри виховних впливів, що сприяють формуванню патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці. Американськими дослідниками R. Sears, E. Massoby, H. Levin [15] вивчалися особливості сімейного виховання з погляду ставлення батьків до поведінки своєї дитини та методів, які вони використовують для покарання. Ці вчені встановили два чинники виховання в родині, які впливають на формування агресивності в дітей. Перший чинник – це поблажливість, що означає готовність батьків прощати вчинки. Другий чинник – це строгість покарання за агресивну поведінку дитини. Дослідження показало, що найбільш агресивні діти зростали в сім'ях, де батьки не висловлювали свого негативного ставлення до агресії наперед, але суворо карали за порушення. Тоді як батьки менш агресивних дітей передбачали неприпустимість агресії та не схильні до суворого покарання за минулі вчинки.

За результатами дослідження A. Bandura, R. Walters [10] було встановлено, що виховна практика батьків з агресивними дітьми має своєрідну особливість: непослідовність у встановленні вимог. Вони стимулюють агресію поза домом, але застосовують суворі покарання за виявлену агресію вдома. Інакше кажучи, батьки самі підтримують агресивну поведінку власних дітей. Матері агресивних хлопчиків менше настійливі в установленні правил, відносно легковажно ставляться до порушень синів. Це дослідження показує, що відчуття невинуватості потреби в залежності від батьків спричиняє появу в дітей ворожості та недовіри, які поширюються на інших дорослих і однолітків, що ускладнює процес соціалізації.

У своїх дослідженнях G. Patterson [13] вивчав такі аспекти сімейного виховання: рівень контролю (ступінь уваги, що приділяється дітям) і послідовність (постійність у застосуванні методів дисципліни). Дослідник встановив, що слабкий або відсутній контроль із боку батьків нерідко пов'язаний з асоціальними й акцентованими рисами характеру дітей.

D. Olweus [12] виявив кореляцію між поведінкою дитини та поведінкою батьків. Дослідником було встановлено, що існує відношення між негативним ставленням матері до дитини,

застосуванням суворих покарань і поблажливістю до її агресивних проявів. Згідно з даними науковця, найбільший вплив на агресивність дитини спостерігається тоді, коли мати виявляє негативне або байдуже ставлення до дитини і водночас проявляє поблажливість до її агресивних дій.

Розглянемо вплив сімейного виховання на такі прояви патохарактерологічних рис, як тривожність і страх. Основним джерелом тривоги для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку є їхня сім'я. У підлітковому віці її роль поступово зменшується, оскільки на передній план виходять однолітки та старші друзі. Проте саме в дошкільному та молодшому шкільному віці тип виховання в родині має вирішальне значення для впливу на психіку дитини. Рівень тривожності та самооцінки дитини може бути ключовим особистісним чинником, що сприяє формуванню патохарактерологічних рис характеру [16]. Існує велика ймовірність того, що дитина, яка виховується в середовищі, де домінує тип гіперопіки й авторитаризму, буде тривожною. Виховання за типом гіперопіки може супроводжуватися симбіотичними відносинами дитини з одним із батьків. Завдяки тісному емоційному зв'язку з дитиною мати або батько можуть передавати свої страхи дитині, що сприяє формуванню тривожності [2; 8].

Збільшення тривожності в дитини може бути наслідком високих вимог, що ставляться вихователями, які можуть перевищувати її реальні можливості. Це може призвести до створення ситуації постійної невдачі для дитини, коли вона не може відповісти на вимоги. Інший чинник, який сприяє збільшенню тривожності, – це часті докори, які викликають в дитини почуття провини. Суворе ставлення батьків також може сприяти появі страхів і тривоги. Постійні страхи можуть збільшувати рівень тривожності, це може призвести до розвитку невротичних рис, які виникають через відсутність любові. У результаті дитина може почати відчувати невпевненість у собі, бути нерішучою та залежною. Невпевнена та тривожна дитина завжди може бути недовірливою, очікувати нападу від інших, що може призвести до розвитку психологічних захисних реакцій у вигляді патохарактерологічної або асоціальної поведінки [6; 7].

Значущі дорослі та соціальна обстановка, у якій перебуває дитина дошкільного та молодшого шкільного віку, впливають на формування її характеру та поведінкових реакцій. Відповідно до конкретних підходів до виховання в родині, коли дитина зазнає негативних емоцій, це може призводити до формування завищеної, заниженої або суперечливої та нестабільної самооцінки. Будучи важливою складовою частиною цілісної самосвідомості особистості, самооцінка є необхідною умо-

вою гармонійних взаємин людини із собою та з іншими. Важливу роль у формуванні самооцінки відіграє спілкування дитини з дорослими. Спочатку дитина сприймає оцінку себе від батьків. Поступово діти починають оцінювати свої вчинки та вчинки однолітків, порівнювати себе з іншими, зокрема за їхнім зовнішнім виглядом, поведінкою, особистісними якостями та станами. На ранніх етапах онтогенезу діти часто мають завищену самооцінку; занижена самооцінка може бути наслідком постійних зауважень, осуду або критики з боку батьків або інших важливих дорослих. Зокрема, ставлення до себе як до слабкої або неумілої особи сприяє підвищенню рівня тривожності, відчуття невпевненості та недооцінки власної особистості. Це може призвести до того, що дитина стане замкнутою, неохоче спілкуватиметься або, навпаки, надто активною, нав'язливою й озлобленою. Відсутність здорових і доброзичливих стосунків сприяє зростанню ворожості, образливості та формуванню почуття неповноцінності та проявам патохарактерологічної поведінки [3; 9; 11].

Отже, серед чинників формування патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці важливе місце відводиться сім'ї, що є першою соціальною групою, з якою взаємодіє індивід. На процес формування патохарактерологічних рис дитини впливають такі аспекти, як відсутність тепла та ласки з боку батьків, поблажливе ставлення до патохарактерологічних проявів поведінки, а також індіферентність і незацікавленість батьків у вихованні дитини.

Висновки із проведеного дослідження та перспективи подальших наукових пошуків у цьому напрямі. У статті представлено результати теоретичного аналізу проблеми впливу сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці. Розкрито показники формування гармонійного характеру. Показано, що патохарактерологічний розвиток є результатом психогенного формування характеру й особистості, що виникає внаслідок психологічних травм або неправильного виховання під впливом негативних соціально-психологічних чинників. Розглянуто такі варіанти патохарактерологічного розвитку особистості, як психопатії, акцентуації, агресивність. Виділено чинники формування патохарактерологічних рис у молодшому шкільному та підлітковому віці (чинники виховання, перешкоди в діяльності, когнітивна криза, дисгармонія у формуванні Я-образу, несформованість мотиваційної сфери). Проаналізовано параметри виховних впливів, що сприяють формуванню патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці. Зроблено висновок про те, що на процес формування патохарактеро-

логічних рис дитини впливають такі аспекти, як відсутність тепла та ласки з боку батьків, поблажливе ставлення до патохарактерологічних проявів поведінки, а також індіферентність і незацікавленість батьків у вихованні дитини.

Перспективним розвитком наукової проблематики вважаємо емпіричне дослідження впливу стилю сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис дитини дошкільного та молодшого шкільного віку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кобильченко В., Омельченко І. Закономірності психічного розвитку в онтогенезі й дизонтогенезі: медичний та психологічний аспекти. *Особлива дитина: навчання і виховання* : науковий, навчальний, інформаційний журнал. 2021. № 2. С. 7–19.
2. Левицька Л. Корекція невротичних розладів у підлітковому віці. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Психологія». 2023. № 1. С. 5–8. <https://doi.org/10.32782/psyvisnyk/2023.1.1>.
3. Павелків В. Психологічні особливості та детермінанти морального розвитку особистості у дитячому віці. *Інноватика у вихованні*. 2018. Т. 1. № 7. С. 6–17.
4. Павлик Н. Невротичний характер як фактор порушення соціалізації особистості в юнацькому віці. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія «Психологія. Педагогіка. Соціальна робота». 2013. Вип. 1. С. 47–51.
5. Павлик Н. Психологія гармонізації характеру в юнацькому віці : монографія. Київ : Логос, 2015. 383 с.
6. Психіатрія дитячого та підліткового віку / Г. Кожина та ін. Харків, 2013. 259 с.
7. Савчин М., Василенко Л. Вікова психологія. 3-тє вид., перероб., доп. Київ : ВЦ «Академія», 2017. 384 с.
8. Чайковський Р. Вплив сімейного виховання на розвиток характеру підлітка. *Молодий вчений*. 2020. № 12 (88). С. 302–305. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-12-88-59>.
9. Шевченко Н., Тищенко К. Дослідження впливу типу сімейного виховання на прояви агресивності у дітей дошкільного віку. *Scientific collection "interconf" (38) : with the Proceedings of the 1 International Scientific and Practical Conference "Science, Education, Innovation: Topical Issues and Modern Aspects"*, Tallinn, Estonia, December 16–18, 2020. Tallinn, Estonia : Uhingu Teadus juhatus, 2020. С. 510–519.
10. Bandura A., Walters R.H. *Adolescent Aggression: A Study of the Influence of Child-training Practices and Family Interrelationships*. New York : Ronald Press Company, 1959. 475 p.
11. Boseovski J.J., Lapan C. Traits or circumstances? Children's explanations of positive and negative behavioral outcomes. *Cognitive Development*. 2021. Vol. 58. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2021.101019>.
12. Development of Antisocial and Prosocial Behavior: Research, Theories, and Issues / D. Olweus et al. New York : Academic Press, 1986. 432 p. [https://doi.org/10.1002/1098-2337\(1988\)14:3<225::AID-AB2480140308>3.0.CO;2-B](https://doi.org/10.1002/1098-2337(1988)14:3<225::AID-AB2480140308>3.0.CO;2-B).

13. Patterson G.R. The aggressive child : victim and architect of a coercive system. *Behavior modification and families*. New York, 1976. 210 p.

14. Schneider K. *Clinical psychopathology* / Trans. by M.W. Hamilton. 5'th ed. New York : Grune & Stratton, 1959. 173 p.

15. *Patterns of Child Rearing* / R. Sears et al. New York : Harper & Row, 1957. 340 p.

16. Shiner R.L., & Tackett J.L. Personality disorders in children and adolescents. *Child psychopathology* / E.J. Mash & R.A. Barkley (Eds.). 3'rd ed. The Guilford Press, 2014. P. 848–896.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ ДО ПІДЛІТКІВ У ПОВНИХ ТА НЕПОВНИХ СІМ'ЯХ

THE PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MOTHERS' ATTITUDES TOWARDS ADOLESCENTS IN FULL AND SINGLE-PARENT FAMILIES

У статті представлено аналіз науково-теоретичних концепцій і підходів до вивчення проблеми ставлення матерів до підлітків у повних і неповних сім'ях. Основними причинами збільшення кількості неповних сімей є зростання кількості розлучень, збільшення кількості народжень без зареєстрованого шлюбу та підвищення рівня чоловічої смертності.

Представлено опис емпіричного дослідження особливостей ставлення матерів до підлітків, які виховуються в повних і неповних сім'ях, з використанням стандартизованих психодіагностичних методик, у результаті якого виявлено, що матері, які виховують дитину самостійно, мають значно гірший психічний стан, ніж жінки з повних сімей. Цей факт значно впливає на позитивне виховання. І не дає можливості побудувати матерям гарні відносини зі своєю дитиною. Дуже важливо сказати, що чим більш виражена емоційна нестійкість матері, тим сильніше проявляється ігнорування потреб дитини, неналежно висуваються вимоги-заборони до дитини, матері водночас відчують невпевненість у виховному процесі. Дані дослідження показують, що матері-одиначки часто висувають неадекватні вимоги до своїх дітей, тому що не знають, як правильно взаємодіяти з підлітками.

Також виявлено, що в неповних сім'ях у процесі виховання в характері дитини можуть сформуватися стійкі негативні форми поведінки. Тому матері необхідно мати уявлення про недоліки характеру, які можуть стати наслідком використання неправильного стилю виховання, щоби своєчасно їх помітити та постаратися виправити.

Результати дослідження сприятимуть розширенню теоретичного базису в галузі психології особистості, дитячо-батьківських відносин і ставлення матерів до дітей у різних за складом сім'ях.

Ключові слова: сім'я, неповна сім'я, ставлення матерів до підлітків, сімейне консультування, підлітковий вік.

The article presents an analysis of scientific and theoretical concepts and approaches to the study of the problem of mothers' attitudes towards adolescents in full and single-parent families. The main reasons for the increase in the number of single-parent families are the growing number of divorces, the increasing number of births without a registered marriage and the increasing male mortality rate.

The article describes an empirical study of the peculiarities of mothers' attitudes towards adolescents raised in full and single-parent families using standardised psychodiagnostic methods, which revealed that mothers raising children on their own have a much worse mental state than women from full families. This fact has a significant impact on positive parenting. And it does not allow mothers to build good relationships with their children. It is very important to say that the more pronounced the mother's emotional instability, the more the child's needs are ignored, the fewer requirements and prohibitions are put forward to the child, and the more mothers feel insecure in the educational process. The study shows that single mothers often make inadequate demands on their children because they do not know how to interact with adolescents. It has also been found that in single-parent families, in the process of upbringing, persistent negative behaviours can form in the child's character. Therefore, mothers need to be aware of the character flaws that may arise as a result of using the wrong parenting style in order to notice them in a timely manner and try to correct them.

The results of the study will contribute to the expansion of the theoretical basis in the field of personality psychology, child-parent relations and mothers' attitudes towards children in families with different composition.

Key words: family, single-parent family, mothers' attitudes towards adolescents, family counseling, adolescence.

УДК 159.922.6:173

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.11>

Заброцький М.М.

к.пед.н., професор,
професор кафедри соціальних технологій
Відокремлений структурний підрозділ
ЗВО «Відкритий міжнародний
університет розвитку людини
«Україна»» Вінницький соціально-
економічний інститут

Лесніченко Н.П.

доктор філософії,
доцент кафедри соціальних технологій
Відокремлений структурний підрозділ
ЗВО «Відкритий міжнародний
університет розвитку людини
«Україна»» Вінницький соціально-
економічний інститут

Питання сім'ї та виховання дітей є натеper актуальними, оскільки сім'я є найважливішим інститутом у зростанні та вихованні дітей. На жаль, проблеми, з якими стикається суспільство, – це зміна моральних норм у сфері ґендерних стосунків, поширення дошлюбних статевих зв'язків, зміна традиційних (сімейних) ролей чоловіка та жінки, втрата виробничої функції сім'ї, втрата історичних традицій створення й утримання сім'ї, в Україні, неготовність молоді до шлюбу, підвищені вимоги до шлюбного партнера та серйозні сімейні кризи, спричинені різноманітними причинами, зокрема й алкоголізмом і наркоманією.

Однак якщо у ХХ ст. традиційною вважалася повна сім'я – чоловік, дружина та діти, то у ХХІ ст. такі сім'ї поступово поступаються міс-

цем іншому типу сім'ї – малій сім'ї, яка складається з одного з батьків і дітей. Такі сім'ї прийнято називати «сім'ями з одним батьком». Неповні сім'ї – це вже реальність сьогодення, і їхня кількість не зменшується, а зростає. На жаль, доводиться констатувати, що сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується високим рівнем розлучень, погіршенням демографічної ситуації, а також різноманітними економічними, соціальними й іншими чинниками, що призводять до появи неповних сімей [3].

Згідно зі статистичними даними найчастіше неповні сім'ї утворюються внаслідок розлучення батьків і дошлюбного народження дитини. У результаті дитину будь-якої статі зазвичай виховує тільки мати. Це порушує

питання про особливості материнського ставлення до дитини в різних неповних сім'ях [2; 4].

У психолого-педагогічній науці накопичений значний теоретичний і практичний матеріал із проблеми батьківсько-дитячих взаємин. Їхній вплив на формування дитячої особистості розглядався у працях Ю. Аркіна, О. Вишневського, О. Духновича, Н. Лубенець, Я. Мамонтова, Я. Чепіги. Експериментальний аналіз специфіки батьківсько-дитячих взаємин висвітлений у дослідженнях А. Варги, Ю. Гіппенрейтер, В. Гарбузова, О. Захарова, Е. Ейдемільера, О. Сидоренко, Е. Юстицькіса й інших.

Проблему соціалізації особистості дитини в умовах неповної сім'ї досліджували такі науковці: М. Буянов, М. Галагузова, Н. Монаков, Л. Міщик, А. Мудрик, Є. Смирнова, В. Титаренко, В. Целуйко, А. Усова, Є. Холостова й інші. Питання соціальної відповідальності підлітків, технології індивідуальної роботи з дітьми та підлітками, негативних чинників виховання дітей із неповних сімей вивчали І. Дементьєва, Н. Зубарьова, М. Костенко, Л. Лунякова й інші.

Для дитини, яка виховується тільки однією матір'ю, вона часто стає єдиною доступною їй рольовою моделлю поведінки. У зв'язку із цим особливо показовим є підлітковий вік, тому що в цей період найбільш чітко проявляються результати батьківського виховання, а відносини з батьками переходять на новий рівень. У зв'язку із цим стає актуальним розгляд особливостей материнського ставлення до підлітків у неповних сім'ях – залежно від їхньої статі, а також психологічні особливості самих матерів, які виховують підлітків у таких сім'ях [1].

Дослідження проводилося з листопада по березень 2022 р., вибірку становили 60 осіб (30 матерів із неповних сімей і 30 із повних сімей).

Попередньо підготовлені методики було роздано спочатку в одній групі, зокрема матерям із неповних сімей, а потім у другій – матерям у повних сім'ях.

За результатами застосування методик можемо зробити аналіз.

За 16-факторним особистісним опитувальником Р.Б. Кетелла можна сказати, що в матерів із неповних сімей краще розвинені абстрактне мислення, швидкість навчання, вони здатні інтелектуально пристосовуватись до обставин, це видно, бо в 60% матерів спостерігаються високі показники за чинником В – інтелект.

Переглянувши дані за фактором С – емоційна нестійкість, ми бачимо, що матері в повних і неповних сім'ях мають низькі оцінки, тому варто сказати, що матері схильні до лабільності настрою, роздратування, втоми, у них подекуди низька толерантність до фрустрації.

Високі оцінки за фактором Е свідчать про владний, незалежний, самовпевнений харак-

тер матерів із неповних сімей, які набрали 40%. Схильні в конфліктах звинувачувати інших, вони своєрідні та конфліктні.

Значення за фактором F – стриманість: мами з повних сімей мають 40% низьких оцінок, а 50% матерів із неповних сімей мають високі оцінки. Це значить, що матері з повних родин більш обережні, розсудливі, а інколи навіть мовчазні, що не можна сказати про матерів із неповних сімей. Вони експресивні, динамічні й емоційні.

Також бачимо з дослідження, що всі матері схильні до незгоди із загальноприйнятими моральними нормами та стандартами, вони мають непостійний, гнучкий, мінливий характер, потурають своїм бажанням, ігнорують обов'язки, схильні до впливу випадку й обставин, їм властиві безпринципність, безвідповідальність, неорганізованість, можлива антисоціальна поведінка.

Матері з неповних сімей схильні до ризику, більше готові мати справу з незнайомими, їм властиві соціальна сміливість і активність.

Показники за фактором I нам показують, що матері в повних сім'ях тримають дітей в умовах більш дисциплінованих, більш суворіших, ніж у неповних сім'ях, матерям із яких властиві м'якість, емпатія щодо своїх підлітків.

Далі розглянемо фактор M і зразу можемо сказати, що матері з неповних сімей орієнтуються на свій внутрішній світ і на себе. Порівняно з матерями з повних сімей, де 10% із їх загальної кількості мають високі оцінки, це свідчить, що вони дотримуються загальноприйнятих норма, не уважні до дрібниць, бо в них є чоловік, на якого вони покладають частину своїх обов'язків.

Високі бали за фактором O свідчать про депресивний, ранимий і тривожний стан матерів із неповних сімей. Це можемо спостерігати і за фактором Q4 – напруженість, вони живуть в занепокоєні, дратівливості та фрустрації.

У результаті проведеного аналізу даних, які ми отримали під час тестування за опитувальником «Аналіз сімейних взаємин» Е.Г. Ейдемільера, можна зробити такі висновки (див. рис. 1).

Згідно з даними опитування можна сказати, що одні матері приділяють багато сил, часу, уваги дітям: виховання є головним у їхньому житті. Типовим для таких матерів є те, що підлітку належить важливе місце в житті матерів, вони бояться, що можуть чогось не додати своїй дитині, тим самим дають дуже багато. Інша частина матерів потрапили в ситуацію, за якої дитина опиняється на периферії уваги матері, до неї «руки не доходять», чи матері «не до неї». Підліток часто випадає з поля зору. За нього беруться лише час від часу, коли трапляється щось серйозне. Ці дві шкали визначають рівень протекції, тобто йдеться про те, скільки сил, уваги, часу приділяють матері вихованню

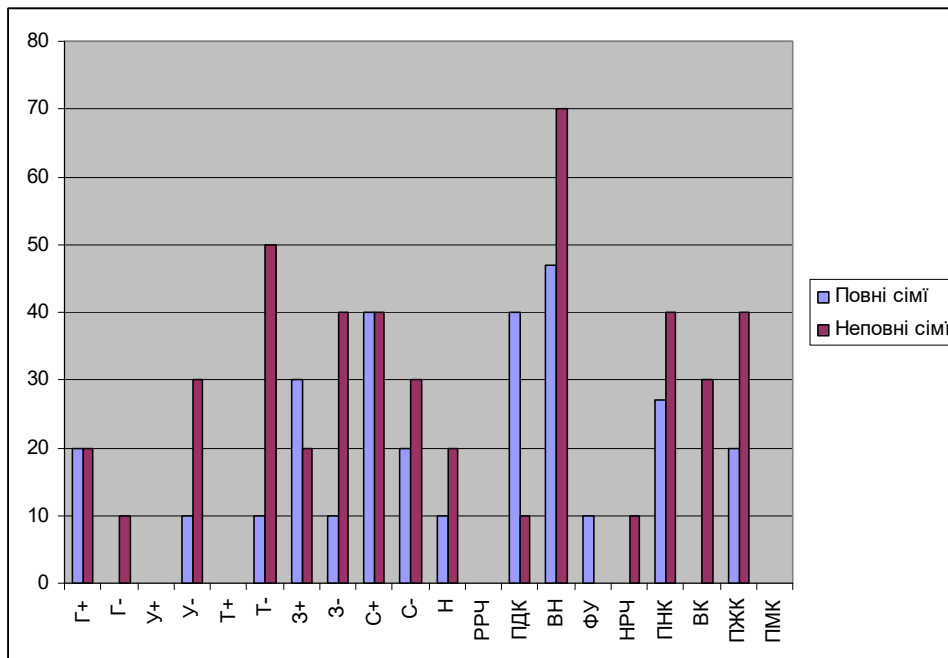


Рис. 1. Результати дослідження за опитувальником «Аналіз сімейних взаємин» Е.Г. Ейдемільера

дитини. Отже, тут розглядаються два рівня протекції: надмірна (гіперпротекція) та недостатня (гіпопротекція), у нашому випадку проявляється гіперпротекція в повних і неповних сім'ях (по 20% матерів із кожної групи), а що стосується гіпопротекції, то лише у групі матерів із неповних сімей спостерігаємо 10% присутності даного відхилення.

Наступний критерій стосується потурання дитині, коли батьки прагнуть до максимального й некритичного задоволенню будь-яких потреб дитини. Будь-яке бажання підлітка для них закон. На пояснення необхідності такого виховання матері наводять аргументи, які є типовою раціоналізацією, його винятковість, бажання дати йому те, чого свого часу була позбавлена сама мати, те, що підліток росте один, без батька тощо.

Відсутність відповідальності за підлітка спостерігається у 30% матерів у неповних сім'ях. Такий стиль виховання протилежний зневазі та характеризується відсутністю прагнення батьків задовольняти потреби дитини. Часто страждають психічні потреби, особливо потреби в емоційному контакті, спілкуванні з батьками та батьківській ласці. Цей стиль проявляється у висловлюваннях батьків, що побічно відображають їхнє небажання спілкуватися з дітьми та віддання переваги дітям, які нічого не вимагають від батьків.

У такому разі дитина несе мінімальну відповідальність у сім'ї. Ця особливість виховання відбивається у висловлюванні матері про те, що їй складно залучити дитину до домашніх справ.

Варто також зазначити, що 50% матерів у неповних сім'ях воліли б узагалі не карати дитину або карати її дуже рідко. Вони очікують заохочення та сумніваються в ефективності покарання. Ця особливість виховання відбивається й у твердженнях батьків про те, що їм важко долучити дитину до домашніх справ.

Окрім того, майже в половини матерів у неповних сім'ях спостерігаються відхилення, пов'язані з тим, що їхні вимоги та заборони щодо дітей неадекватні. Матері якимось чином доносять до своїх дітей, що вони можуть робити все, що хочуть. Навіть якщо є заборони, діти легко їх порушують. Вони самі вирішують, коли приходити ввечері додому, о котрій годині приходити, коло своїх друзів, питання куріння та випивки. У дитини немає жодної відповідальності перед батьками. Водночас батьки не хочуть або не можуть встановити обмеження на її поведінку. Такі умови виховання сприяють розвитку гіпертимної особистості в підлітків, особливо в невірноважених дітей.

Дані опитувань показують, що майже половина матерів у неповних сім'ях схильні вимагати від своїх дітей-підлітків дитячості.

Батьки не звертають уваги на розвиток дитини і прагнуть стимулювати такі її якості: дитячу імпульсивність, спонтанність, грайливість. Для таких батьків діти все ще «маленькі». Вони часто зізнаються, що віддають перевагу молодшим дітям і вважають старших менш цікавими. Страх або неприязнь до дітей, які дорослішають, можуть бути пов'язані з особливостями виховання самої матері.

Також зауважимо, що до всіх випадків можна віднести виховну невпевненість матерів (шкала ВН). 70% матерів із неповних сімей не знають як правильно поводити себе в сім'ї і як виховувати свою дитину. Що зумовлюється порушенням виховання, відбувається перерозподіл влади в сім'ї, між матір'ю і дитиною (підлітком), на користь останнього. Характерна риса висловлювань таких матерів – визнання ними маси помилок, яких припустилися у вихованні. Вони бояться упертості, опору своїх дітей і знаходять досить багато приводів поступитися їм. І це є дуже важливим аспектом у сім'я, бо мати не знає як правильно виховувати, часто змінює свою поведінку, що призводить до поганого виховання.

Також варто приділити увагу проектуванню матері-одиначки на підлітка власних небажаних якостей, і таких матерів майже половина.

Дві останні шкали дозволяють нам чітко виявити зрушення в настановах батьків стосовно підлітка залежно від його статі. Шкала переваги чоловіків (далі – ПМК) і Шкала переваги жінок (далі – ПЖК). У багатьох випадках ставлення матері до своєї дитини визначається не її реальними рисами, а тими рисами, які вона приписує «чоловікам узагалі» або «жінкам узагалі». Перевага жіночих рис – неусвідомлене неприйняття дітей чоловічої статі.

Методика PARI, автори: Е.С. Шеффер і Р.К. Белл, адаптація Т.В. Нецерт. Аналіз емпіричних даних дозволив нам констатувати таке: матері, які виховують підлітка, мають досить високий показник емоційного контакту з дітьми. У середньому він становить 60% у повних і 40% у неповних сім'ях. Це можна інтерпретувати як значне спонукання словесних проявів, вербалізацію.

А також ми чітко бачимо високий рівень домінування матері та несамостійність матері, яка виховує дитину сама.

У таких сім'ях переважають партнерські, а також рівні стосунки між батьками та дитиною; відбувається розвиток активності дитини.

За результатами дослідження 40% матерів із повних сімей мають ознаки надмірного піклування в сімейному вихованні, встановлення відносин залежності, подолання опору. Таким матерям властиві придушення агресивності, боязкість образити когось із членів сім'ї, а також створення безпеки дитини надмірним утручанням у її світ.

Незалежно від стану сім'ї у жінок спостерігається незадоволення роллю домогосподарки та відхилення від конфлікту.

Матері в повних сім'ях не виявляють до дітей надмірної суворості, вони поважають індивідуальність дитини, довіряють їй, заохочують ініціативу та самостійність дитини, а також намагаються бути рівними зі своїми дітьми.

40% матерів у неповних сім'ях домінують у сім'ї, що пояснюється відсутністю батька (постійною чи тимчасовою), його неавторитетністю, а також вищим соціальним статусом матері. А от у повних цей відсоток взагалі відсутній. 20% матерів із повних сімей прагнуть прискорити розвиток підлітка.

Ми помітили, що високі оцінки були за такими аспектами, що стосуються ставлення до сімейної ролі, як домінування матері та несамостійність матері. Це може свідчити про погану інтегрованість сім'ї.

З метою з'ясування особливостей ставлення матері до підлітків у повних і неповних сім'ях був проведений кореляційний аналіз за допомогою програми SPSS. 17. Результат кореляційного аналізу показав тісні взаємозв'язки індивідуально-психологічних характеристик матерів, які виховують підлітків у неповних сім'ях, що зазначено нижче.

Фактор А «замкнутість – товариськість» має позитивний кореляційний зв'язок із гіперопікою ($r_{xy} = 0,856$ за $p \leq 0,01$), надмірністю покарань дитини за порушення вимог ($r_{xy} = 0,727$ за $p \leq 0,05$), наявності фобій втрати дитини ($r_{xy} = 0,867$ за $p \leq 0,01$), придушення сексуальності ($r_{xy} = 0,936$ за $p \leq 0,01$), надзвичайного втручання у світ дитини ($r_{xy} = 0,737$ за $p \leq 0,05$). За наявності фобії втрати дитини в матерів збільшується гіперопіка, яка проявляється в постійному бажанні втручатися в життя дитини, постійно повчати її, говорити, як правильно треба вчиняти, тільки дитина порушує якісь правила, знову йдуть повчання, покарання.

Фактор В «інтелект» позитивно корелює з надмірністю вимог-заборон ($r_{xy} = 0,833$ за $p \leq 0,01$), з надмірністю санкцій за порушення вимог до дитини ($r_{xy} = 0,771$ за $p \leq 0,01$), надавторитет матері ($r_{xy} = 0,683$ за $p \leq 0,05$), партнерські відносини ($r_{xy} = 0,878$ за $p \leq 0,01$), уникнення конфлікту ($r_{xy} = 0,882$ за $p \leq 0,01$), втручання у світ дитини ($r_{xy} = 0,662$ за $p \leq 0,05$), намагання прискорити розвиток дитини ($r_{xy} = 0,726$ за $p \leq 0,05$). Чим вищі інтелектуальні здібності матері, тим більше вимог і заборон висуваються дитині.

Фактор С «емоційна нестійкість – емоційна стійкість» позитивно корелює з ігноруванням потреб дитини ($r_{xy} = 0,904$ за $p \leq 0,01$), браком вимог-заборон до дитини ($r_{xy} = 0,639$ за $p \leq 0,05$), виховною невпевненістю батьків ($r_{xy} = 0,650$ за $p \leq 0,05$), винесенням конфлікту у сферу виховання ($r_{xy} = 0,724$ за $p \leq 0,05$). Чим більш виражена емоційна нестійкість матері, тим сильніше проявляється ігнорування потреб дитини, бракує вимог-заборон до дитини, матері водночас відчувають невпевненість у виховному процесі.

Фактор Е «підлеглість – домінантність» позитивно корелює з потуранням ($r_{xy} = 0,846$ за

$p \leq 0,01$), браком вимог-обов'язків ($r_{xy} = 0,636$ за $p \leq 0,05$), спостерігається виховна невпевненість батьків ($r_{xy} = 0,722$ за $p \leq 0,05$), проєкція на підлітків власних небажаних якостей ($r_{xy} = 0,696$ за $p \leq 0,05$). Матері, які владні, незалежні, самовпевнені, невпевнені у своїх виховних здібностях, потурають інколи своїм дітям, проєктують власні небажані якості на своїх дітей. Негативний кореляційний зв'язок простежується з відчуттям самопожертви ($r_{xy} = -0,719$ за $p \leq 0,05$), вербалізацією ($r_{xy} = -0,785$ за $p \leq 0,01$), надзвичайною турботою ($r_{xy} = -0,650$ за $p \leq 0,01$).

Фактор F «стриманість – експресивність» – з винесенням конфлікту у сферу виховання ($r_{xy} = 0,635$ за $p \leq 0,05$), незадоволеністю роллю господині ($r_{xy} = 0,632$ за $p \leq 0,05$).

Фактор G «схильність піддаватися почуттям – висока нормативність поведінки» – з потуранням ($r_{xy} = 0,767$ за $p \leq 0,01$), ігноруванням потреб дитини ($r_{xy} = 0,659$ за $p \leq 0,01$), надмірністю вимог-обов'язків ($r_{xy} = 0,770$ за $p \leq 0,01$), браком вимог-обов'язків ($r_{xy} = 0,764$ за $p \leq 0,05$), недостатністю вимог-заборон до дитини ($r_{xy} = 0,835$ за $p \leq 0,01$), виховною невпевненістю ($r_{xy} = 0,745$ за $p \leq 0,05$), проєкцією на підлітків власних небажаних якостей ($r_{xy} = 0,815$ за $p \leq 0,01$). Негативний кореляційний зв'язок простежується з вербалізацією ($r_{xy} = -0,887$ за $p \leq 0,01$).

Фактор H «боязкість – сміливість» – з ігноруванням потреб дитини ($r_{xy} = 0,833$ за $p \leq 0,01$), негативний кореляційний зв'язок із партнерськими відносинами ($r_{xy} = -0,766$ за $p \leq 0,01$).

Фактор I «жорсткість – чутливість» – з гіпопротекцією ($r_{xy} = 0,749$ за $p \leq 0,05$), ігноруванням потреб дитини ($r_{xy} = 0,800$ за $p \leq 0,01$), браком вимог-обов'язків ($r_{xy} = 0,641$ за $p \leq 0,01$), нестійкістю виховання ($r_{xy} = 0,883$ за $p \leq 0,01$), виховною невпевненістю батьків ($r_{xy} = 0,651$ за $p \leq 0,05$), фобіями втрати дитини ($r_{xy} = 0,664$ за $p \leq 0,05$), придушенням волі ($r_{xy} = 0,698$ за $p \leq 0,05$).

Фактор L «довірливість – підозрілість» має обернену кореляцію з надмірністю вимог-обов'язків ($r_{xy} = -0,861$ за $p \leq 0,01$), браком вимог-заборон щодо дитини ($r_{xy} = -0,721$ за $p \leq 0,05$), розширенням сфери батьківських почуттів ($r_{xy} = -0,885$ за $p \leq 0,01$), нерозвиненістю батьківських почуттів ($r_{xy} = -0,854$ за $p \leq 0,01$), негативний кореляційний зв'язок із несамостійністю матері ($r_{xy} = -0,777$ за $p \leq 0,01$).

Фактор M «практичність – розвинута уява» – з винесенням конфлікту у сферу виховання ($r_{xy} = 0,655$ за $p \leq 0,05$), несамостійністю матері ($r_{xy} = 0,750$ за $p \leq 0,05$), негативний кореляційний зв'язок із придушенням сексуальності ($r_{xy} = -0,750$ за $p \leq 0,01$).

Фактор N «прямолінійність – дипломатичність» – з мінімальністю санкцій за порушення вимог дитиною ($r_{xy} = 0,660$ за $p \leq 0,01$), нега-

тивний кореляційний зв'язок із залежністю від сім'ї ($r_{xy} = -0,662$ за $p \leq 0,05$), авторитетом матері ($r_{xy} = -0,831$ за $p \leq 0,01$), незадоволеністю роллю господині ($r_{xy} = -0,838$ за $p \leq 0,01$), домінуванням матері ($r_{xy} = -0,650$ за $p \leq 0,05$), несамостійністю матері ($r_{xy} = -0,651$ за $p \leq 0,05$), зайвою строгістю ($r_{xy} = -0,651$ за $p \leq 0,05$), надзвичайною турботою ($r_{xy} = -0,661$ за $p \leq 0,05$), придушенням волі ($r_{xy} = -0,705$ за $p \leq 0,05$), придушенням агресивності ($r_{xy} = -0,837$ за $p \leq 0,01$).

Фактор O «упевненість у собі – тривожність» має обернену кореляцію з ігноруванням потреб дитини ($r_{xy} = -0,639$ за $p \leq 0,05$), негативний кореляційний зв'язок із придушенням сексуальності ($r_{xy} = -0,638$ за $p \leq 0,05$).

Q1 «консерватизм – радикалізм» має обернену кореляцію з надмірністю вимог-заборон ($r_{xy} = -0,645$ за $p \leq 0,05$), негативний кореляційний зв'язок із залежністю від сім'ї ($r_{xy} = -0,714$ за $p \leq 0,05$), відчуттям самопожертви ($r_{xy} = -0,810$ за $p \leq 0,01$), партнерськими відносинами ($r_{xy} = -0,838$ за $p \leq 0,01$), роздратованістю ($r_{xy} = -0,686$ за $p \leq 0,05$), зайвою строгістю ($r_{xy} = -0,876$ за $p \leq 0,01$), придушенням агресивності ($r_{xy} = -0,642$ за $p \leq 0,05$).

Q3 «низький самоконтроль – високий самоконтроль» – з гіпоопікою ($r_{xy} = 0,916$ за $p \leq 0,01$), ігноруванням потреб дитини ($r_{xy} = 0,791$ за $p \leq 0,01$), фобією втрати дитини ($r_{xy} = 0,913$ за $p \leq 0,01$), проєкцією на підлітків власних небажаних якостей ($r_{xy} = 0,675$ за $p \leq 0,05$), рівними відносинами ($r_{xy} = 0,867$ за $p \leq 0,01$).

Q4 «розслабленість – напруга» – з фобією втратити дитину ($r_{xy} = 0,656$ за $p \leq 0,05$), негативний кореляційний зв'язок із нерозвиненістю батьківських почуттів ($r_{xy} = -0,642$ за $p \leq 0,05$).

Результат кореляційного аналізу також показав нижчезазначені тісні взаємозв'язки індивідуально-психологічних характеристик матерів, які виховують підлітків у повних сім'ях

Фактор A «замкнутість – товариськість» має негативний кореляційний зв'язок із нестійкістю виховання ($r_{xy} = -0,745$ за $p \leq 0,05$), позитивний кореляційний зв'язок із придушенням волі ($r_{xy} = 0,670$ за $p \leq 0,05$).

Фактор B «інтелект» позитивно корелює з відчуттям самопожертви ($r_{xy} = 0,802$ за $p \leq 0,01$), байдужістю чоловіка ($r_{xy} = 0,748$ за $p \leq 0,05$), надзвичайним утрочанням у світ дитини ($r_{xy} = 0,641$ за $p \leq 0,05$).

Фактор C «емоційна нестійкість – емоційна стійкість» позитивно корелює з мінімальністю санкцій за порушення вимог дитиною ($r_{xy} = 0,748$ за $p \leq 0,05$), виховною невпевненістю батьків ($r_{xy} = 0,722$ за $p \leq 0,05$), фобією втрати дитини ($r_{xy} = 0,756$ за $p \leq 0,05$), нерозвиненістю батьківських почуттів ($r_{xy} = 0,643$ за $p \leq 0,05$), відчуттям самопожертви ($r_{xy} = 0,916$ за $p \leq 0,01$), сімейними конфліктами ($r_{xy} = 0,750$ за $p \leq 0,05$),

незадоволеністю роллю господині ($r_{xy} = 0,814$ за $p \leq 0,01$), байдужістю чоловіка ($r_{xy} = 0,785$ за $p \leq 0,01$), домінуванням матері ($r_{xy} = 0,752$ за $p \leq 0,01$), роздратованістю ($r_{xy} = 0,718$ за $p \leq 0,05$), зайвою строгістю ($r_{xy} = 0,769$ за $p \leq 0,01$), уникненням конфлікту ($r_{xy} = 0,669$ за $p \leq 0,05$), надзвичайною турботою ($r_{xy} = 0,804$ за $p \leq 0,01$), придушенням волі ($r_{xy} = 0,753$ за $p \leq 0,05$), побоюванням образити ($r_{xy} = 0,706$ за $p \leq 0,05$).

Фактор F «стриманість – експресивність» – з фобією втратити дитину ($r_{xy} = 0,676$ за $p \leq 0,05$), байдужістю чоловіка ($r_{xy} = 0,704$ за $p \leq 0,05$), зайвою строгістю ($r_{xy} = 0,639$ за $p \leq 0,05$), придушенням волі ($r_{xy} = 0,691$ за $p \leq 0,05$), придушенням агресивності ($r_{xy} = 0,649$ за $p \leq 0,05$).

Фактор H «боязкість – сміливість» – з надмірністю вимог-обов'язків ($r_{xy} = 0,784$ за $p \leq 0,01$), браком вимог-заборон до дитини ($r_{xy} = 0,634$ за $p \leq 0,05$), фобією втратити дитину ($r_{xy} = 0,680$ за $p \leq 0,05$), сімейними конфліктами ($r_{xy} = 0,691$ за $p \leq 0,05$), зайвою строгістю ($r_{xy} = 0,782$ за $p \leq 0,01$), придушенням волі ($r_{xy} = 0,825$ за $p \leq 0,01$).

Фактор L «довірливість – підозрілість» має обернену кореляцію з нерозвиненістю батьківських почуттів ($r_{xy} = -0,763$ за $p \leq 0,05$), рівними відносинами ($r_{xy} = 0,647$ за $p \leq 0,05$), придушенням агресивності ($r_{xy} = 0,694$ за $p \leq 0,05$).

Фактор N «прямолінійність – дипломатичність» має обернену кореляцію із придушенням волі ($r_{xy} = -0,647$ за $p \leq 0,05$).

Фактор O «упевненість у собі – тривожність» має обернену кореляцію із браком вимог-заборон до дитини ($r_{xy} = -0,740$ за $p \leq 0,05$), сімейними конфліктами ($r_{xy} = -0,636$ за $p \leq 0,05$), роздратованістю ($r_{xy} = -0,636$ за $p \leq 0,05$).

Q1 «консерватизм – радикалізм» має обернену кореляцію з нестійкістю виховання ($r_{xy} = -0,656$ за $p \leq 0,05$).

Q3 «низький самоконтроль – високий самоконтроль» має обернену кореляцію з надмірністю вимог-заборон ($r_{xy} = -0,658$ за $p \leq 0,05$).

Q4 «розслабленість – напруга» – з нестійкістю виховання ($r_{xy} = 0,744$ за $p \leq 0,05$).

У результаті проведеного аналізу даних можемо сказати, що характеристика матерів із неповних сімей відрізняється від матерів із повних. У повних сім'ях простежується негативний кореляційний зв'язок із нестійкістю

виховання та позитивний кореляційний зв'язок із придушенням волі. Тоді як у неповних сім'ях у матерів за наявності фобії втратити дитину збільшується гіперопіка, яка проявляється в постійному бажанні втручатися в життя дитини, постійно повчати її, говорити про те, як правильно треба вчиняти, тільки дитина порушує правила.

Узагальнюючи отримані дані, можна зробити висновок, що жінки, які виховують дітей самі, гірше ставляться до власних дітей, ніж матері в повних сім'ях. Це пов'язано з тим, що за наявності симптомів депресії (наприклад, втрату апетиту і потяг до їжі, порушення сну, відсутність енергії та мотивації, постійну втому, нездатність зосередитися на простих життєвих ситуаціях, головні болі та мігрені) їм складніше спокійно оцінювати ситуацію й адекватно реагувати на оточення.

Дані опитування показують, що матері-одиначки часто висувають неадекватні вимоги до своїх дітей, тому що не знають, як правильно взаємодіяти з підлітками, як правильно їх виховувати. З іншого боку, у сім'ях, де присутній батько, матері частіше спілкуються з дітьми, іноді перекладають відповідальність за виховання на батька.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Лесніченко Н., Приймак М. Особливості вивчення проблеми ставлення в аспекті дослідження батьківсько-дитячих відносин. *Подільський науковий вісник* : збірник наукових праць. 2019. № 2 (10). С. 109–113.
2. Максимович О., Постовий В. Особливості виховання дітей із розлучених сімей : навчально-методичний посібник. Київ : ДЦССМ, 2004. 140 с.
3. Мигович І. Соціальна робота з неповною сім'єю. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Педагогіка і соціальна робота». 2000. № 35. С. 127–132.
4. Повалій Л. Виховання дітей у сім'ях різного типу : методичні рекомендації. Київ : Науковий світ, 2009. 47 с.
5. Постовий В. Тенденції і пріоритети виховання дітей у сучасній сім'ї : монографія. Київ : Інститут проблем виховання АПН України, 2006. 190 с.
6. Юрченко І. Функціонально неповна сім'я: характерні риси та проблеми. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : ВЦВ ЦІТ, 2008. Вип. 13. Ч. 2. С. 207–216.

ЕМОЦІОГЕННІ ЗАСОБИ У ПСИХОКОРЕКЦІЇ КОМУНІКАТИВНИХ ПОРУШЕНЬ У ДОШКІЛЬНИКІВ З АУТИЗМОМ В УМОВАХ ГРУП ЗМІШАНОГО ВІКОВОГО СКЛАДУ

EMOTIONOGENIC METHODS IN THE PSYCHOCORRECTION OF COMMUNICATION DISORDERS IN PRESCHOOLERS WITH AUTISM IN GROUPS OF MIXED AGE COMPOSITION

Стаття присвячена розкриттю проблеми комунікативно-мовленнєвого розвитку дітей з аутистичним розладом. Даний аспект представлено в контексті теоретико-емпіричних досліджень вітчизняних і зарубіжних учених. Акцентовано увагу на перебуванні дітей у групах змішаного вікового складу, що передбачає диференційований підхід у використанні емоціогенних засобів.

Розкриті поняття «комунікація» як передача інформації; «спілкування» як обмін інформацією між двома або більше особами, а також «комунікативний процес» як знакова вербальна та невербальна системи.

Проаналізовано сутність прояву феномену «аутизм» і особливості організації психокорекційної роботи у групах зі змішаним віковим складом / різновікових групах. Розкриті комунікативні порушення дітей дошкільного віку з аутизмом (проблеми з вимовою, розуміння запропонованої інформації, небажання спілкуватися з оточення). Також розкриті порушення соціальних, поведінкових, рухових функцій у дошкільників, їхня обмеженість інтересів і звичок.

У рамках емоційності, для психокорекції комунікативних порушень у дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу, запропоновано використання емоціогенних засобів – різних емоційно забарвлених прийомів, які здатні змінити стан дитини, викликати в неї поведінкові реакції, розуміння виконання дій, емоційний відгук у комунікативному напрямі. Також емоціогенність впливає на мотиваційну сферу дитини, її потреби, розвиток когнітивної й емоційної сфер.

Емоціогенні засоби представлені кінетичними невербальними засобами спілкування: жестами, мімікою, виразами очей, а також АВА-терапією, в основі якої думка про те, що поведінка дитини сприяє розвитку розуміння мовлення.

Запропоновано приклади завдань, вправ комплексного використання емоціогенних засобів у процесі організації психокорекційної роботи з дітьми дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу з урахуванням вікових особливостей.

Ключові слова: комунікативні порушення, психокорекція, дошкільники, аутизм, групи змішаного вікового складу, емоціогенні засоби, АВА-терапія, невербальні засоби спілкування.

The article is devoted to the disclosure of the problem of communicative and speech development of children with autistic disorder. This aspect is presented in the context of theoretical and empirical research by domestic and foreign scientists. Attention is focused on finding children in groups of mixed age composition, which implies a differentiated approach in the use of emotionogenic methods.

The concepts of "communication" as the transfer of information; "communication" as the exchange of information between two or more persons, as well as the "communicative process" as a symbolic verbal and non-verbal system are disclosed.

The essence of the manifestation of the phenomenon of "autism" and the peculiarities of the organization of psychocorrective work in groups with mixed age composition / age groups are analyzed. The communicative disorders of preschool children with autism (problems with speech, understanding of the proposed information, unwillingness to communicate with others) are revealed. Violations of social, behavioral, and motor functions in preschoolers, their limited interests and habits are also revealed.

Within the framework of emotionality, for the psychocorrection of communicative disorders in preschool children with autism in groups of mixed age composition, the use of emotionogenic methods is proposed – various emotionally colored techniques that can change the child's condition, cause behavioral reactions, understanding of the performance of actions, emotional response in a communicative direction. Emotionality also affects the motivational sphere of a child, his needs, the development of cognitive and emotional spheres.

Emotionogenic means are represented by kinetic non-verbal means of communication: gestures, facial expressions, eye expressions, as well as ABA therapy, based on which the child's behavior entails the development of speech understanding.

Examples of tasks and exercises of the complex use of emotionogenic means in the process of organizing psychocorrective work with preschool children with autism in groups of mixed age composition, taking into account age characteristics, are proposed.

Key words: communication disorders, psychocorrection, preschoolers, autism, groups of mixed age composition, emotionogenic means, ABA therapy, non-verbal means of communication.

УДК 159.922.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.12>

Клак В.О.

к.психол.н.,

старший викладач кафедри дошкільної освіти

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Волженцева І.В.

д.психол.н., професор,

професор кафедри психології

Університет Григорія Сковороди

в Переяславі

На сучасному етапі комунікативно-мовленнєвий розвиток дітей із розладами аутичного спектра є важкою психолого-педагогічною проблемою, бо дитині необхідно не тільки засвоїти більше слів, а й розвивати здібності взаємодіяти з іншою особою, спіл-

куватися з нею. Особливо гостра ця проблема в дітей, які перебувають в умовах груп змішаного вікового складу, бо психічний розвиток дітей різного віку, безумовно, відрізняється, що потребує диференційованого підходу.

Тому в науково-емпіричному аспекті багато уваги вчені приділяють дослідженню особливостей розвитку когнітивних можливостей дітей з аутичним розладом, їхньої емоційно-вольової сфери, комунікативної поведінки, соціальних відносин, що необхідно враховувати у процесі психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом.

Так, проблему аутизму розкривали Т. Ілляшенко, С. Конопляста, К. Островська, М. Химко, Д. Шульженко й інші; соціалізацію, навчання та виховання дітей із розладами аутистичного спектра вивчали В. Тарасун, Г. Хворова; проблему формування комунікативної діяльності в дітей з аутистичними розладами розглядали Н. Базима, В. Башина, О. Белова, М. Породько, Р. Призванська, В. Тарасун; питання зв'язку рухів із когнітивними процесами вивчали В. Боднар, Т. Власова, В. Синьов; проведенню занять із фізичного виховання з дітьми аутистичного розладу присвятили праці А. Кравченко, А. Лавренюк, О. Орес, М. Породько, Т. Тимофеева; реабілітацію дітей із вищезазначеної категорії досліджували Я. Крет, Н. Михайлова, А. Сімко, І. Шаповалова; у працях таких зарубіжних учених, як Л. Вотсон, Е. Гарр, Т. Лейтон, П. Хант, Е. Шоплер, зосереджено увагу на розкритті даної проблеми в соціально-педагогічному та психологічному напрямках; вербальні та невербальні засоби комунікації представили Н. О'Коннор, Б. Прізант, Б. Хермелін; проблемою аутизму також цікавилися зарубіжні вчені: Х. Аспергер (H. Asperger), Л. Бендер (L. Bender), М. Брістол (M. Bristol), С. Харріс (S. Harris), Б. Хермелін (B. Hermelin), Л. Каннер (L. Kanner). Дослідження, які присвячено психокорекційній роботі з дітьми аутистичного розладу, подані в роботах К. Островської, М. Породько, Т. Скрипник, Д. Шульженко.

Метою статті є обґрунтування можливостей використання емоціогенних засобів у психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу.

Комунікація – це передача інформації, а *спілкування* – «обмін інформацією (фактами, ідеями, поглядами, емоціями тощо) між двома або більше особами, спілкування за допомогою вербальних і невербальних засобів із метою передавання й одержання інформації» [2].

Комунікативний процес реалізується за допомогою визначених засобів – *знакових систем*. Їх поділяють на *вербальні* (лат. *verbalis* – словесний) і *невербальні* (безсловесні). *Невербальна комунікація* відбувається зазвичай несвідомо, мимовільно. Здебільшого люди контролюють своє мовлення, але на підставі аналізу їхньої міміки, жестів, інтонації можна оцінити правильність, щирість мов-

ної інформації. Невербальний блок комунікації – це ті чинники, які наявні у спілкуванні, але безпосередньо не пов'язані з текстами (пози, жести, міміка, мова простору, одягу, кольорів, манера спілкуватися). Існують різні типології невербальних засобів спілкування, оскільки їх утворюють і сприймають різні сенсорні системи: *зір, слух, тактильні відчуття, смак, нюх*, а також враховується момент, коли відбувається спілкування.

У рамках заявленої проблеми йдеться про комунікативні порушення дітей дошкільного віку в умовах груп змішаного вікового складу, тобто комунікативні порушення, які пов'язані із *проблемами мовлення, комунікації* дітей з аутистичними розладами, які негативно впливають на міжособистісні стосунки, поведінку, спілкування, когнітивний і загальний розвиток дітей із вищезазначеним розладом. Адже спілкування для дитини – це спосіб вираження ставлення до інших дітей, організація спільної діяльності, формування та розвиток міжособистісних відносин, пізнання дітьми один одного, необхідна умова не тільки формування особистості, її свідомості та самосвідомості, а й найважливіший чинник загального психічного розвитку дитини. Саме спілкування, як особливий рід діяльності, – творча гра інтелектуальних і емоційних сил співрозмовників, взаємне навчання партнерів, досягнення ними нових знань під час обговорення предмета розмови, досягнення встановленої кожною стороною мети спілкування (обмін думками, враженнями), дуже важливе в умовах груп змішаного вікового складу.

Охарактеризуємо сутність прояву феномену «аутизм» і особливості організації психокорекційної роботи у групах зі змішаним віковим складом / різновікових групах.

Отже, **аутизм** – це психічне захворювання, яке виникає внаслідок порушень, що відбуваються в головному мозку дитини. До таких порушень необхідно віднести: **порушення у спілкуванні** (проблеми з вимовою, розуміння запропонованої інформації, небажання спілкуватися з оточенням); **порушення соціальних функцій** (прагнення до самотності, неможливість виконання запропонованих інструкцій, відстороненість, порушення **поведінкових проявів** (стереотипність поведінки, одноманітність), порушення **рухових відхилень** (стрибки на місці, повторювання помахів руками, біг по колу, ляскання в долоні), обмеженість **інтересів і звичок** дитини (безініціативність або надмірна зацікавленість предметами, як-от: автомобіль, колеса, одноманітність в поведінці).

Аутистичні прояви необхідно враховувати у психолого-педагогічній діяльності вихователя, логопеда та психолога в умовах груп змішаного вікового складу. Так, «у різновіко-

вій групі має бути один-єдиний режим дня для всіх вікових підгруп, складається він за тією підгрупою, у якій є найбільша кількість дітей. Важливо завжди дотримуватися такого правила: усі режимні процеси починати з молодшими дітьми. Усе це дає змогу дітям різного віку в заданій послідовності та поступово переходити від одного виду діяльності до іншого, допомагає забезпечити різноманітну правильність режимних процесів» [5].

«Організація харчування, вмивання, одягання та роздягання дітей в умовах різновікової групи потребує великої майстерності вихователя, чіткої роботи всього обслуговуючого персоналу, створення спокійної та доброзичливої обстановки, уважного ставлення дорослих до дітей. Усе це важливо тому, що за невеликий проміжок часу, який за режимом відводиться для проведення таких життєво важливих процесів, необхідно не тільки правильно та швидко обслужити дітей, нагодувати, одягнути тощо, а й відповідно до програмних вимог забезпечити формування необхідної для дітей кожного віку культурно-гігієнічної навички» [5].

Для цього потрібно дотримуватися правил:

- 1) «усе необхідне для харчування, його організації, готувати до тієї миті, коли діти починають мити руки;
- 2) умивання та розміщення дітей за столи проводити поступово, починаючи з молодших дітей;
- 3) не затримувати за столом дітей молодшої та середньої підгруп;
- 4) їжу для маленьких дітей готувати заздалегідь;
- 5) вихователь керує більшістю дітей групи, няня допомагає вихователю;
- 6) порядок обслуговування дітей, а також вимоги вихователя та няні до звичок дітей мають бути єдині й постійні;
- 7) організація режимних процесів має сприяти розвитку самостійності дітей, формуванню навичок культурної поведінки» [5].

Незважаючи на важкість організації процесу роботи з дошкільниками в умовах груп змішаного вікового складу, необхідно підкреслити позитивні моменти в даному аспекті. Так, «різновікові групи мають значно більші можливості в соціальному, особистісному розвитку дітей. У звичайних умовах дитина рік у рік перебуває в постійній за складом групі, де змінюється тільки назва. Розподіл ролей, тип взаємин у ній також сталі, у групі практично відсутня соціальна динаміка, а соціальний досвід, якого набувають малюки, дуже обмежений. Натомість в умовах різновікової групи кожна дитина пройде природний шлях від молодшого до старшого, неминуче побуває в ролі лідера, керівника, помічника й опікуна молодших. Особливо це набуває ваги нині, коли так багато дітей, які не мають братів і сестер» [5, с. 28].

Вище констатовано, що дітям необхідно обмінюватись різною інформацією на різних рівнях вікового розвитку. Відомо, що спілкування не вичерпується усними або письмовими повідомленнями. У цьому процесі важливу роль відіграють емоції, манери партнерів, жести.

Емоційність, будучи виразною стороною мовлення, є головним механізмом внутрішньої регуляції психічної діяльності дитини, однією з найважливіших його характеристик, впливає практично на всі аспекти діяльності та поведінки дошкільника. Необхідно підкреслити важливість *емоційного реагування*, відповідну реакцію організму, емоційну реакцію дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу на зовнішню дію, мовлення, спрямовану на досягнення позитивного /негативного результату, який означає, що в різних системах організму особистості сталися зміни у вегетативних системах, поведінці, експресії тощо.

У рамках емоційності для психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу ми пропонуємо використання **емоціогенних засобів** – різних емоційно забарвлених прийомів, які здатні змінити стан дитини, викликати в неї поведінкові реакції, розуміння виконання дій, емоційний відгук у комунікативному напрямі. Також емоціогенність впливає на мотиваційну сферу дитини, її потреби, розвиток когнітивної й емоційної сфер [1].

Ми пропонуємо у психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу використовувати такі **емоціогенні засоби**, як: кінетичні невербальні засоби спілкування (*жести, міміка, вирази очей, постава тощо*), АВА-терапію (*поведінка сприяє розвитку розуміння мовлення*).

Більш детально зупинимось на цих напрямках. Отже, «велике значення для спілкування, розуміння мовлення, розвитку комунікативних порушень у дітей дошкільного віку з аутизмом мають *жести* – виражальні рухи рук, що передають необхідні дії та внутрішній стан людини; *міміка* – це експресивні рухи м'язів обличчя, що виражають психічний стан, почуття, настрій людини в якийсь момент часу. Міміка репрезентує *шість* основних емоційних станів: гнів, радість, страх, страждання, подив і презирство» [4].

Для психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом ми також пропонуємо використання **АВА-терапії**, в основі якої лежить поведінка людини, яка поступово приводить до розвитку розуміння мовлення, запропонованої інформації, комунікативних здібностей, активізує бажання спіл-

куватися з оточенням. «Дана терапія заснована на поведінкових технологіях і методиках, які дають можливість вивчати вплив чинників навколишнього середовища на поведінку аутиста і змінювати його, тобто маніпулювати цими чинниками. Метод АВА-терапії має ще одну назву – модифікація поведінки. Ідея програми АВА полягає в тому, що будь-яка поведінка спричиняє наслідки, і коли це дитині подобається, вона буде повторювати ці дії, якщо ж не подобається – не буде» [3].

Дана методика спонукає до розвитку всіх складних навичок дітей з аутизмом, як-от: *контактність, мова, творча гра, уміння дивитися в очі, слухати*, інші навички, які потрібно розвивати на окремі невеликі блоки-дії.

У процесі організації роботи з дітьми дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу щодо використання різних емоціогенних засобів необхідно враховувати їхні вікові особливості, використовувати матеріал для дітей відповідно до їхнього розвитку, потрібно, щоб він був доступним, зрозумілим і корисним для дітей.

Комплексне використання емоціогенних засобів може бути представлено різними завданнями та вправами. Наприклад, *по-перше*, можна включити завдання, які присвячені знайомству з тілом дитини. Для цього потрібно зробити на великому аркуші паперу контур фігури дитини, а потім називати всі частини тіла або окрему частину тіла, обводити цей контур, або емоційно, з використанням невербальних засобів спілкування вести діалог. *По-друге*, називати предмети одягу дитини та зафарбувати їх на папері. Для цього існують такі ігри, як «Розмова з тілом», «Покажи голову», «Покажи пальці на руці», «Покажи ніс» тощо. Також бажано використовувати вправу «Мова-розуміння», коли дитину, наприклад, просять підняти руку і тут же підказують їй як це можна зробити, а після виконання нагороджують за правильну відповідь. Після декілька спроб із дорослим дитина самостійно вже виконує це завдання, без підказок. Потім бажано давати нову настанову, емоційно повторювати її декілька разів дитині й чекати на самостійне виконання, за що давати щось смачне та приємне для дитини.

Після засвоєння таких дій необхідно ускладнювати виконання й емоційно яскраво просити дитину виконувати дії по черзі: «кивни головою», потім «підніми руку», «кивни головою», «підніми руку» тощо. Для розвитку **мовлення та комунікативних здібностей** дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу необхідно підбирати завдання з **урахуванням вікових особливостей**. Наприклад, *дітей молодшої групи* можна емоційно позитивно попросити чітко промовляти слова, називати предмети та показувати

на них. *У дітей середньої групи* більш активізувати мовленнєву активність: використовувати прості фрази, як-от «Візьми цукерку», а потім додавати нові слова: «Візьми цукерку зі столу», «Візьми цукерку з письмового столу» тощо. У дітей, які належать до *старшої групи*, можна розвивати розуміння мовлення в рамках діалогічного мовлення. Спочатку необхідно більш слухати дитину, а потім ставити різні запитання, а пізніше пропонувати дитині продовжити розповідь або казку, або історію. Головне завдання у процесі виконання всіх запропонованих вправ – емоційно підтримувати дитину, використовувати відповідні невербальні засоби спілкування: жести, міміку, вирази очей, не переривати дошкільника, а слухати його до кінця. У процесі занять формувати в дітей упевненість, віру в себе.

Необхідно якомога більше говорити, повторювати слова, фрази в ігровій формі в кожній групі дітей, незалежно від сили прояви аутизму. Такими можуть бути ігри «Мінялки іграшок», «Створюємо мультфільми» тощо.

На наступному етапі бажано проводити узагальнення та закріплення матеріалу. «На цьому етапі отримані навички узагальнюються. Коли дитина накопичила досить навичок («візьми», «дай», «іди сюди» тощо), особливу увагу приділяють узагальненню. Заняття починають проводити в незвичних і неочікуваних місцях (на вулиці, у магазині, у ванній). Після – інші особи, що дають дитині завдання (спеціаліст, мама, тато, дідусь, бабуся)» [3].

У результаті розвитку можна побачити, що «якоїсь миті дитина не просто освоює відпрацьовані з нею стимули, але і починає **розуміти мовлення**, нові завдання, самостійно, додаткові відпрацювання вже не потрібні. Наприклад, дитині дають завдання «зачини двері», показують раз – двічі і цього вже цілком досить. Якщо це виходить, значить, програма освоєна, і заняття АВА-терапією більше не потрібні. Дитина починає далі освоювати інформацію з навколишнього середовища, як роблять це і зазвичай розвиваються діти» [3].

Необхідно пам'ятати, що всі заняття потрібно реалізувати в атмосфері тепла та довіри з підкріпленням невербальних засобів спілкування, з позитивно-емоційним настроєм, бо саме емоційно виразний бік мовлення дорослих спонукає й відбиває емоційне ставлення дошкільника до того, що він говорить. А виразність мовлення дитини в майбутньому – це перехід від комунікативного вміння до комунікативної майстерності.

Отже, розглянута актуальна проблема психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу емоціогенними засобами, тобто емоційно забарвленими прийомами, які здатні змінити стан дитини

дошкільного віку, викликати у неї відповідні поведінкові дії, емоційний відгук у комунікативному напрямі, розуміння виконання дій, які в даній статті представлені кінетичними невербальними засобами спілкування: жестами, мімікою, виразами очей і АВА-терапією, в основі якої відгук на запропоновані завдання, поведінка дитини, її дії сприяють розвитку розуміння мовлення. Необхідно підкреслити важливість послідовного, поетапного, поелементного, системного розучування різних дій і відточування повторів із запам'ятовуванням предметів з урахуванням вікових особливостей, що потребує багато зусиль і часу.

Комплексне, інтегроване використання різних емоціогенних засобів психокорекції, як-от невербальні засоби спілкування, АВА-терапія, поступово сприятиме ліквідації комунікативних порушень дітей з аутистичними розладами та розвитку розуміння мовлення дітьми даної категорії. І, безумовне, ми отримуємо позитивні реакції дітей в їхніх емоціях, бадьорому настрої, який не тільки сприятиме розумінню мовлення, а й допоможе опанувати рідною мову, розвивати словниковий запас дитини, її пам'ять, уяву, мислення для подальшого всебічного розвитку особистості дитини дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу.

Перспективами подальших наукових досліджень є розроблення програми психокорекції комунікативних порушень дітей дошкільного віку з аутизмом в умовах груп змішаного вікового складу емоціогенними засобами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волженцева І. Генезис поліфункціональної регуляції психічних станів особистості емоціогенними засобами : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2013. 350 с.
2. Комунікація. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D1%83%D0%BD%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F>.
3. Литвяк Д., Зленко Л. Корекційно-розвивальні методики для роботи з дітьми з аутизмом (методичні рекомендації). Чернігівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені К.Д. Ушинського. Чернігів, 2020. 78 с.
4. Спілкування як інструмент професійної діяльності. URL: <https://vseosvita.ua/library/lekcija-na-temu-spilkuвання-ak-instrument-profesijnoi-dialnosti-290734.html>.
5. Попович О.М. Виховання та навчання дітей дошкільного віку в різновікових групах: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання напряму підготовки 6.010101 «Дошкільна освіта». Мукачево : МДУ, 2018. 104 с.

ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ У МОЛОДШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

STUDY OF RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL STATES AND SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION IN YOUNG ADOLESCENTS

У статті розглянуто психологічні особливості прояву психічних станів у молодшому підлітковому віці та досліджено рівні прояву соціально-психологічної адаптації у визначеному віковому періоді. Проаналізовано теоретичні концепції сучасних українських та зарубіжних дослідників стосовно проблематики психічних станів та соціально-психологічної адаптації молодших підлітків. Визначено вибірккову сукупність дослідження, яка становить 30 осіб віком від 10 до 11 років (6–7 класи), з них – 19 дівчат та 11 хлопців. Проведено діагностичний етап дослідження, метою якого було виявлення взаємозв'язку психічних станів та соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці. Діагностування респондентів дозволило визначити домінуючі рівні соціально-психологічної адаптації та її взаємозалежність з психічним станом у молодшому підлітковому віці. На основі аналізу отриманих даних було виокремлено кілька основних стилів прояву психічних станів та їх взаємозв'язок з рівнями соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці. Зокрема, виявлено, що молодші підлітки з високим рівнем соціально-психологічної адаптації частіше проявляють стабільні психічні стани, які виявляються у високому рівні самоповаги та здатності до адаптації до різних життєвих ситуацій. Підлітки даного вікового періоду з низьким рівнем соціально-психологічної адаптації частіше мають тенденцію до емоційної нестабільності та зниженого самопочуття. Проведено кореляційний аналіз взаємозалежності показників рівня прояву психічних станів (методика для дослідження психічних станів за Г. Айзенком) та показників соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці (методика визначення показників соціально-психологічної адаптації за К. Роджерсом та Р. Даймондом). Доведено зв'язок між домінуючим психічним станом та рівнями прояву соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці. Розроблено напрями подальших досліджень з окресленої проблематики.

Ключові слова: психічні стани, соціально-психологічна адаптація, молодший

підлітковий вік, тривожність, дезадаптивність, емоційна нестабільність, фрустрація.

The article examines the psychological features of the manifestation of mental states in younger adolescence and examines the levels of manifestation of social and psychological adaptation in a certain age period. The theoretical concepts of modern Ukrainian and foreign researchers regarding the problems of mental states and socio-psychological adaptation of younger teenagers are analyzed. The sample population of the study was determined, which is 30 people aged 10 to 11 years (grades 6–7), of which 19 are girls and 11 are boys. The diagnostic stage of the study was conducted, the purpose of which was to study the relationship between mental states and social-psychological adaptation in younger adolescence. The diagnosis of the respondents made it possible to determine the dominant levels of socio-psychological adaptation and its interdependence with the mental state in younger adolescence. Based on the analysis of the obtained data, several main styles of manifestation of mental states and their relationship with the levels of socio-psychological adaptation in younger adolescence were singled out. In particular, it was found that younger teenagers with a high level of socio-psychological adaptation more often show stable mental states, which are manifested in a high level of self-esteem and the ability to adapt to various life situations. Teenagers of this age period with a low level of social and psychological adaptation often have a tendency to emotional instability and low well-being. A correlational analysis of the interdependence of indicators of the level of manifestation of mental states (H. Eysenck) and indicators of social and psychological adaptation in younger adolescence (K. Rogers and R. Diamond) was carried out. The relationship between the dominant mental state and the levels of manifestation of social and psychological adaptation in younger adolescence has been proven. Directions for further research on the outlined issues have been developed.

Key words: mental states, socio-psychological adaptation, younger adolescence, anxiety, maladjustment, emotional instability, frustration.

УДК 159.922.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.13>

Лисенкова І.П.

д.психол.н.,
професор кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Салева Д.О.

студентка ІV курсу 465 групи кафедри
психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Підлітковий вік є одним із найскладніших та важливих періодів становлення особистості, оскільки в цьому віці формуються соціальні установки, закладаються моральні основи, формується ставлення до себе та суспільства в цілому. Основними поняттями цього періоду є самопізнання, самовираження, самовдосконалення. Спілкування стає основною діяльністю, оскільки воно відіграє важливу роль у розвитку та формуванні самосвідомості, а також позитивного Я-образу. На цій основі формується відповідний світогляд особистості, її система цінностей та переконань, моральний характер тощо [1].

Молодший період становлення підлітка визначається інтенсивним процесом розвитку особистості, включаючи формування психічних станів та соціально-психологічної адаптації. Дослідження взаємозв'язку між цими аспектами має велике значення для розуміння процесів розвитку підліткового віку, забезпечення психологічного благополуччя та соціальної інтеграції. У сучасній психологічній літературі існують різні концепції щодо психічних станів та соціальної адаптації. Вони базуються на теоретичних підходах як українських, так і зарубіжних дослідників. Психологічні особли-

вості молодших підлітків вивчаються з урахуванням різних факторів, що включають сімейне середовище, шкільну атмосферу та соціальні взаємини.

У сучасній психологічній науці проблемам соціально-психологічної адаптації особистості присвячено велику кількість досліджень таких вчених: Г.М. Андреевої, Г.О. Балла, Ф.Б. Березіна, О.І. Власової, В.П. Казаначеева, І.К. Кряжевої, С.М. Максимець, І.М. Матющенко, А.А. Налчаджяна, С.І. Розума, О.Г. Солодухової та ін. Психосоціальна адаптація особистості вперше розглядається як динамічна рівновага, досягнута шляхом входження в нове соціальне середовище. Більш глибоким є розуміння соціально-психологічної адаптації як процесу пристосування людини до умов життєдіяльності в групі, тобто процесу пристосування індивіда до групових норм та соціальної групи до окремого індивіда. При цьому формується патерн мислення та поведінки, який відображає цілі, цінності і нормативну систему певної групи, а також набуття, закріплення і розвиток навичок та здібностей міжособистісного спілкування в цій групі. Успішна психосоціальна адаптація сприяє забезпеченню ефективності діяльності, розвитку колективу, особистісному зростанню, створює сприятливі умови для самоствердження та самореалізації особистості [2].

Проблемою вивчення психічних станів займалися такі вчені, як Г. Айзенк, В.А. Ганзен, Е.П. Ільїн, Н.Д. Левітов, В.М. Мясіщев та ін. Наукові дослідження цих учених спрямовані на розуміння психологічних процесів, що відбуваються у підлітковому віці, та їх впливу на поведінку й емоційний стан підлітків. Зокрема, В.А. Ганзен вивчав роль соціального середовища у формуванні психічного стану, Е.П. Ільїн

досліджував аспекти емоційного розвитку, Н.Д. Левітов зосереджував увагу на психологічних механізмах адаптації, а В.М. Мясіщев розглядав вплив психічного стану на розвиток особистості. У їх дослідженнях використовувалися різноманітні методи, такі як емпіричні спостереження, психологічні діагностики й анкетування. Їх внесок у вивчення психічних станів підлітків є важливим для подальшого розвитку науки та розробки ефективних психологічних стратегій підтримки та інтервенцій для цієї важливої категорії населення [3].

Емпіричне дослідження взаємозв'язку психічних станів та соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці базується на комплексному підході до збору й аналізу даних. Зокрема, таке дослідження включає проведення психометричних вимірювань за допомогою спеціальних психологічних методик та опитувань для визначення рівня тривожності, фрустрації, агресії та ригідності серед молодших підлітків. Далі застосовуються методи соціологічного аналізу для вивчення рівня соціальної адаптації, які включають опитування, спостереження та аналіз взаємодій учасників у різних соціальних ситуаціях. Для цього було обрано методику «Самооцінка психічних станів» (А.Г. Айзенк) та методику «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (К. Роджерс та Р. Даймонд). Відповідно до результатів методики «Самооцінка психічних станів» Г.Ю. Айзенка були отримані такі результати (рис. 1):

– за показником тривожності середній рівень стану спостерігався у 52% респондентів, що відповідає віковим змінам підлітків. Низький рівень був виявлений у 17%, високий – у 31%. Що вищим є рівень тривожності підлітків, то складнішим є їхнє сприйняття ситуацій,

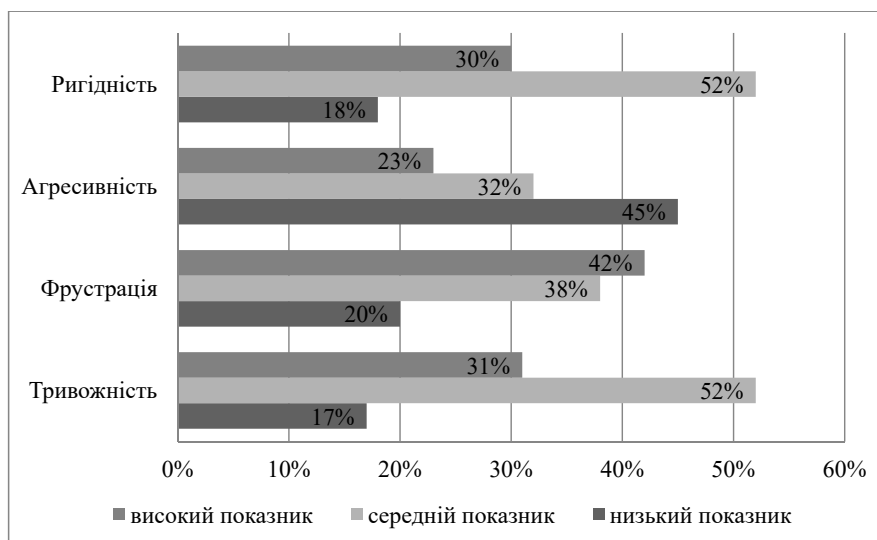


Рис. 1. Результати за методикою «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка

що може впливати на нервову систему дитини перехідного вікового періоду;

– за показником фрустрації більшість опитаних (52%) виявила середній рівень, низький – 31%, а висока фрустрованість була відзначена лише у 17%. Вищий рівень фрустрації може свідчити про страх перед труднощами та невдачами;

– показник агресивності було виявлено лише у 23% респондентів, що може впливати на їхні стосунки з іншими. Більшість опитаних (45%) мала низький рівень агресивності, 32% – середній, що дозволяє їм виявляти витримку, захищати свою позицію, особисті кордони тощо;

– за показником ригідності лише 18% опитаних характеризуються відсутністю ригідності, легкості та гнучкості, 52% мають середній рівень ригідності, а 30% характеризуються сильною ригідністю, стереотипністю поведінки, думок, переконань, які залишаються незмінними навіть тоді, коли вони не відповідають дійсності у цьому віковому періоді.

Відповідно до визначених критеріїв для аналізу психічних станів у молодшому підлітковому віці було застосовано t-критерій Стьюдента на різних рівнях дослідження за кожною шкалою, як показано у таблиці 1. Згідно з гендерним розподілом результатів було виявлено таке:

– за шкалою ригідності загальний показник виявився більш вираженим у хлопців, вказуючи на те, що вони відчувають більшу невпевненість у вирішенні проблем та розглядають труднощі у вигляді альтернативних шляхів вирішення;

– за шкалою агресивності спостерігалася майже однакова динаміка у дівчат та хлопців, що вказує на ситуативний характер емоційних проявів;

– за шкалою фрустрації результат був значно вищим у хлопців, що свідчить про труднощі у досягненні мети та розбіжність між реальністю та очікуваннями у молодшому підлітковому віці;

– за шкалою тривожності емоційний стан виявився приблизно однаковим, що може бути пов'язано з усвідомленою зовнішньою загрозою у молодшому підлітковому віці.

За результатами методики «Діагностика соціально-психологічної адаптації»

(К. Роджерс та Р. Даймонд) було виявлено низькі показники за рівнем адаптивності підлітків у 43,33% респондентів, що свідчить про продовження певних складнощів у їх здатності адаптуватися до різних соціальних ситуацій або нових викликів (рис. 2). Високі показники за шкалою дезадаптивності виявлено у 36,67% респондентів, що свідчить про значну частину цієї групи, яка може мати проблеми з ефективним пристосуванням до різноманітних ситуацій та викликів у їхньому соціальному та особистісному житті.

Високий рівень прийняття себе виявлено у 26,67% респондентів, що свідчить про достатню усвідомленість та високий рівень саморефлексії молодших підлітків у даний момент в житті. При цьому низькі показники за шкалою «неприйняття себе» виявлено у 36,67% респондентів, що означає, що ця частина молодших підлітків має здатність до позитивного сприйняття власної особистості та у них відсутні значні конфлікти або незадоволеність собою.

Емоційний комфорт та емоційний дискомфорт серед молодших підлітків є важливими аспектами їхнього психічного стану. Емоційний комфорт вказує на стан психічного благополуччя, коли підліток відчуває зручність, спокій та задоволення в різних життєвих ситуаціях. Це може включати в себе позитивні емоції, такі як радість, задоволення, а також відсутність стресу чи тривоги. Високі показники виявлено у 63,33% респондентів. Натомість емоційний дискомфорт вказує на стан незручності, напруження чи незадоволення, який може супроводжуватися негативними емоціями, такими як тривога, стрес, сум та роздратованість. Цей стан може виникати внаслідок негативних життєвих подій, конфліктів у взаємодії з оточуючими, низького самопочуття або невпевненості у собі. Високі показники виявлено у 30% респондентів.

Внутрішній контроль та зовнішній контроль є двома типами регуляції поведінки та сприйняття світу у молодших підлітків. Внутрішній контроль – це переконання підлітка у власній здатності впливати на свою життєву ситуацію та події. Респонденти з високим рівнем внутрішнього контролю (40%) вірять, що вони самі здатні досягти успіху через свої зусилля,

Таблиця 1

Достовірність відмінностей між рівнями емоційних станів за методикою «Самооцінка психічних станів» Г.Ю. Айзенка (t-критерій Стьюдента)

Психічний стан	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
Високий рівень	0,41	-0,44	-0,19	-0,16
Критичний рівень	0,17	0,15	-0,01	0,25
Необхідний рівень	0,05	0,48	0,02	0,07

*При рівні значимості $p \leq 0,001$

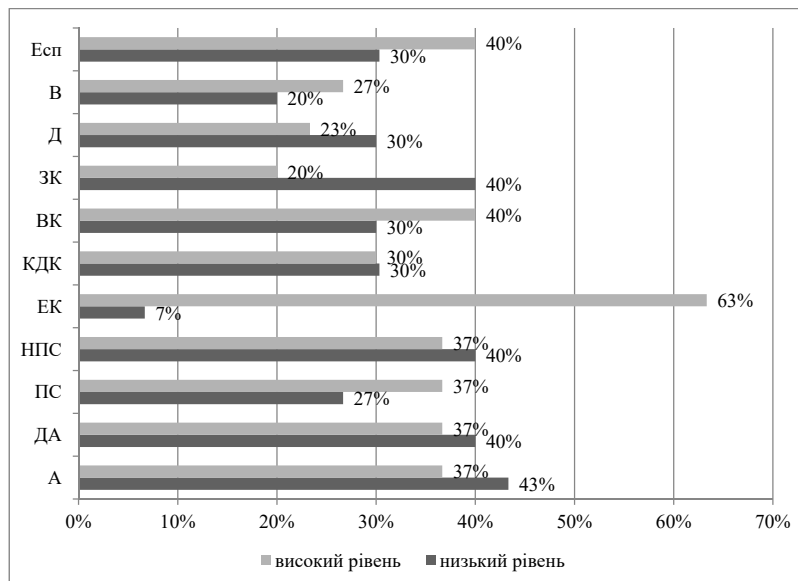


Рис. 2. Результати за методикою «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (К. Роджерс та Р. Даймонд)

навички та ресурси, де внутрішній контроль пов'язаний з відчуттям внутрішньої відповідальності за свої дії та результати. Зовнішній контроль, навпаки, – це переконання підлітка, що зовнішні фактори, такі як умови оточуючого середовища, випадкові обставини чи дії інших людей, визначають його життєві результати. Підлітки з високим рівнем зовнішнього контролю (20%) можуть відчувати себе знесиленними перед зовнішніми впливами та мають тенденцію відводити провину за негативні результати іншим або зовнішнім обставинам (ситуаціям) [1].

Дослідження домінування та відомості серед молодших підлітків допомагають розуміти їхні взаємини в групах ровесників, а також впливати на розвиток їхньої соціальної компетентності та самосвідомості. Вивчення цих аспектів дозволяє виявити та підтримувати позитивні форми соціальної взаємодії. Домінування – це процес, за якого одна особа або група має великий вплив чи контроль над іншими. У молодших підлітків домінування може проявлятися через виявлення авторитету, сили або переконаності у власній правоті. Підлітки, які демонструють домінуючу поведінку (високий рівень – 23,33%), часто беруть на себе лідерську роль у групі та намагаються керувати діяльністю інших. Відомість – це статус, за якого підліток є визнаним або відомим серед своєї групи ровесників. Відомість може бути пов'язана з різними аспектами, такими як успішність у навчанні, спорті, мистецтві, популярність серед однолітків. Відомість може впливати на соціальну позицію та самооцінку особистості в молодшому підлітковому віці (високий рівень виявлено у 26,67% респондентів).

У ході дослідження взаємозв'язку психічних станів та соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці було висунуто декілька гіпотез для перевірки узгодженості та розподілу отриманих даних за критерієм Пірсона за такими парами: «тривожність – фрустрація», «агресивність – ригідність», «прийняття себе – емоційний комфорт» та «домінування – зовнішній контроль». Ми отримали такі результати:

– «тривожність – фрустрація» – $r = -0,17$. Від'ємний показник критерію свідчить про обернену взаємозалежність (зі збільшенням рівня тривожності підлітка показник фрустрації буде зменшуватися, але ця залежність є досить слабо вираженою);

– «агресивність – ригідність» – $r = 0,19$. Отриманий результат свідчить про слабку позитивну залежність між цими двома показниками (зі зростанням рівня агресивності рівень ригідності може також зростати, але ця залежність є досить слабкою, тобто молодші підлітки, які виявляють більшу агресивність, можуть мати більш ригідні погляди та меншу гнучкість у поведінці та власних думках);

– «прийняття себе – емоційний комфорт» – $r = 0,20$. Отриманий результат свідчить про слабку позитивну залежність між цими двома показниками (зі зростанням рівня прийняття себе рівень емоційного комфорту також може зростати, але ця залежність є досить слабкою, тобто молодші підлітки, які мають позитивне ставлення до себе, ймовірно, відчувають більший емоційний комфорт у різних життєвих ситуаціях);

– «домінування – зовнішній контроль» – $r = 0,27$. Отриманий результат свідчить про

слабку позитивну залежність між цими двома показниками (зі зростанням рівня домінування рівень зовнішнього контролю також може зростати, але ця залежність є досить слабкою, тобто молодші підлітки, які проявляють більш виражене домінування у взаємодії з оточуючими, можуть також більше спиратися на зовнішній контроль для регулювання своєї поведінки та діяльності). Проте важливо зазначити, що ця залежність може впливати на інші фактори та не завжди буде спрямована у тому ж напрямку для всіх осіб у визначеній вибірці.

Дослідження виявило зв'язок між психічними станами та соціально-психологічною адаптацією у молодшому підлітковому віці. Зокрема, було встановлено, що зі збільшенням тривожності рівень фрустрації зменшується, а агресивність сприяє ригідності. Також виявлено, що позитивне ставлення до себе сприяє емоційному комфорту, а домінування збільшує зовнішній контроль серед підлітків.

Висновки з проведеного дослідження. У статті було досліджено психологічні особливості прояву психічних станів у молодшому підлітковому віці, а також рівні соціально-психологічної адаптації серед даної вікової групи. Виконано аналіз теоретичних концепцій українських та зарубіжних дослідників, що стосуються психічних станів та соціально-психологічної адаптації молодших підлітків. Проведений діагностичний етап дозволив визначити взаємозв'язок психічних станів та соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці. Результати аналізу вказують на наявність декількох основних стилів прояву психічних станів та їх взаємозв'язок з рівнями соціально-психологічної адапта-

ції. Зокрема, виявлено, що молодші підлітки з високим рівнем соціально-психологічної адаптації частіше мають стабільні психічні стани, проявляють високий рівень самоповаги та здатності до адаптації. З іншого боку, підлітки з низьким рівнем соціально-психологічної адаптації частіше схильні до емоційної нестабільності та мають знижене самопочуття. Результати кореляційного аналізу показали зв'язок між психічними станами та рівнями соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці. Визначений взаємозв'язок є досить слабким, що вказує на необхідність подальших досліджень для більш глибокого розуміння цих взаємозв'язків та їх впливу на підлітковий розвиток. Отже, слід зазначити, що важливі аспекти психічних станів та соціально-психологічної адаптації у молодшому підлітковому віці можуть бути корисними для розвитку програм психосоціальної підтримки та соціально-психологічного супроводу цієї вікової категорії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Alqahtani F., Meier S., Orji R. Personality-based approach for tailoring persuasive mental health applications. *User modeling and user-adapted interaction*. 2021. URL: <https://doi.org/10.1007/s11257-021-09289-5>.
2. Подофей С.О. Емоційний інтелект особистості й особливості його становлення. *Науковий вісник Харківського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. № 1. С. 260–265.
3. Сікора Я.Б. Адаптація як об'єкт наукового дослідження: психолого-педагогічний аналіз. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. Вип. 2(51). С. 135–139.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДИХ ЖІНОК 20 РОКІВ У ЗВ'ЯЗКУ З ЇХНІМИ ЦІННІСНИМИ ОРІЄНТАЦІЯМИ

FEATURES OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF 20 YEARS OLD YOUNG WOMEN IN RELATION TO THEIR VALUE ORIENTATIONS

У статті проаналізовано результати вивчення особливостей психологічного благополуччя молоді в контексті їхніх ціннісних орієнтацій і характеристик гендерного самовизначення. Актуальність зазначеної проблеми зумовлена потребою визначення підстав для внутрішньої рівноваги особистості, її психологічного здоров'я. У науковій літературі феномен психологічного благополуччя трактується як прагнення людини до відчуття щастя, задоволеність собою та життям загалом. Припускаємо, що психологічне благополуччя дівчат залежить від їхніх ціннісних орієнтацій і ставлення до маскуліної моделі поведінки.

У дослідженні взяли участь 38 студенток другого курсу спеціальності «Психологія» Навчально-наукового інституту права, психології та інноваційної освіти Національного університету «Львівська політехніка».

Емпіричне дослідження здійснювалося завдяки таким психодіагностичним методикам: «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф (в адаптації С.В. Карсканової), «Ціннісні орієнтації» Ш. Шварца й опитувальника «Маскуліність, фемінність та гендерний тип особистості» С. Бем (у модифікації О.Г. Лопухової).

З'ясовано, що психологічне благополуччя дівчат здебільшого залежить від їхньої відповідності й наслідування соціальним ідеалам і цінностям, а не від прояву цих цінностей на індивідуальному рівні. Маркерами психологічного благополуччя дівчат на індивідуальному рівні виступили прагнення до отримання задоволеності від життя, незалежне волевиявлення при прийнятті рішень і способів дії, автономність у вчинках та здійснення контролю над ними. Наша гіпотеза щодо того, що психологічне благополуччя дівчат забезпечується проявом маскуліної поведінки повністю не підтверджена: психологічне благополуччя переважно зумовлене саме фемінністю й андрогінністю.

Ключові слова: психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, компоненти психологічного благополуччя, ціннісні орієнтації,

гендерні характеристики, вік молодості.

The article analyzes the results of studying the features of the psychological well-being of young people in the context of their value orientations and characteristics of gender self-determination. The relevance of the stated problem is due to the need to determine the reasons for the internal balance of the individual, his or her psychological health. In the literature, the phenomenon of psychological well-being is associated with a person's desire to feel happiness, self-satisfaction and life in general. We made the assumption that the psychological well-being of girls is related to their value orientations and attitude to a masculine model of behavior.

38 students of the second year of the "Psychology" specialty of the Educational and Scientific Institute of Law, Psychology and Innovative Education of the National University "Lviv Polytechnic" participated in the study.

Empirical research was carried out with the help of psychodiagnostic methods, such as "Scale of psychological well-being" by K. Riff (adapted by S.V. Karskanova), "Value orientations" by Sh. Schwartz and the questionnaire "Masculinity, femininity and gender personality type" by S. Bohm (in the modification of O.G. Lopukhova).

It was found that the psychological well-being of girls was more related to their conformity and imitation of social ideals and values than to the manifestation of these values at the individual level. Markers of girls' psychological well-being at the individual level were the desire to enjoy life and independent expression of will in choosing decisions and methods of action, autonomy in actions and exercising control over them. Our hypothesis that the psychological well-being of girls is ensured by the manifestation of masculine behavior was not fully confirmed: psychological well-being was more closely related to femininity and androgyny.

Key words: psychological well-being, subjective well-being, components of psychological well-being, value orientations, gender characteristics, age of youth.

УДК 159.923.2-055.2-053.81:17.022.1
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.14>

Логвінова Д.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри теоретичної та практичної психології,
Національний університет «Львівська політехніка»

Логвінов О.В.

студент I курсу магістратури
Харківський національний університет радіоелектроніки

Постановка проблеми. Вивчення особливостей позитивного функціонування людини в будь-яких життєвих ситуаціях є важливим аспектом психологічних досліджень і консультативної практики. Актуальність проблеми психологічного благополуччя зумовлена потребою визначення підстав для внутрішньої рівноваги особистості, її психологічного здоров'я. Феномен психологічного благополуччя кваліфікують як прагнення людини до відчуття щастя, задоволення собою та життям загалом. В умовах війни більша частина громадян України переживає емоційне напруження, страх за життя, невизначеність, розгубленість через повітряні тривоги, нестачу сну, фізичні перевантаження,

нерозв'язність життєвих ситуацій, соціальну оцінку тощо. Перераховані маркери сучасного стану країни негативно впливають на життєдіяльність особистості, її психологічне благополуччя. На рівень функціонування особистості також впливає нестабільна на сьогодні політична обстановка в країні, крах цінностей, втрата орієнтирів, душевне виснаження, зневіра у власних силах і можливостях змінити ситуацію на краще. Вивчення особливостей психологічного благополуччя в сучасних умовах життя допоможе проаналізувати настрій, орієнтири сучасної молоді, аби окреслити напрями щодо забезпечення допомоги й підтримки особистості у складних життєвих ситуаціях.

Аналіз теоретичних концепцій. Проблема психологічного благополуччя людини завжди була об'єктом дослідження філософії, психології та соціальних наук. Основою психологічного благополуччя особистості є суб'єктивна емоційна оцінка людиною себе і власного життя, процес самоактуалізації та особистісного зростання. Таке розуміння не можна ототожнювати з поняттями «психічне благополуччя», «психічне здоров'я», «емоційний комфорт» тощо. Бо саме таке усвідомлення поняття «психологічне благополуччя» не пов'язане з ідеєю про наявність чи відсутність будь-яких психічних або соматичних недуг.

«Психічне благополуччя», на відміну від «психологічного благополуччя», відноситься до стану психіки, який охоплює такі аспекти психічного здоров'я людини, як емоційна стійкість, психічна стійкість, здатність адаптуватися до стресу, уміння розв'язувати проблеми тощо. Поняття «психологічне благополуччя» більше фокусується на емоційному та психологічному самопочутті особистості, зумовлене задоволенням від життя, власною особистістю, почуттям життєвої задоволеності, самовизначення тощо. Отже, хоч обидва терміни функціонують на позначення психічного здоров'я, психічне благополуччя охоплює загальний стан психіки, тоді як психологічне благополуччя більше стосується емоційного та психологічного самопочуття людини.

Психологічне здоров'я розглядають як одну з умов оптимального функціонування особистості, як динамічну рівновагу людини з навколишнім довкіллям і соціальним оточенням, що дозволяє їй повноцінно виконувати соціальні функції. На думку Н.М. Бредберн (*N.M. Bradburn*), для опису психологічного благополуччя слушним є використання показників, що відображають стан щастя або нещастя, особисте відчуття загального задоволення чи незадоволення життям. [цит за 1, с. 50]. Переживання людиною свого ставлення до власного життя існує у свідомості, є її суб'єктивною реальністю. Ці переживання являють собою сукупність позитивних і негативних емоцій, вони характеризуються цілісністю та ґрунтуються на узагальненій оцінці власного буття [1, с. 50].

У сучасній психології феномен психологічного благополуччя досліджують Н.М. Бредберн (*N.M. Bradburn*), Е.Л. Деці (*E.L. Deci*), Р.М. Райан (*R.M. Ryan*), К. Ріфф (*C. Ryff*), Е. Дінер (*E. Diener*), М. Аргайл (*M. Argyle*), Корі Л.М. Кіз (*Corey L.M. Keyes*), О.В. Андрієнко, Г.В. Іваннікова, Н.В. Каргіна, О.В. Клепікова, Н.С. Шишко та інші.

Н.М. Бредберн (*N. M. Bradburn*) вважав, що психологічне благополуччя можна порівняти із задоволеністю життям і суб'єктивним відчуттям щастя. Він розглядав психологічне благо-

получчя як співвідношення (баланс) двох видів афекту – позитивного й негативного. Коли позитивний афект домінує над негативним, людина відчувається щасливою й задоволеною, тобто має високий рівень психологічного благополуччя, коли ж людина відчувається нещасною і незадоволеною, вона має низький рівень психологічного благополуччя. У теорії афективного балансу основним показником позитивного функціонування особистості Н. М. Бредберн визначив категорію «щастя», а пізніше його послідовники окреслили два напрями щодо дослідження благополуччя: гедоністичний, який пов'язував психологічне благополуччя з вираженням позитивних емоцій (щастям), і евдемоністичний, що пояснював благополуччя успішним функціонуванням особистості (К. Ріфф, Корі Кіз). Базовим поняттям гедоністичного підходу є «суб'єктивне благополуччя», як когнітивний компонент задоволеністю життям. Елементами евдемоністичного підходу є сенс життя, цілеполягання, особистісна виразність [5].

Враховуючи виявлені на той час відмінності в означених напрямках досліджень, К. Ріфф (*C. Ryff*) розробила модель психологічного благополуччя, яка ґрунтується на двох положеннях. За першим, психологічне благополуччя являє собою безперервне особистісне зростання й повноцінність життя, за другим, евдемоністичне благополуччя є наслідком ефективної саморегуляції психологічних і фізіологічних систем організму. У співавторстві з Б. Сінгер (*B. Singer*) була визначена структура психологічного благополуччя, у якій визначено такі параметри, як самоприйняття, особистісне зростання, цілеспрямованість, уміння успішно функціонувати, автономія [6]. Психологічне благополуччя у своїх роботах дослідниця пояснює наявністю в людини особливих, стійких психологічних характеристик, що дають змогу їй функціонувати значно успішніше, ніж за їх відсутності. Як основні складники психологічного благополуччя людини К. Ріфф (*C. Ryff*) виокремлює такі: позитивні відносини з іншими, прийняття себе (позитивна оцінка себе і свого життя), автономія (здатність слідувати своїм власним переконанням), компетентність (контроль над довкіллям), здатність ефективно управляти власним життям, наявність цілей, які надають життю спрямованість і сенс, особистісне зростання як почуття безперервного розвитку й самореалізації [7].

Отже, психологічне благополуччя описують як конструкт, що відображує актуальні й потенційні аспекти життя особистості. Для актуального психологічного благополуччя першочергової вагомості набувають «особистісний ріст», «позитивні взаємини з оточенням» і «мета в житті». Рівень задоволеності сенсом життя, своїм особистісним розвитком у складні

життєві періоди набуває для людини певного регульованого механізму, зумовлює ефективність її соціального функціонування та впливає на здатність справлятися із зовнішніми та внутрішніми загрозами (уміння переоцінювати негативні враження від набутого досвіду).

Аналіз та інтерпретація емпіричних результатів. Метою нашого дослідження було вивчення особливостей психологічного благополуччя молоді в контексті їхніх ціннісних орієнтацій та аспектів гендерного самовизначення, зокрема гендерних характеристик і сприйняття власної гендерної ідентичності. Ми вважаємо, що гендерні орієнтації можна розглядати як один з аспектів ціннісних орієнтацій, що визначають спосіб сприйняття себе та взаємодії із соціумом і мають вплив на формування психологічного благополуччя; гендерні орієнтації можуть впливати на ціннісні установки й переконання особистості, які так само визначають спосіб сприйняття себе та взаємодії зі світом. Особа, гендерна ідентичність якої не відповідає загальноприйнятим стереотипам, може переживати конфлікт між власною ідентичністю та очікуваннями суспільства, що може впливати на її цінності та самоповагу.

Ми припустили, що на психологічне благополуччя дівчат мають вплив їхні ціннісні орієнтації, зокрема значення, яке вони надають аспектам незалежності, самостійності й соціальної впевненості, а також їхнє ставлення до маскуліної моделі поведінки, вираженої на рівні ідентифікації з такими рисами, як сила, амбіційність та лідерство.

У дослідженні взяли участь 38 студенток другого курсу спеціальності «Психологія» Навчально-наукового інституту права, психології та інноваційної освіти Національного університету «Львівська політехніка».

Емпіричне дослідження здійснювали завдяки психодіагностичним методикам, а саме: «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф (в адаптації С.В. Карсканової), «Ціннісні орієнтації» Ш. Шварца та опитувальника «Маскуліність, фемінність та гендерний тип особистості» С. Бем (у модифікації О.Г. Лопухової).

Аналіз розподілу показників за шкалами методики К. Ріфф засвідчує, що відповіді респонденток дорівнюють показникам низького й середнього рівня. Незначний відсоток високих показників зафіксовано у шкалах «Автономія» (5,3%), «Управління оточенням» (1,8%) та «Цілі в житті» (3,5%) (див. табл. 1).

Отримані середні показники за шкалами методики засвідчили, що для переважної кількості дівчат притаманна наявність довірливих відносин з оточенням, схильність проявляти емпатію та підтримувати важливі зв'язки з іншими (64,9% за шкалою «Позитивні відносини»). Водночас дівчата також зазначали про вміння відстоювати власні переконання, оцінювати себе відповідно до власних стандартів (73,7% за шкалою «Автономія»), демонструючи впевненість і компетентність у справах (78,9% за шкалою «Управління оточенням»), прагнення до особистісного розвитку і здібностей (61,4% за шкалою «Особистісне зростання»), формувати цілі, життєві цінності й переконання (64,9% за шкалою «Цілі у житті»), позитивно ставитися до себе, визнавати власне розмаїття (70,2% за шкалою «Самосприйняття»). Найбільшу кількість показників середнього рівня зафіксували за шкалами «Автономія» та «Управління оточенням». Тобто, більша половина дівчат на нормативному рівні визнавала наявність у собі прагнення до демонстрації незалежної поведінки, упевненості й компетентності у справах, уміння самостійно створювати умови для задоволення особистісних потреб і цілей.

Дуже рідко показники за шкалами методики досягали високого рівня вираження, що загалом відповідає загальним настроям у сучасному суспільстві. Досліджувана молодь не відрізнялася відповідями, що відбивають унікальні особливості даного віку, пов'язані з підвищеною активністю, амбіційністю, успішністю, зухвалістю, пошуком шляхів щодо самовираження та самоствердження.

Отримані низькі показники за шкалами методик свідчать, що серед дівчат є значна кількість таких, у кого виникають проблеми у встановленні близьких стосунків, має вияв

Таблиця 1

Розподіл показників за шкалами методики К. Ріфф «Психологічне благополуччя»

Параметри психологічного благополуччя	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Позитивні відносини	35,1%	64,9%	0%
Автономія	21,1%	73,7%	5,3%
Управління оточенням	19,3%	78,9%	1,8%
Особистісне зростання	38,6%	61,4%	0%
Цілі в житті	31,6%	64,9%	3,5%
Самосприйняття	29,8%	70,2%	0%
Загальний показник психологічного благополуччя	38,6%	61,4%	0%

певна ізолюваність і фрустрованість (35,1% за шкалою «Позитивні відносини»), нездатність чинити опір соціальному тиску (21,1% за шкалою «Автономія»), а також відчуття безсилля в управлінні навколишнім світом, нудьга й незацікавленість життям (38,6% за шкалою «Особистісне зростання»). На нашу думку, значна кількість представлених низьких показників за шкалами «Особистісне зростання», «Позитивні відносини» та «Цілі в житті» є тривожним сигналом для майбутнього суспільства: небажання молоді пізнавати світ, розширювати межі власних можливостей, робити відкриття та будувати перспективні плани в професійній та особистісній сферах – усе це може сигналізувати про певну стагнацію у розвитку соціуму, спричинену депресією, застоєм, відсутністю життєвих перспектив. Вище зазначалося про важливість зазначених параметрів психологічного благополуччя і їх роль у забезпеченні ефективності соціального функціонування людини, її здатність протистояти внутрішнім і зовнішнім викликам, переосмислювати негативний досвід та враження.

Дослідження цінностей молоді ми здійснювали завдяки методиці Ш. Шварца «Ціннісні орієнтації». Під цінностями автор має на увазі «пізнані» потреби, які безпосередньо залежать від культури, оточення, менталітету конкретного соціуму. Методика вможливила вивчення соціальних ідеалів (нормативних ідеалів лише на рівні переконань) для досліджуваної групи, а також дала змогу схарактеризувати їхні індивідуальні пріоритети (цінності на рівні поведінки).

Ш. Шварц виокремлював десять різновидів цінностей, які мають вияв у групах «соціальні цінності» й «індивідуальні пріоритети». Дослідник зауважував, що ціннісні орієнтації особистості не завжди можуть збігатися з показниками індивідуальних пріоритетів внаслідок обмежених можливостей людини, групового тиску, дотримання певних традицій, зразків поведінки й інших причин.

Аналіз рангів нормативних ідеалів й індивідуальних пріоритетів доводить, що дівчата здебільшого надавали перевагу одним і тим самим цінностям в обох списках з незначними відмінностями. Так, у розподілі рангів нормативних ідеалів першу позицію посіла цінність «Гедонізм», другу – «Самостійність», третю – «Безпека». Серед індивідуальних пріоритетів найвищими балами оцінювали ті ж самі цінності, але з іншим наданням пріоритетів: першу позицію посіла «Безпека», другу – «Самостійність» і третю – «Гедонізм». Останні позиції і в першому, і в другому переліку цінностей посіли цінності «Традиції» (10 ранг), «Влада» (8 ранг серед соціальних цінностей та 9 ранг серед індивідуальних пріоритетів). Отже, дівчата досліджуваної групи серед соціаль-

них ідеалів найціннішими визначили насолоду життям («гедонізм»), можливість самостійно робити вибір у прийнятті рішень і незалежності («самостійність») та безпеку для інших і для себе, стабільність у суспільстві та взаємостосунках («безпека»). Можна припустити, що вибір молоддю саме цих цінностей є своєрідним механізмом захисту від негативної та тривожної інформації, ситуації, яка склалася в країні через війну. Вони не хочуть відкладати насолоду від життя на якійсь термін, прагнуть бути щасливими тут і зараз, проявляючи інтеракційні потреби в автономності й незалежності в безпечних умовах для життя.

Відповідно до особливостей поведінки та можливостей, ранги індивідуальних пріоритетів відрізнялися від рангів соціальних цінностей, але незначно. Позитивний коефіцієнт кореляції між двома рядами рангів відповідав рівню статистичної значущості $p \leq 0,009$ ($r=0,772$).

Таблиця 2

Розподіл пріоритетів у списку соціальних та індивідуальних цінностей, отриманих за методикою Ш. Шварца

Види цінностей	Соціальні цінності	Індивідуальні пріоритети
Комфортність	4,5	7
Традиції	10	10
Доброта	4,5	5
Універсалізм	7	4
Самостійність	2	2
Стимуляція	9	6
Гедонізм	1	3
Досягнення	6	8
Влада	8	9
Безпека	3	1

У нашому дослідженні ми припустили, що рівень психологічного благополуччя разом із соціальними й індивідуальними цінностями також зумовлений особливостями гендерного самовизначення респонденток. Спосіб, яким людина відчуває та виражає власну гендерну ідентичність, може так само мати значний вплив на її психологічне благополуччя. Люди, які відчувають внутрішню гармонію між своєю гендерною ідентичністю і тим, як їх бачить суспільство, зазвичай мають краще самопочуття та вищий рівень самоприйняття.

Досліджування гендерних характеристик ми здійснювали завдяки методиці С. Бем «Bem Sex Role Inventory» у модифікації О. Г. Лопухової «Маскулінність, фемінність і гендерний тип особистості». Новаторство модифікації мало вияв у скороченні процедури дослідження. У результаті ревалідизації аналога BSRI кількість пунктів опитувальника було скорочено із 60 до 27, оскільки залишилися

характеристики, які показують високу дискримінативну силу і стійкість до міжкультурних відмінностей. Відповідно до конструкції методики, дев'ять пунктів відповідають за шкалу «маскулінність», дев'ять – за шкалу «фемінність», і дев'ять пунктів – за «загальнолюдські» соціально бажані якості, не типізовані за категорією гендеру.

Зазначимо, що концептуальним підґрунтям оригінальної методики є теорія андрогінії, а основною ідеєю – визначення конструктів «фемінність» і «маскулінність» не як протилежних полюсів одновимірного континууму, а як незалежних конструктів. Відповідно до теорії андрогінії, кожна особистість водночас може володіти як фемінними, так і маскулінними характеристиками. Також передбачається, що ефективність функціонування особистості в будь-якій галузі діяльності залежить від здатності виявляти як фемінні, так і маскулінні якості відповідно до конкретних ситуацій, а не обмежувати свою поведінку згідно зі статевою приналежністю. Опитувальник BSRI був призначений для визначення «гендерної типізованості» чи «гендерної нетипізованості» особистості. На думку С. Бем, «гендерна особистість» являє собою когнітивний конструкт, що є результатом інтеріоризації гендерних категорій культури, результатом «вростання в культуру», як засвоєну готовність бачити реальність, поділену на поляризовані статеві та гендерні категорії [4].

Гендерну нетипізованість С. Бем досліджувала в контексті незалежності індивідуальної свідомості від гендерних категорій, як культурного конструкту в розумінні (та сприйнятті) світу та себе. Саме під гендерною нетипізованістю С. Бем розуміла андрогінію особистості. Пізніше було виокремлено різновид «гендерної недиференційованості» [там же], який можна вважати виявом гендерно нетипізова-

ної особистості, але порівняно з андрогінністю – з негативним знаком.

За результатами методики й відповідно до авторської схеми визначення гендерного типу особистості (див. табл. 3) було виявлено, що серед дівчат 13,16% (n=5) відносилися до фемінного типу, 5,23% (n=2) – до маскулінного типу і 81,58% (n=31) – до андрогінного типу.

Розподіл показників гендерних характеристик у досліджуваній вибірці загалом відповідав даним, представленим у науковій літературі: дівчата вище оцінювали прояви саме фемінності порівняно з маскулінними рисами (10,08±5,4 проти 7,00±6,10) на тлі чітко вираженої тенденції до прояву андрогінних характеристик у самооцінці. Нижче наведені результати розподілу відсоткових показників за кожною гендерною характеристикою, де наявна більша кількість фемінних показників високого рівня.

Науковці зазначають, що в середньому жінки оцінюють себе вище за всіма наведеними характеристиками порівняно із чоловіками. Є багато підтверджень того, що жінки в середньому оцінюють себе вище за шкалою маскулінності, ніж чоловіки – за шкалою фемінності. Загальною тенденцією є також широка представленість андрогінного типу, який трапляється більш ніж у 70% випадків. Зазвичай гендерна типізованість не перевищує 20% зафіксованої, причому маскулінний тип частіше має вияв серед чоловіків, а фемінний – серед жінок. Ці тенденції свідчать про низький рівень поляризації гендерних уявлень у переважній кількості людей, що відповідає сучасним умовам в егалітарному суспільстві.

Встановлення зв'язків психологічного благополуччя дівчат з їхніми ціннісними орієнтаціями й особливостями гендерного самовизначення здійснювали завдяки критерію r-Пірсона. У таблиці 4 представлені значні

Таблиця 3

Визначення гендерного типу особистості

Результат за шкалою фемінність	Результат за шкалою маскулінність	Гендерний тип особистості
нижче нуля	вище нуля	маскулінний
вище нуля	нижче нуля	фемінний
вище нуля	вище нуля	андрогінний
нижче нуля	нижче нуля	недиференційований

Таблиця 4

Розподіл показників гендерних характеристик у вибірці дівчат (за методикою С. Бем-О. Лопуховою)

Гендерні характеристики	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Маскулінність	13,2%	73,7%	13,2%
Фемінність	13,2%	68,4%	18,4%
Загальнолюдські	10,5%	89,5%	0

Таблиця 5

Взаємозв'язок показників психологічного благополуччя і ціннісних орієнтацій у дівчат

Параметри психологічного благополуччя	Соціальні цінності										Індивідуальні пріоритети	
	1	3	4	5	6	7	8	9	10	5	7	
Позитивні відносини	0,20	0,30	0,42**	0,48**	0,18	0,43**	0,38*	0,20	0,34*	0,52***	0,39*	
Автономія	0,33*	0,38*	0,34*	0,39*	0,39*	0,23	0,53***	0,22	0,41**	0,33*	0,49**	
Управління середовищем	0,40*	0,46**	0,38*	0,52***	0,30	0,16	0,46**	0,23	0,38	0,63***	0,34*	
Особистісне зростання	0,07	0,40*	0,22	0,35*	0,03	0,37*	0,21	0,00	0,40*	0,41**	0,46**	
Цілу життя	0,53***	0,45**	0,41**	0,56***	0,30	0,18	0,43**	0,28	0,45**	0,38*	0,16	
Самоприйняття	0,28	0,09	0,40*	0,46**	0,41**	0,13	0,48**	0,62***	0,36*	0,38*	0,19	
Загальний показник психологічного благополуччя	0,44**	0,49**	0,51***	0,66***	0,38*	0,35*	0,58***	0,38*	0,55***	0,61***	0,45**	

Примітка: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,05$; *** – $p \leq 0,05$.

- Види цінностей:
- 1. Комфортність
 - 3. Доброта
 - 4. Універсалізм
 - 5. Самостійність
 - 6. Стимуляція
 - 7. Гедонізм
 - 8. Досягнення
 - 9. Влада
 - 10. Безпека

кореляції між компонентами психологічного благополуччя й показниками соціальних цінностей та індивідуальних пріоритетів. З'ясовано, що характеристики психологічного благополуччя дівчат переважно корелювали з показниками соціальних цінностей, ніж з показниками індивідуальних пріоритетів. Іншими словами, суб'єктивна оцінка дівчатами себе, власного життя, аспектів позитивного особистісного функціонування більшою мірою обумовлювалася прагненням відповідати соціальним очікуванням (зв'язок зі шкалою «Комфортність» $r=0,44$), забезпечувати позитивну взаємодію з близькими (зв'язок зі шкалою «Доброта» $r=0,49$), виявляти розуміння і захист благополуччя всіх людей та природи (зв'язок зі шкалою «Універсалізм» $r=0,51$), можливість задовольняти потреби в автономності й незалежності (зв'язок зі шкалою «Самостійність» $r=0,66$), потреби у переживанні різноманітних і глибоких вражень для підтримки оптимального рівня активності (зв'язок зі шкалою «Стимуляція» $r=0,38$), отримувати задоволення і насолоду від життя (зв'язок зі шкалою «Гедонізм» $r=0,35$), досягати успіхів через особистісну й професійну компетентність (зв'язок зі шкалою «Досягнення» $r=0,58$), набувати соціального статусу, престижу, поваги (зв'язок зі шкалою «Влада» $r=0,38$), мати безпеку, гармонію, стабільність у суспільстві та взаєминах (зв'язок зі шкалою «Безпека» $r=0,55$).

Отже, для досліджуваних нашої вибірки психологічне благополуччя обумовлюється перш за все переконаннями та вірою в силу й дієвість соціальних норм, а також обмежені поведінковими й індивідуальними можливостями їх реалізації, імовірно, через сьогоденну ситуацію в країні чи інформаційний вплив.

Зв'язок індивідуальних пріоритетів з психологічним благополуччям проявив себе через цінності «самостійність» та «гедонізм». Отже, прагнення до отримання насолоди чи чуттєвого задоволення від життя

(зв'язок зі шкалою «Гедонізм» $r=0,45$) та самостійності у виборі способів дії (зв'язок зі шкалою «Самостійність» $r=0,61$) є маркерами психологічного благополуччя на індивідуальному рівні. Іншими словами, у досліджуваних сформована певна система цінностей, але реалізують вони її лише через цінності «задоволення життям» та «незалежне волевиявлення» у виборі рішень і способів дії, автономність у вчинках та здійснення контролю над ними.

Кореляції психологічного благополуччя з гендерними характеристиками загалом не засвідчили підтвердження сформованої гіпотези про те, що суб'єктивне благополуччя переважно обумовлено показниками маскулінної поведінки. Було виявлено, що показники загального психологічного благополуччя дівчат на статистично значущому рівні корелювали з фемінністю та андрогінністю (відповідно $r=0,34$; $p \leq 0,05$ і $r=0,44$; $p \leq 0,01$). Маскулінні риси на статистично значущому рівні пов'язувалися лише з окремим показником психологічного благополуччя – з «позитивними відносинами» ($r=0,35$; $p \leq 0,05$) та автономністю ($r=0,34$; $p \leq 0,05$). У науковій літературі описано результати перевірки гіпотез щодо визначення домінантних паттернів статеворольової поведінки в досягненні особистісного успіху. Поширення одержав факт про більшу успішність людей, зорієнтованих на модель маскулінної поведінки незалежно від статі. Особистісна успішність, на нашу думку, має відношення до психологічного благополуччя, тому ми спробували перевірити такі висновки. Проте результати нашого дослідження засвідчили більшу кількість зв'язків психологічного благополуччя з показниками фемінності й андрогінії.

Висновки та перспективи подальшої роботи. Здійснене дослідження дозволило проаналізувати ціннісні орієнтації, що обумовлюють психологічне благополуччя сучасної молоді. Теоретичний аналіз засвідчив,

Таблиця 6

Взаємозв'язок показників психологічного благополуччя з гендерними характеристиками дівчат

Параметри психологічного благополуччя	Гендерні характеристики		
	маскулінність	фемінність	андрогінність
Позитивні відносини	0,35*	0,32*	0,23
Автономія	0,34*	0,14	0,44**
Управління оточенням	0,09	0,35	0,46**
Особистісне зростання	-0,10	0,22	0,41**
Цілі у житті	0,13	0,36*	0,31
Самоприйняття	0,41	0,04	0,11
Загальний показник психологічного благополуччя	0,29	0,34*	0,44**

Примітка: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

що психологічне благополуччя особистості – це складне функціонально-динамічне утворення, одним із рівнів якого є система ідеалів та ціннісних орієнтацій, що забезпечують цілісне переживання щастя, осмисленість буття, узгодженості всіх рівнів екзистенціальних потреб.

Нами було виявлено, що психологічне благополуччя дівчат насамперед більше залежить від відповідності й наслідування соціальних ідеалів і цінностей, ніж від прояву цих цінностей на індивідуальному рівні. Нашу гіпотезу щодо того, що психологічне благополуччя дівчат забезпечується проявом маскулінної поведінки не знайшла свого повного підтвердження: психологічне благополуччя більшою мірою пов'язувалося саме з фемінністю та андрогінністю.

Вивчення проблеми психологічного благополуччя є актуальним і перспективним напрямком дослідження. У подальшому планується зв'язати вивчення особливостей прояву психологічного благополуччя зі статевими та віковими характеристиками.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 2015. № 3. С. 50.
2. Каргіна Н.В. Чинники психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 2018. № 1. С. 83–87. URL: <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2018-1-doc/2018-1-st12>
3. Колотій Н. М. Психологічне здоров'я підлітків та його оцінка в умовах загальноосвітнього закладу: дис.... канд. псих. наук: 19.00.07. Харк. нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна. Харків, 2003.
4. Bem S. L. *The Lenses of Gender Transforming the Debate on Sexual Inequality*. Yale University Press, 1993, p. 178.
5. King L.A., Napa C.K. What makes a life good? *Journal of Personality*. 1998. Vol. 75. P. 156–165.
6. Singer B., Ryff C. Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. URL: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-94-007-5702-8#about-this-book>
7. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995. 69(4), 719–727. URL: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ СПРЯМОВАНОСТІ

EMOTIONAL INTELLIGENCE OF HIGHER EDUCATION STUDENTS WITH DIFFERENT TYPES OF ORIENTATION

У статті надано теоретичне обґрунтування та результати емпіричного дослідження особливостей зв'язку між структурними складниками емоційного інтелекту та домінуючими типами спрямованості особистості здобувачів вищої освіти. Теоретичною засадою дослідження стало положення про змішану модель емоційного інтелекту, що об'єднує когнітивні здібності та особистісні властивості й виявляється у репрезентації власних емоційних переживань, розумінні відносин із іншими, сформованості механізму регуляції емоційних станів для організації поведінки та діяльності. Спрямованість характеризує вибіркові зв'язки людини із соціальним світом, визначає її домінуючі мотиви та сферу вияву її особистісного потенціалу.

У дослідженні було використано методичку емоційного інтелекту Н. Холла та орієнтовну анкету Б. Басса. До вибірки увійшов 101 студент віком від 18 до 23 років, з них – 31 хлопець та 70 дівчат. Для порівняння рівня досліджуваних ознак трьох та більше вибірок сукупностей було впроваджено *H*-критерій Краскала-Уолліса. За результатами проведеного дослідження було встановлено, що за схожих загальних показників розвитку емоційного інтелекту існують статистично значущі відмінності у показниках рівня розвитку структурних складників емоційного інтелекту у студентів з різним типом спрямованості особистості. Іншими словами, тип спрямованості особистості студента має зв'язок із особливостями психологічного профілю емоційного інтелекту.

Ключові слова: емоційний інтелект, спрямованість особистості, тип спрямованості, здобувачі вищої освіти, модель емоційного інтелекту.

The article provides a theoretical justification and the results of an empirical study of the features of the connection between the structural components of emotional intelligence and the dominant types of personality orientation of students of higher education.

The theoretical basis of the research was the proposition about a mixed model of emotional intelligence, which combines cognitive abilities and personal attributes that are manifested in the representation of one's own emotional experiences, understanding of relationships with others, the formation of a mechanism for regulating emotional states for the organization of behavior and activity. Orientation characterizes a person's selective connections with the social world, determines his dominant motives and the sphere of manifestation of his personal potential.

The research used the emotional intelligence method of N. Hall and the indicative questionnaire of B. Bass. The sample included 101 students aged 18 to 23. Of them, 31 are boys and 70 are girls. The Kruskal-Wallis *H* test was used to compare the level of the investigated characteristics of three or more sample populations.

According to the results of the research, it was established that with similar general indicators of the development of emotional intelligence, there are statistically significant differences in the indicators of the level of development of the structural components of emotional intelligence in students with different types of personality orientation. In other words, the type of orientation of the student's personality is related to the features of the psychological profile of emotional intelligence.

Key words: emotional intelligence, personality orientation, type of orientation, students of higher education, model of emotional intelligence.

УДК 159.923:2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.15>

2024.59.15

Мирошник О.Г.

к. психол. н.,

доцент кафедри психології

Полтавський національний педагогічний

університет імені В.Г. Короленка

Постановка проблеми. Орієнтація на розвиток особистості фахівців у системі професійної підготовки у закладах вищої освіти є актуальним завданням психології та педагогіки вищої школи. Сила нації будується на людських ресурсах. Саме тому особливо важливим є питання формування необхідних психологічних компетенцій майбутніх фахівців під час навчання у вищому навчальному закладі. Розробники освітніх програм підготовки бакалавра та магістра до переліку *soft skills* включають навички розуміння власних емоцій, емоцій іншої людини та вміння управляти своїми емоційними станами у складних ситуаціях соціально-психологічної взаємодії. Контроль та регуляція власних емоцій є необхідними для соціалізації, психологічного здоров'я, ефективного лідерства та командної роботи майбутнього фахівця. Емоційний інтелект багатьма науковцями розглядається як здатність

людини розпізнавати свої емоції та емоції інших, приймати оптимальні рішення, організовувати конструктивну взаємодію. Встановлено, що розвиток емоційного інтелекту залежить від природних і соціальних чинників та має відмінності у межах вікової норми. Серед чинників, пов'язаних з особливостями емоційного інтелекту, є мотиваційні орієнтації особистості.

Аналіз публікацій. Результати роботи з джерельною базою зазначеної проблеми засвідчують відсутність єдиного підходу до розуміння цього явища. Це стосується як змісту моделі емоційного інтелекту (Дж. Мейєр, П. Селовей, Д. Карузо, К. Петридіс, Е. Фернхем, Д. Гоулман та Р. Бар-Он), так і ролі соціальних та спадкових чинників у його розвитку (Д. Гуастелло, С. Гуастелло, Т. Березовська).

Проблема емоційного інтелекту розглядається у зв'язку з низкою проблем, зокрема

психологічного благополуччя та успішності життєдіяльності (Н.Ю. Діомідова, З.Р. Шайхлісламов, Т.М. Лазоренко [3], Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига [9]), професійної компетентності (В.В. Зарицька [4], Л.М. Комарницька [5]), розвитку механізмів саморегуляції (І. Корнієнко, М. Александрович, Б. Барчі [6], О.Г. Мирошник [8]), стресозахисної функції та функції досягнення життєвого успіху (М.А. Кузнецов [7], Н.В. Коврига, Е.Л. Носенко [9], Т.В. Циганчук [12]).

Особливої актуальності набувають питання розвитку емоційного інтелекту в системі закладів вищої освіти. Дослідження емоційного інтелекту, які проводяться щодо життєвих аспектів студентів, показали його зв'язок із навчальною мотивацією [14], здатністю до саморефлексії [8], рефлексивного мислення, розвитком усної та письмової мови, самоефективністю [13; 15; 19], особливостями психоемоційних станів [10]. За результатами досліджень [12] встановлено, що усвідомлена саморегуляція і ставлення до навчання є взаємопов'язаними характеристиками навчальної активності, що виступають значимими факторами успішності навчання. Цей зв'язок проявляється у тому, що суб'єкт навчальної діяльності здатний організовувати навчальну активність, регулювати свій психоемоційний стан, мотивувати себе на навчання і досягнення навчальних цілей. Функціонування особистісних факторів навчальної успішності студентів (самоорганізаційного, емоційно-регуляційного та мотиваційного) пов'язане з ціннісно-сисловою сферою особистості.

Мета роботи – дослідити особливості зв'язку між спрямованістю здобувачів вищої освіти та структурою їхнього емоційного інтелекту.

Виклад результатів дослідження. Розуміння психологічної природи емоційного інтелекту дослідники реалізують через побудову його моделі. Існує три напрями у визначенні феноменології емоційного інтелекту: 1) модель здібностей (Дж. Мейєр, П. Селовей, Д. Карузо); 2) модель особистісних рис, пов'язаних з емоціями (К. Петридіс, Е. Фернхем); 3) змішана модель (Д. Гоулман та Р. Бар-Он) [1; 9; 10].

Дж. Мейєр, П. Селовей, Д. Карузо розглядали емоційний інтелект як багатовимірне утворення, що включає здатність до сприйняття або відчуження емоцій (як своїх, так і іншої людини), здатність до спрямування своїх емоцій на допомогу розуму, здатність до розуміння того, що виражає та чи інша емоція, здатність до керування емоціями [18].

Модель емоційного інтелекту, або емоційної самоефективності, за К. Петридісом та Е. Фернхемом, включає адаптивність, асертивність, розуміння власних емоцій та емоцій

інших, емоційну експресію, управління емоціями інших, здатність контролювати власні емоції, поміркованість та здатність не піддаватися раповим власним спонуканням, здатність мати міцні взаємостосунки, успішність та самовпевненість, самомотивацію, соціальну поінформованість, управління стресом, емпатію, щастя, оптимізм [9].

У змішаній моделі дослідники (Д. Гоулман, Р. Бар-Он, Н. Холл) розглядають емоційний інтелект як складне психологічне утворення, яке має і когнітивну, і особистісну природу та забезпечує адаптацію до реального життя. Наприклад, Д. Гоулман відносить до складу емоційного інтелекту самосвідомість, самоконтроль, соціальне розуміння та управління взаєминами [17]. На думку Р. Бар-Она, модель включає усвідомлення своїх емоцій, навички міжособистісного спілкування, адаптаційні здібності, управління стресовими ситуаціями, домінування позитивного настрою [14]. Н. Холл визначає емоційний інтелект як спроможність розуміти відмінності між позитивними та негативними емоціями і навіть між різними позитивними емоціями, що допомагає налагоджувати конструктивний діалог і взаємини з іншими людьми [7].

Програма дослідження особливостей емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти з різним типом спрямованості розроблялась на основі теоретичних положень змішаної моделі емоційного інтелекту та традиційної типології спрямованості. Вона включала такі завдання: формування вибіркової сукупності, яка має ознаки репрезентативної; здійснення діагностики складників емоційного інтелекту у вибірковій сукупності та домінантних типів спрямованості здобувачів; порівняльний аналіз особливостей зв'язку між складовими емоційного інтелекту та типами спрямованості.

Для реалізації діагностичних завдань було використано методику емоційного інтелекту Н. Холла та орієнтовну анкету Б. Басса.

Методика Н. Холла розроблена на основі змішаної моделі емоційного інтелекту. До складу емоційного інтелекту він відносив емоційну обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивацію, емпатію, здатність до розпізнавання емоцій інших людей. За допомогою методики Б. Басса визначалися домінантні типи спрямованості особистості студентів. Спрямованість характеризує вибіркові зв'язки людини із соціальним світом, визначає її домінантні мотиви та сферу вияву її особистісного потенціалу. Методика виявляє орієнтацію особистості на себе, на взаємодію та на діяльність. Для статистичної обробки даних застосовано процедуру аналізу частотного розподілу, Н-критерій Краскела-Уолліса.

Дослідження проводилося на базі ПНПУ імені В.Г. Короленка. До вибірки увійшов

101 студент віком від 18 до 23 років, з них – 31 хлопець та 70 дівчат.

Діагностика здобувачів за типом спрямованості показала, що у вибірковій сукупності 33,7% студентів мали спрямованість на себе, 32,6% – на взаємодію, 33,7% – на діяльність.

Спрямованість на себе формується за допомогою переважання мотивів власного благополуччя, прагнення до особистісної першості, престижу, лідерства. Дуже часто значущою для таких студентів є інтелектуальна діяльність, прагнення до пізнання світу ідей та власних переживань. Вони приділяють значну увагу власному іміджу, прагнуть отримати схвальні оцінки викладачів, бути першими та не схожими на інших. Особистісна спрямованість студента визначає його орієнтацію на задоволення власних бажань без урахування потреб студентського колективу. У таких студентів виявляється схильність до суперництва, тривожності, дратівливості [11, с. 636].

Студенти зі спрямованістю на взаємодію схильні до компромісів заради збереження позитивного психологічного клімату у групі, виявляють готовність до командної роботи, мають потребу в афіліативних переживаннях.

Найбільш значущою для цих студентів є сфера людських взаємовідносин, вони зорієнтовані на соціальне схвалення [11, с. 634].

Студенти зі спрямованістю на діяльність прагнуть отримувати нові знання та навички, здобувати нові компетенції. Часто вони беруть

участь у програмах з неформальної освіти, із задоволенням розповідають про отриманий досвід, надають допомогу у навчанні іншим студентам. У них розвинена воляова регуляція, вони добре планують та контролюють свою роботу. Студенти зі спрямованістю на діяльність намагаються ефективно виконувати покладені на них обов'язки, вирішувати навчальні завдання до кінця.

У сформованих за критерієм доміантного типу спрямованості групах була проведена діагностика рівня розвитку структурних складників емоційного інтелекту за методикою Н. Холла.

Узагальнені результати порівняльного аналізу первинних даних цього етапу дослідження надано у таблиці 1.

Аналіз складників емоційного інтелекту молоді з доміантним типом спрямованості на себе показав, що ці студенти мають вищі показники за шкалами управління власними емоціями та емоційної обізнаності, але невисокі значення за шкалою здатності до розпізнавання емоцій інших та емпатії. Студенти зі спрямованістю на себе більш гнучкі, краще контролюють свої емоції у непередбачуваних ситуаціях, більш стійкі до стресу, мають позитивне ставлення до себе. Вони мають здатність використовувати власні переживання як мотиви власної поведінки. Водночас таким студентам важче підібрати необхідні слова для підтримки співрозмовника, уявляти себе на місці іншої людини.

Таблиця 1

Розподіл показників структурних складників емоційного інтелекту у здобувачів із різним типом спрямованості

Тип спрямованості	Складник емоційного інтелекту	Частка респондентів із відповідним рівнем розвитку складника емоційного інтелекту		
		високим	середнім	низьким
на себе	емоційна обізнаність	10%	19%	6%
	управління своїми емоціями	1%	23%	10%
	самомотивація	4%	20%	10%
	емпатія	1%	20%	13%
	розпізнавання емоцій інших людей	1%	17%	15%
	інтегративний показник	0%	22%	11%
на взаємодію	емоційна обізнаність	11%	16%	5%
	управління своїми емоціями	1%	6%	25%
	самомотивація	5%	8%	20%
	емпатія	13%	16%	3%
	розпізнавання емоцій інших людей	1%	28%	4%
	інтегративний показник	0%	19%	14%
на діяльність	емоційна обізнаність	4%	23%	7%
	управління своїми емоціями	0%	11%	23%
	самомотивація	7%	25%	1%
	Емпатія	0%	19%	15%
	розпізнавання емоцій інших людей	0%	25%	9%
	інтегративний показник	0%	20%	14%

Таблиця 2

Статистичні показники відмінностей емоційного інтелекту у респондентів із різним типом спрямованості

Складники емоційного інтелекту	χ^2	Асимптотичне значення
інтегральний показник	42,070	0,06
емоційна обізнаність	17,122	0,001
здатність до управління емоціями	19,103	0,000
здатність до самомотивації	27,086	0,000
здатність до емпатії	26,056	0,000
розуміння емоцій	25,543	0,001

У здобувачів вищої освіти зі спрямованістю на взаємодію виявлені вищі показники за шкалами «емоційна обізнаність», «емпатія», «здатність до розпізнавання емоцій інших», але невисокі показники за шкалами «самомотивація» та «управління власними емоціями». Тобто ці студенти краще усвідомлюють роль почуттів та емоцій у своєму житті, у них розвинена емоційна чутливість, вони краще усвідомлюють та розуміють емоції інших, виявляють співчуття та співпереживання до станів співрозмовника, готові надати йому психологічну підтримку, зрозуміти його позицію, уявити світ очима іншої людини. Водночас встановлено, що такі студенти не часто використовують власні емоції для досягнення поставлених цілей у діяльності та мають нерозвинені навички самоконтролю емоційних станів.

У студентів зі спрямованістю на діяльність виявлені вищі показники за шкалами самомотивації та емоційної обізнаності. Натомість вони мають складнощі із управлінням власними емоційними станами. Ці студенти частіше використовують свої емоції для досягнення поставленої мети, мають високий рівень розвитку самоконтролю, можуть викликати та підтримувати емоції, що спонукають їх до діяльності у ситуації, яка цього вимагає. Водночас встановлено, що респонденти цієї групи мають незначну потребу в пізнанні себе та оточуючих, не приділяють достатньої уваги власним почуттям у діяльності та в спілкуванні. Отже, студентська молодь зі спрямованістю на діяльність більше приділяє уваги контролю за власними діями, ніж за власними переживаннями.

Виходячи із традиційного поділу емоційного інтелекту на міжособистісний (здатність до розуміння емоцій інших і управління ними) та внутрішньоособистісний (розуміння власних емоцій і керування ними), можна сказати, що студенти зі спрямованістю на себе мають краще розвинений внутрішньоособистісний емоційний інтелект. Натомість у студентів зі спрямованістю на взаємодію та діяльність краще розвинений міжособистісний емоційний інтелект.

Встановлені тенденції щодо зв'язку між складниками емоційного інтелекту та домінантними типами спрямованості особисто-

сті студентів були перевірені за допомогою процедури статистичного аналізу. Для порівняння рівня досліджуваної ознаки трьох та більше вибірових сукупностей був використаний Н-критерій Краскела-Уолліса. Розрахунки виконано за допомогою пакету IBM SPSS Statistics 20. Результати аналізу статистичної відмінності показників емоційного інтелекту за ознаками домінантного типу спрямованості надано у таблиці 2.

Асимптотичне значення показників χ^2 було менше, ніж 0,05, для складників емоційного інтелекту. Отже, статистичні відмінності встановлено для усіх складників емоційного інтелекту для респондентів зі спрямованістю на себе, на взаємодію та на справу. Водночас значення інтегративного показника емоційного інтелекту для груп з різною спрямованістю майже не відрізняються.

Висновки. Емоційний інтелект студентів як здатність розуміти, розпізнавати власні емоції та емоційні стани іншого, керувати власними емоціями та використовувати їх для організації власної діяльності та поведінки мають зв'язок із провідними мотиваційними утвореннями особистості, що складають основу спрямованості.

За результатами проведеного дослідження було встановлено, що при схожих загальних показниках розвитку емоційного інтелекту існують статистично значущі відмінності за показниками рівня розвитку структурних складників емоційного інтелекту у студентів з різним типом спрямованості особистості. Іншими словами, тип спрямованості особистості студента пов'язаний із особливостями психологічного профілю емоційного інтелекту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Басюк Н.А. Емоційний інтелект: становлення та розвиток поняття в зарубіжних дослідженнях. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Серія «Педагогічні науки»*. 2022. № 3 (110). С. 253–266.
2. Діомідова Н.Ю. Психологічні особливості емоційного інтелекту суб'єкта навчальної діяльності у вищій школі. *Вісник Харківського національного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2015. № 51. С. 61–72.

3. Діомідова Н.Ю., Шайхлісламов З.Р., Лазоренко Т.М. Емоційний інтелект як фактор психологічного благополуччя майбутніх психологів. *Вісник Харківського національного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2020. № 62. С. 108–122.
4. Зарицька В.В. Необхідність розвитку емоційного інтелекту особистості в процесі її підготовки до професійної діяльності. *Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія»*. 2010. Т. 15. № 16. С. 13–24.
5. Комарницька Л.М. Емоційний інтелект як важливий фактор в успішній підготовці психолога. *Інклюзія і суспільство*. 2023. № 1. С. 108–114.
6. Корнієнко І., Александрович М., Барчі Б. Емоційний інтелект у структурі регуляції особистості. *Psychology Travels*. 2023. № 3. С. 146–153.
7. Кузнєцов М.А., Діомідова Н.Ю. Емоційний інтелект як чинник психоемоційних станів студентів в умовах іспиту. Харків : Діса плюс, 2017. 189 с.
8. Мирошник О.Г. Рефлексивні процеси та емоційний інтелект у ранньому юнацькому віці. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 143–147.
9. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
10. Темрук О.В., Колісник Л.О. Проблема емоційного інтелекту на сучасному етапі розвитку психологічної думки. *Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Григорія Сковороди»*. 2014. № 33. С. 207–214.
11. Толков О.С. Психологічні особливості спрямованості особистості студентів. *Проблеми сучасної психології*. 2014. № 23. С. 630–639.
12. Циганчук Т.В. Емоційний інтелект у структурі стресостійкості студентів. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія «Психологічні науки»*. 2017. № 2 (18). С. 200–204.
13. Afshar H.S., Rahimi M. Reflective thinking, emotional intelligence, and speaking ability of EFL learners: is there a relation? *Thinking Skills and Creativity*. 2015. № 19 (3). P. 97–111.
14. Bar-On R., Parker J.D.A. Emotional and social intelligence: insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence*. San Francisco : JosseyHass, 2000. P. 363–388.
15. Chang Y.C. Interpersonal relationship, self-efficacy and learning motivation of the high school students in guangzhou. *Multicultural Education*. 2021. № 7. P. 97–107.
16. Dubey R. Emotional intelligence and academic motivational among adolescents: a relationship study. *International Journal of Multidisciplinary Research*. 2012. Vol. 2. № 3. P. 142–147.
17. Goleman D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 2005. 352. URL: <https://asantelim.files.wordpress.com/2018/05/daniel-goleman-emotional-intelligence.pdf> (дата звернення: 27.03.2024 р.).
18. Mayer J.D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. 1993. Vol. 17. № 4. P. 433–442.
19. Chang Y.C., Tsai Y.T. The Effect of University Students' Emotional Intelligence, Learning Motivation and Self-Efficacy on Their Academic Achievement-Online English Courses. *Front Psychol*. 2022. Feb 16;13:818929. Doi: 10.3389/fpsyg.2022.818929. PMID: 35250754; PMCID: PMC8888520.

МІЖСОБИСТІСНА ДОВІРА ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО АНАЛІЗУ INTERPERSONAL TRUST AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL ANALYSIS

Стаття присвячена теоретичному аналізу проблеми міжособистісної довіри в психологічній науці. Розкрито історичний аспект дослідження феномену довіри в психології. Представлено такі основні напрями дослідження довіри в психології, як: довіра до світу, що відображає особистісну установку людини до сприйняття зовнішнього світу; довіра до інших людей (міжособистісна довіра), що відображає внутрішню установку особистості до сприйняття та відносин з іншими людьми; довіра до себе, що відображає внутрішнє переконання та впевненість особистості у власних здібностях, цінності та здатності до досягнення мети. Здійснено аналіз досліджень міжособистісної довіри в межах окремих психологічних напрямів – психоаналізу, гештальт-підходу, гуманістичного напряму психології, транзактного аналізу. Представлено аналіз праць українських науковців, у яких досліджено міжособистісну довіру. У працях вітчизняних вчених основний акцент робиться на соціальному походженні означеного феномену: довіра формується внаслідок конкретних взаємин між людьми у результаті формування моральної свідомості; довіра до інших розглядається як вираз довіри до світу і може бути розглянута як внутрішньоособистісний феномен. У міжнародному науковому контексті довіра характеризується як специфічний тип ставлення особистості до різних явищ оточуючої дійсності, який формується на основі позитивних емоційних оцінок та інтересу до них; як морально-практичне ставлення особи до свого співрозмовника, засноване на переконанні в його порядності, чесності та щирості. Вона передбачає взаємні очікування позитивних результатів взаємодії. Довіра може ґрунтуватися на особистій відданості або емоційному зв'язку, а також на спільних інтересах і цілях. Зроблено висновок про доцільність міждисциплінарного підходу до дослідження феномену міжособистісної довіри.

Ключові слова: довіра, міжособистісна довіра, довіра до себе, довіра до світу, довірчі відносини, досвід взаємодії.

The article is devoted to the theoretical analysis of the interpersonal trust problem in psychological science. The historical aspect of the research of the phenomenon of trust has been shown. The main areas of trust research in psychology have been presented: trust in the world, which reflects a personal attitude to the perception of the outside world; trust in other people (interpersonal trust), which reflects an individual's internal attitude towards perception and relations with other people; self-trust, which reflects an individual's inner conviction and confidence in his or her own abilities and value. An analysis of research on interpersonal trust has been carried out within the different psychological directions: psychoanalysis, gestalt approach, humanistic direction of psychology, transactional analysis. An analysis of the works of Ukrainian scientists, in which interpersonal trust was investigated, has been presented. In the works of domestic scientists, the main emphasis is placed on the social origin of this phenomenon: trust is formed as a result of specific relationships between people as a result of the formation of moral consciousness; trust in others is seen as an expression of trust in the world and can be seen as an intrapersonal phenomenon. In the international scientific context, trust is characterized as a specific type of attitude of an individual to various phenomena of the surrounding reality, which is formed on the basis of positive emotional evaluations and interest in them; as a moral and practical attitude of a person to his or her companion, based on the belief in his or her decency, honesty and sincerity; it involves mutual expectations of positive results of interaction. Trust can be based on personal commitment or emotional connection, as well as shared interests and goals. The conclusion was made about the expediency of an interdisciplinary approach to the study of the phenomenon of interpersonal trust.

Key words: trust, interpersonal trust, self-trust, trust in the world, trust relations, experience of interaction.

УДК 159.942:316.47]:159.9.072.5
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.16>

Мосол Н.О.

к. психол. н.,
доцент кафедри психології
Запорізький національний університет

Актуальність дослідження. Швидкі темпи розвитку і трансформацій в сучасному світі виявляються у відчутті людьми нестабільності життя, непередбачуваності подій та розгубленості перед масштабними метаморфозами інформаційного суспільства. Це призводить до виникнення ризиків та небезпеки, що сприяє технізації та віртуалізації міжособистісних відносин, коли більшість спілкування переміщується у віртуальний простір мережі Інтернет. У такій ситуації міжособистісна довіра стає не лише важливою для розвитку та зміцнення міжособистісних взаємин, але й фундаментальним механізмом ефективного функціонування суспільства.

Міжособистісна довіра – це ключовий елемент, який визначає якість відносин і взаємодії у сучасному світі. Довіра до іншої людини означає віру у її надійність, відповідальність

та цілісність. Довіра також включає в себе віру в добрі наміри іншої особи, у її здатність до співчуття, дотримання домовленостей та підтримки. Відносини, побудовані на довірі, характеризуються відкритістю, взаємоповагою та підтримкою, що робить їх важливими для психологічного здоров'я і стабільності взаємин.

Проблема довіри висвітлена в працях українських і зарубіжних науковців, у яких досліджено: почуття базової довіри до світу та розвиток ідентичності в онтогенезі (Е. Еріксон); довіру до себе як умову збереження цілісності особистості та самореалізації (К. Роджерс); взаємозв'язок довіри до себе і довіри до світу (Н. Кравець); розвиток довіри до себе у майбутніх психологів (С. Шевченко); особливості розвитку довіри до себе в юнацькому віці (Н. Єрмакова; О. Шевченко); зв'язок довіри до

себе з емпатією в підлітковому віці (Ю. Данилова); довіру як компонент психічного здоров'я особистості (Г. Чайка).

Науковці також досліджували певні аспекти довіри в міжособистісній взаємодії: психологічні чинники розвитку довіри до викладача у студентів технічного університету (О. Лашко); довіру клієнта до психолога (К. Ву, З. Денг, Р. Еванс); проблематику довірчих відносин між лікарем та пацієнтом (Л. Конг, Й. Чен, Л. Вонг, А. Ролфе, Л. Саш-Гібсон, К. Катарзіна, І. Рудацька).

Водночас, попри наявність значної кількості досліджень довіри до себе, недостатньо уваги приділяється вивченню довіри у сфері міжособистісних відносин. Розуміння та підтримка механізмів, які сприяють побудові довірчих відносин, важливі для психічного здоров'я та збереження емоційного благополуччя особистості.

Мета статті – представити результати теоретичного аналізу проблеми міжособистісної довіри в психологічній науці.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів. Феномен довіри відігравав значну роль у структурі та функціонуванні суспільства на всіх етапах історії та серед різних національних груп, що робить довіру універсальним явищем, присутнім у всіх сферах соціального життя. Довіра є поняттям, яке широко використовується в соціологічних, психологічних, економічних та інших наукових дослідженнях. Проте її точне визначення залишається складною проблемою через розбіжності у тлумаченні цього терміна.

У словниках поняття «довіра» трактується як впевненість у чийсь сумлінності, щирості та правильності. У більш широкому розумінні довірчі відносини визначаються як відкриті та позитивні взаємовідносини між людьми, в яких існує впевненість у порядності та доброзичливості іншої особи, з якою вони перебувають у відносинах [12].

Протягом тривалого часу в соціогуманітарних науках категорія довіри отримувала різноманітні тлумачення. У філософії довіру розглядали як механізм міжособистісних відносин; у політології – як емоційно забарвлене ставлення до політичних інститутів та складову частину соціального капіталу; у соціології – як благодійну поведінку партнера та компонент суспільних відносин. У психології довіру досліджували як основу для ефективної самореалізації, базову установку та чинник міжособистісних відносин [15].

Починаючи з середини ХХ століття, довіра стала предметом дослідження в психології. Посилення уваги до дослідження феномену довіри може бути пояснене декількома чинниками. По-перше, значне зростання склад-

ності суспільства через індустріалізацію, глобалізацію, технологічний прогрес спричинило появу нових соціальних взаємодій, складних міжособистісних відносин та міжнародних зв'язків, що стимулювало інтерес до розуміння механізмів довіри. По-друге, політичні та історичні події – світові війни, політичні кризи та соціальні перетворення – створили нові виклики для довіри як в особистому, так і в громадському житті, що викликало необхідність вивчення цього феномену. Також зростанню інтересу до вивчення довіри сприяв розвиток психології як науки [8; 14].

У психологічній науці довіра досліджувалася в трьох основних аспектах:

– довіра до світу, що відображає особистісну установку людини до сприйняття зовнішнього світу і її переконання у тому, що світ і його мешканці не мають наміру завдати шкоди. Це базовий елемент психологічного та соціального благополуччя особистості. Довіра до світу формується на основі досвіду спілкування з іншими людьми, оточення, культурних норм та цінностей. Особа, яка має високий рівень довіри до світу, має тенденцію бачити світ у світлішому контексті, більш оптимістично сприймає події та вірить у позитивні наміри оточуючих. Ця довіра може бути підтримана через розуміння, підтримку та взаємодію з оточуючими, а також через власний внутрішній розвиток і самопізнання. Наприклад, особистості з високим рівнем довіри до світу можуть відчувати більшу впевненість у собі, відкритість до нового досвіду і здатність до емпатії;

– довіра до інших людей (міжособистісна довіра), що відображає внутрішню установку особистості до сприйняття та відносин з іншими людьми. Це віра в добрі наміри, надійність, чесність та відкритість інших людей, а також впевненість у їхній здатності до позитивної взаємодії. Довіра до людей виникає на основі досвіду взаємодії з оточуючими, особливо з раннього дитинства через дитячі взаємовідносини з батьками, родичами та іншими дорослими. Потім цей досвід розширюється на взаємодію з однолітками, друзями, колегами тощо. Особи з високим рівнем довіри до людей зазвичай мають позитивний погляд на світ та відчуття безпеки у взаємодії з іншими. Вони можуть відчувати більшу емоційну підтримку та емпатію, бути більш відкритими в спілкуванні та готовими до співпраці. Довіра до людей є ключовим елементом успішних міжособистісних відносин і взаємодії в суспільстві. Вона сприяє формуванню дружби, кооперації, партнерства та взаємопідтримки. Також вона відіграє важливу роль у визначенні психологічного благополуччя та загального задоволення життям;

– довіра до себе, що відображає внутрішнє переконання та впевненість особистості

у власних здібностях, цінності та здатності до досягнення мети. Це віра в себе, свої можливості та силу впоратися з різноманітними життєвими викликами та перешкодами. Довіра до себе формується на основі внутрішньої самооцінки, досвіду успіхів та невдач, а також взаємодії з оточуючими людьми та отриманою підтримкою. Особистості з високим рівнем довіри до себе зазвичай відчуються більш самостійними, спроможними та готовими приймати рішення.

Розглянемо дослідження міжособистісної довіри в межах окремих психологічних напрямів. Згідно з психоаналітичною теорією довіра формується у дитинстві через взаємодію з батьками та іншими близькими особами. Розвиток довіри пов'язаний з розвитком психічних механізмів, таких як відчуття безпеки, прив'язаність та ідентифікація. Зокрема, К. Юнг трактував довіру як один із ключових аспектів розвитку індивіда та його взаємодії з світом. Він вважав, що основна сутність довіри полягає в спроможності індивіда віддати свою віру внутрішнім силам та інстинктам, які науковець визнавав важливим рушійним фактором психічного життя. На думку К. Юнга, довіра виникає тоді, коли людина почуває гармонію та співзвучність з внутрішнім архетипом самості. Відчуття довіри також пов'язувалося зі здатністю індивіда зв'язувати свою свідомість зі своїм несвідомим та розуміти його сигнали та символи [16].

Австрійський психотерапевт А. Адлер [1] розглядав довіру як важливий психологічний аспект, який відображає ставлення людини до себе та до інших. Він вважав, що довіра є основою для успішних міжособистісних відносин і для психічного здоров'я взагалі. На думку А. Адлера, довіра до себе та до інших виникає в результаті відчуття сприйняття індивідом своєї важливості та цінності. Він підкреслював, що розвиток довіри пов'язаний зі здатністю вирішувати конфлікти та впоратися зі стресом в позитивний спосіб. Також вчений вважав, що важливим аспектом довіри є можливість виявити відкритість та чесність у спілкуванні з іншими.

Е. Еріксон [17] розглядав довіру як фундаментальну складову частину психічного розвитку, яка виникає на ранніх стадіях життя людини. Він вважав, що почуття базової довіри є ключовим для психологічного здоров'я та емоційного благополуччя. Вчений стверджував, що перші роки життя формують структуру особистості і її спосіб сприйняття світу та визначають стадію довіри проти недовіри, яка виникає в перші роки життя. Підтримка довіри до близьких оточуючих осіб у цей період сприяє формуванню позитивного ставлення до світу та інших людей.

Представник гештальт-підходу Ф. Перлз [19] трактував довіру як важливий аспект пси-

хічного здоров'я та емоційного благополуччя, вважаючи, що довіра до себе і до інших є основною складовою частиною гармонійного функціонування особистості. У своїх дослідженнях науковець особливу увагу приділяв внутрішньому конфлікту, що виникає внаслідок недостатньої довіри до себе та до інших. Він розглядав довіру як ключовий елемент взаємодії зі світом та з оточуючими і вказував на її важливість для психологічної стійкості та самоповаги. За Ф. Перлзом, якщо людина відчуває дефіцит довіри до себе, це може призвести до залежності від минулого досвіду або мрій про майбутнє, що може вказувати на внутрішні конфлікти та невирішені питання.

Американський психолог Е. Шостром [20] (представник еkleктичного підходу) висловлював думку про те, що довіра до себе та до інших взаємопов'язані і не можуть бути розглянуті окремо. Він вказував на те, що людина завжди має деякий рівень недовіри до себе, а також до інших, і це може впливати на її поведінку та взаємодію з навколишнім світом. Е. Шостром також звертав увагу на те, що недостатня довіра може спонукати людину до маніпулятивних стратегій, щоб забезпечити контроль над іншими або зберегти власну безпеку. Розвиток довіри як основного елементу взаємодії та спілкування між людьми є ключовим для здорових та стійких міжособистісних відносин.

Представники гуманістичного напрямку психології, такі як К. Роджерс та А. Маслоу, трактують довіру як важливий аспект психологічного розвитку та самореалізації особистості. Вони підходять до цього поняття з впевненістю в тому, що людина має внутрішній потенціал для росту та самовдосконалення. Згідно з гуманістичною психологією довіра є необхідною умовою для здорового психічного функціонування. Вони вважають, що довіра до себе та до інших сприяє розвитку особистості, підтримує внутрішню гармонію та допомагає людині досягати свого потенціалу.

К. Роджерс [13] вважав, що довіра виникає внаслідок емпатії та прийняття з боку інших людей. Він наголошував на важливості умов для вираження довіри, таких як відвертість, прийняття та підтримка. Вчений характеризував довіру до себе як ключовий фактор для конструктивної та самореалізованої поведінки людини. Це означає, що довіра до себе є важливою умовою для збереження цілісності особистості, сприяє успішній самореалізації та ефективній комунікації з оточенням.

У своїх дослідженнях А. Маслоу [18] визначав довіру як один із ключових аспектів внутрішньої безпеки та самореалізації. Він вважав, що розвиток довіри є необхідним для досягнення вищих рівнів самореалізації та особистісного зростання.

Представники транзактного аналізу – Е. Берн та ін. [3] – трактують довіру як ключовий елемент взаємодії та комунікації між людьми. Вони розглядають довіру як основу для стабільних та здорових міжособистісних відносин. З точки зору транзактного аналізу довіра до себе та до інших виникає з різних життєвих досвідів, особистих переконань та сприйняття себе та інших людей. Люди вчать довіряти або не довіряти з раннього дитинства залежно від свого оточення та взаємодії з близькими. Одним з ключових аспектів транзактного аналізу є аналіз транзакцій – обміну поведінкою та комунікацією між людьми. Довіра грає важливу роль у процесі цієї взаємодії, впливаючи на характер спілкування та якість міжособистісних відносин.

В українському науковому контексті питання довіри було порушено наприкінці 1990-х років ХХ століття. Є. Прокопович та А. Ідобаєва [11] зазначають, що справжнім джерелом зацікавлення наукового середовища в проблемі довіри у цей час були практичні потреби, які породили суспільний інтерес до цього питання (це, зокрема, дефіцит довіри в багатьох сферах суспільства). Цей інтерес стимулював появу попиту на знання щодо довіри, що дозволило не лише описувати, а й пояснювати, прогнозувати і, якщо можна, впливати на рівень довіри.

У працях багатьох вітчизняних дослідників (Ю. Алексєєва [2], Н. Василець [4], В. Кравченко [8] та ін.) основний акцент робиться на соціальному походженні: довіра формується внаслідок конкретних взаємин між людьми у результаті формування моральної свідомості.

У сучасному суспільстві довіра вважається проблемою, яка, мовляв, перебуває у «тіні» міжособистісних відносин. У кожному акті спілкування завжди існує певний рівень довіри. Довіра також є вихідною умовою для позитивних міжособистісних відносин, без неї стосунки можуть перетворитися на конфліктні. Довірчі відносини означають такі, що ґрунтуються на моральному кредиті та добровільних взаємних зобов'язаннях. Довіра до інших розглядається як вираз довіри до світу і може бути розглянута як внутрішньоособистісний феномен [4; 7].

Довіра як соціальний капітал відображає індивідуальний та колективний досвід, а атмосфера довіри встановлює норми міжособистісних відносин. Вона передає в собі соціальну пам'ять і сприяє ефективній та взаємовигідній взаємодії, знижуючи транзакційні витрати. Вирішення питання щодо того, довіряти чи ні, часто ґрунтується на інформації про об'єкт довіри. Якщо така інформація недоступна або суб'єкт не має можливості її адекватно оцінити, він спирається на думку довірених, авторитетних осіб. Наявність детальної інформації про конкретні події, осіб та організації доз-

воляє розібратися в питанні та сформуванню власне ставлення щодо довіри чи недовіри (А. Алексєєва [2], Г. Чуйко, Я. Чапак [14]).

На думку Д. Лисенка [10], психологічний зміст довіри полягає у специфічному відношенні між суб'єктами та об'єктами довіри, яке виникає в результаті їх безпосередньої чи опосередкованої взаємодії та відображає внутрішнє ставлення суб'єктів, зумовлене оцінкою сприятливих результатів цієї взаємодії. Водночас довіра є певним станом суб'єкта, який визначається актуальними психічними процесами, які виникли в ситуації довіри.

Довіра та недовіра чинять складний вплив на результативність взаємодії: довіра сприяє формуванню міцних та позитивних відносин і забезпечує ефективну співпрацю, але занадто висока довіра може мати негативні наслідки. Недовіра допомагає зберегти суб'єкта та його захист від негативних наслідків взаємодії; проте вона також може мати певний позитивний вплив і сприяти більш ефективному контакту.

Сутність довіри має глибоко психологічний характер і не лише впливає на міжособистісні відносини, але й відображає ставлення особистості як до себе, так і до тих частин соціуму, з якими вона взаємодіє у певний момент часу. Довіра до світу розглядається як базовий компонент нормального психічного розвитку особистості і виникає внаслідок позитивної взаємодії з навколишнім середовищем. Недовіра пов'язана з такими почуттями і станами, як невпевненість у собі, підозрілість, замкненість, почуття меншої цінності, несаможиттєвості, тривожність, боязкість, розгубленість, почуття безнадійності, відчуття запусченості (Т. Гурлева [6], К. Круглов [9]).

На думку Ж. Вірної [5], довіра проявляється у тих діях людини, які відповідають її власним цінностям і не суперечать їм. Довіру можна розглядати як поняття, яке виражає впевненість у надійності інших, почуття відповідальності, орієнтацію на виявлення можливих ризиків та досягнення максимально ефективного результату. Вона формується під впливом домінуючих цінностей суспільства та конкретного культурного коду.

Дослідження в галузі етнопсихології дозволяють розглядати проблему довіри в контексті розуміння української ментальності. Завдяки тривалому підпорядкуванню України та відтоку інтелектуального потенціалу до інших країн протягом століть в соціумі сформувалася недовіра та настороженість. Довірчі відносини значною мірою визначаються тими культурними впливами, які переважають у певну історичну епоху.

Отже, поняття довіри широко використовується у психології, соціології, економіці, політиці та інших наукових дисциплінах, а його

визначення є серйозною проблемою через різноманітність інтерпретацій. Розгляд питання довіри у контексті міждисциплінарного підходу вважається доцільним, оскільки це дозволить значно розширити галузь застосування терміна і глибше зрозуміти його сутність.

У міжнародному науковому контексті довіра характеризується як специфічний тип ставлення особистості до різних явищ оточуючої дійсності, який формується на основі позитивних емоційних оцінок та інтересу до них; як морально-практичне ставлення особи до свого співрозмовника, засноване на переконанні в його порядності, чесності та щирості; вона передбачає взаємні очікування позитивних результатів взаємодії. Довіра може ґрунтуватися на особистій відданості або емоційному зв'язку, а також на спільних інтересах і цілях.

Висновки з проведеного дослідження та перспективи подальших наукових пошуків у цьому напрямі. У статті представлено результати теоретичного аналізу проблеми міжособистісної довіри в психологічній науці. Розкрито основні напрями дослідження довіри в психології: довіра до світу, що відображає особистісну установку людини до сприйняття зовнішнього світу; довіра до інших людей (міжособистісна довіра), що відображає внутрішню установку особистості до сприйняття та відносин з іншими людьми; довіра до себе, що відображає внутрішнє переконання та впевненість особистості у власних здібностях, цінності та здатності до досягнення мети. Здійснено аналіз досліджень міжособистісної довіри в межах окремих психологічних напрямів. Згідно з психоаналітичною теорією довіра формується у дитинстві через взаємодію з батьками та іншими близькими особами; розвиток довіри пов'язаний з розвитком психічних механізмів, таких як відчуття безпеки, прив'язаність та ідентифікація. Представники гештальт-підходу трактують міжособистісну довіру як важливий аспект взаємодії людей на основі взаємної відкритості, взаєморозуміння та підтримки. Психологи гуманістичного напрямку психології характеризують довіру до інших та до себе як важливий аспект психологічного розвитку та самореалізації особистості. З точки зору транзактного аналізу довіра до себе та до інших виникає з різних життєвих досвідів, особистих переконань та сприйняття себе та інших людей. Довіра грає важливу роль у процесі транзакцій (обміну поведінкою та комунікацією між людьми), впливаючи на характер спілкування та якість міжособистісних відносин. У працях вітчизняних вчених основний акцент робиться на соціальному походженні означеного феномену: довіра формується внаслідок конкретних взаємин між людьми у результаті формування моральної свідомості; довіра до інших розглядається як

вираз довіри до світу і може бути розглянута як внутрішньоособистісний феномен. Зроблено висновок про доцільність міждисциплінарного підходу до дослідження феномену міжособистісної довіри.

Перспективним розвитком наукової проблематики вважаємо емпіричне дослідження міжособистісної довіри в заданій системі (наприклад, «Лікар – пацієнт»).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Індивідуальна психологія як шлях до пізнання та самопізнання людини. Київ : Наука жити, 1997. 357 с.
2. Алексєєва Ю.А. Психологічний аналіз семантичного простору концепту «віра». *Проблеми сучасної психології*, 2014. Випуск 26. С. 40–54.
3. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Люди, які грають в ігри. Київ : Форс Україна, 2022. 576 с.
4. Василюк Н.М. Структура соціально-психологічних чинників довіри. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2015. № 1. С. 12–20.
5. Вірна Ж.П. Довіра до організації: психологічні індикатори стресостійкості і задоволеності працею фахівців : монографія / за ред. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Київ – Суми, 2019. 542 с.
6. Гурлева Т.С. Довіра в опосередкованому спілкуванні: психологічна допомога особистості в кризових умовах. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 3: Консультативна психологія і психотерапія. Вип. 14. С. 191–213.
7. Кожем'якіна О.М. Довіра як ціннісна основа соціальної взаємодії: автореф. дис. ... докт. філос. наук : 19.00.03. Київ, 2020. 36 с.
8. Кравченко В.Ю. Психодіагностика довіри. *II науково-практична конференція*. Харків, 17–18 квітня, 2020 р. Харків, 2020. С. 125–127.
9. Круглов К. Довіра як чинник соціально-психологічного клімату виробничого колективу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2020. Випуск 1. С. 139–145.
10. Лисенко Д.П. Психологічні особливості формування довіри в міжособистісних відносинах. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 4. Т. 1. С. 135–139.
11. Прокопович Є.М., Ідобаєва А.Л. Психологічне дослідження феномену довіри та корпоративної культури. *Psychological Journal*. 2020. № 6. С. 84–93.
12. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О.М. Степанов. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.
13. Роджерс К. Вчитися бути вільним. *Гуманістична психологія: Антологія* : у 3-х т. Київ : Університетське видавництво «Пульсари», 2001. Том 1 : Гуманістичні підходи в західній психології ХХ ст. 252 с.
14. Чуйко Г.В., Чаплак Я.В. Міжособистісна довіра як передумова партнерських стосунків між людьми. *Психологічний часопис*. 2020. No 1. Вип. 6. С. 29–39. DOI: 10.31108/1.2020.6.1
15. Шевченко Н.Ф., Цигика О.Є. Аналіз явища довіри в різних напрямках наукового знання. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 1 (11). С. 95–100.

16. Юнг К. Архетипи і колективне несвідоме. Львів : Астролябія, 2023. 588 с.

17. Erikson E.H. Identity, youth and crisis. New York : W.W. Norton Company, 1968. 336 p.

18. Maslow A.H. Toward a Psychology of Being, 3rd Edition. Hoboken, New Jersey : Wiley, 274 p.

19. Perls F., Hefferline R., Goodman P. Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality. The Gestalt Journal Press ; New edition, 1951. 514 p.

20. Shostrom E. Man the Manipulator: The Inner Journey from Manipulation to Actualization. New York : Bantam books, 1968. 189 p.

ДОСЛІДЖЕННЯ ІГРОВОЇ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ В ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ТРАНЗИТИВНОГО СУСПІЛЬСТВА

STUDY OF INTERNET GAMING ADDICTION AMONG ADOLESCENTS IN THE CONDITIONS OF A TRANSITIVE SOCIETY

Наукова стаття глибоко аналізує проблему зростання рівня ігрової інтернет-залежності серед осіб підліткового та юнацького віку в умовах сучасного транзитивного суспільства. Інтернет та ігрові технології стали неодмінною частиною життя молоді, але разом із тим виникли й небезпеки, пов'язані з надмірним їх використанням.

Дослідницька робота ретельно аналізує вплив ігрових технологій та інтернету на підлітків і юнаків, зосереджуючись на їхній соціальній адаптації та психоемоційному стані. Ігрова інтернет-залежність може впливати на здатність молоді до взаємодії в реальному світі, їхні соціальні навички й загальний розвиток. Автори статті ретельно аналізують різноманітні аспекти цього явища, включаючи психологічні й соціокультурні виміри.

Важливо відзначити, що дослідження також розглядає чинники, що сприяють зростанню ігрової інтернет-залежності. Це можуть бути фактори, пов'язані з емоційним станом, соціальною незахищеністю, відсутністю цікавості до реального життя або недостатньою саморегуляцією. Результати дослідження вказують на потребу в розвитку ефективних стратегій превенції та лікування ігрової інтернет-залежності.

Відповідно до статті, можна зробити висновок, що ігрова інтернет-залежність є складною проблемою, яка потребує комплексного підходу. Превенція цього явища вимагає спільних зусиль батьків, педагогів і фахівців із психології. Заходи з обмеження доступу до відповідного контенту, підтримка з боку сім'ї та соціального оточення, а також розвиток навичок саморегуляції можуть сприяти запобіганню цій проблемі й подоланню її.

Загалом стаття пропонує глибокий аналіз сучасної проблеми ігрової інтернет-залежності серед підлітків і юнаків. Вона наголошує на важливості подальших досліджень і розвитку ефективних стратегій для запобігання цьому явищу й лікування його, спираючись на психологічні, соціальні та культурні аспекти.

Ключові слова: ігрова інтернет-залежність, підлітковий вік, юнацький вік, тран-

зитивне суспільство, соціальна адаптація, психоемоційний стан.

This scientific article deeply analyzes the problem of the growing level of Internet gaming addiction among adolescents and young adults in the conditions of a modern transitive society. The Internet and game technologies have become an integral part of young people's lives, but at the same time, there are dangers associated with their excessive use.

This study fundamentally analyzes the influence of gaming technologies and the Internet on adolescents and young adults, focusing on their social adaptation and psycho-emotional state. Internet gaming addiction can affect young people's ability to interact in the real world, their communication skills, and overall development. The authors of the article thoroughly analyze different aspects of this phenomenon, including psychological and sociocultural dimensions.

It is important to note that the study also examines factors that contribute to the growth of Internet gaming addiction. Among them may be those related to emotional state, social insecurity, lack of interest in real life, or insufficient self-regulation. The results of the study indicate the need to develop effective strategies for the prevention and treatment of Internet gaming addiction.

According to this article, it can be concluded that Internet gaming addiction is a complex problem that requires a comprehensive approach. Prevention of this phenomenon requires joint efforts of parents, teachers, and psychologists. Preventing and overcoming this problem can be facilitated by measures to limit access to relevant content, support from the family and social environment, as well as the development of self-regulation skills.

Overall, the article offers an in-depth analysis of the modern problem of Internet gaming addiction among adolescents and young adults. It emphasizes the importance of further research and the effective strategies development for the prevention and treatment of this phenomenon, based on psychological, social, and cultural aspects.

Key words: Internet gaming addiction, adolescence, young adulthood, transitive society, social adaptation, psycho-emotional state.

УДК 159.937:94:246.3:159.91

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.17>

Сахно П.І.

старший викладач кафедри психології, політології та соціокультурних технологій

Сумський державний університет

Данілова Д.Е.

викладачка-стажистка кафедри психології, політології та соціокультурних технологій
Сумський державний університет

Лутцева М.Д.

студентка 3 курсу бакалаврату за спеціальністю 053. Психологія
Сумський державний університет

Вступ. У сучасному транзитивному суспільстві суттєво змінилися різні аспекти людського життя, зокрема способи взаємодії, сприйняття інформації та проведення вільного часу. Упровадження технологій і доступ до Інтернету, що зростає, відкрили нові можливості, однак вони також породили нові виклики, такі як ігрова інтернет-залежність. Особливо чутливою до цього явища є група осіб підліткового та юнацького віку, яка перебуває в процесі активного формування своєї особистості й визначення життєвих цілей. Стаття спрямована на дослідження рівня ігрової інтернет-залежності

в цій категорії населення та виявлення можливих причин і наслідків цього явища.

Метою дослідження є вивчення рівня ігрової інтернет-залежності в осіб підліткового в умовах транзитивного суспільства. Для досягнення мети ми поставили такі завдання: проаналізувати теоретичні підходи до проблеми рівня ігрової інтернет-залежності в осіб підліткового та юнацького віку в транзитивному суспільстві; провести емпіричне дослідження на визначення рівня ігрової інтернет-залежності в осіб підліткового та юнацького віку в транзитивному суспільстві.

Матеріали та методи. Основою дослідження стали напрацювання вітчизняних і зарубіжних дослідників, які вивчали проблематику ігрової залежності й вплив транзитивного суспільства. Для проведення емпіричного дослідження ми використали методику діагностики гейм-адикції М.В. Кочеткова, тест інтернет-залежності Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова.

Результати. Говорячи про «транзитивне суспільство», ми маємо на увазі опис суспільних перетворень і змін, які відбуваються в результаті переходу від одного стану суспільства до іншого. Цей термін підкреслює перехідну природу суспільства, коли старі інститути й системи руйнуються, а нові ще не повністю сформовані. Такий перехід може бути викликаний політичними, економічними, технологічними або культурними змінами. Для України транзитивність періоду існування суспільства полягає не лише в пандемії коронавірусу, ізоляції, а й у повномасштабній війні, яка почалася 24 лютого 2022 року.

Транзитивне суспільство відрізняється від стабільних соціальних структур тим, що характеризується невизначеністю й нестабільністю. Це може бути період революцій, реформ, руйнування старих ієрархій та утворення нових, перехід від авторитарних систем до демократії тощо.

Підлітковий вік є найскладнішим періодом розвитку дитячої особистості, він триває від 10–11 до 14–15 років. Головним змістом цього періоду є перехід від дитинства до дорослого життя.

Життя для підлітків є об'єктом осмислення, де внутрішній світ є більш значимим, ніж реальне життя, що є причиною розбіжностей між самосприйняттям і сприйняттям їх навколишніми. Відрив від реального життя, схильність фантазувати поєднуються в підлітків із визначенням життєвих планів, перспектив, відображаючи їхнє уявлення про смисл життя, найважливіші смисложиттєві цінності, які часто не співвідносяться з можливостями і здібностями самого об'єкта [1].

Зміни в еволюції психічних функцій особистості, що відбуваються під час підліткового віку, визначаються зміною в провідній діяльності. Кожна сфера активності вносить значний внесок у психічний розвиток, проте не будь-яка з них може стати домінуючою в конкретний віковий період. Це зумовлено умовами життя, що склалися для особистості на певному етапі вікового розвитку. У підлітковому віці таким провідним видом діяльності є бажання до інтимно-особистісного спілкування з ровесниками.

У процесі здійснення провідної діяльності підлітки активно вивчають соціальні норми, цілі й засоби поведінки, що є формою репродукції

взаємин між дорослими. Участь у цьому визнаному суспільством виді діяльності допомагає підлітку відчувати свою значущість і розвинути соціально-спрямовану мотивацію. Практика провідної діяльності може ефективно запобігти можливим відхиленням у підлітковій поведінці.

У контексті загального вікового розвитку активне прагнення до дорослості й досягнення нових позицій є природним і продуктивним етапом формування особистості.

У підлітковому періоді спостерігається нестабільність емоційно-вольової сфери, виражена в легкій збудливості й частих змінах настрою. Таким чином, можна визначити кілька нормативно-психологічних змін, характерних для підліткового віку, а саме: набуття психологічної незалежності, яке включає відокремлення від батьків; подолання кризи ідентичності; новий етап соціалізації в середовищі однолітків.

Характерні особливості підліткового віку визначаються початком формування основ і загальних напрямів соціальних і моральних установок особистості. Однією з важливих стадій цього періоду є розвиток самосвідомості, що базується на здібностях усвідомленого ставлення до власних деталей, думок і переживань.

Самосвідомість включає обов'язковий компонент – самооцінку. Оскільки в підлітків уявлення про суб'єктивне «Я» значною мірою формується під впливом думок навколишніх, вони часто демонструють неадекватну самооцінку, яка може виявлятися в схильності або до завищення, або до значного заниження.

Саме під час підліткового періоду інтенсивно формуються найважливіші риси й характеристики особистості, які визначають її світогляд, самовизначення в суспільстві та пошук життєвого шляху. У психології цей період називають «відкриття свого Я».

Говорячи про інтернет-залежність ми говоримо про неї як про підвид адиктивної поведінки – це один із видів девіантної поведінки з формуванням прагнення до відходу від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану за допомогою прийому деяких речовин або постійною фіксацією уваги на певних видах діяльності з метою розвитку й підтримки інтенсивних емоцій [2].

Ключовими ознаками залежної поведінки є такі: прагнення до зміни психоемоційного стану; постійне бажання продовжити вплив агента адикції; послідовний процес формування адикції; формування психологічної субкультури; особистісні зміни, дезадаптація; розвиток надцінного емоційного ставлення до агента адикції; заперечення залежності; неможливість припинити адикцію самостійно [3].

Комп'ютерну залежність можна визначити як розлад поведінки в результаті викори-

стання інтернету й комп'ютера, який включає будь-який вид діяльності за комп'ютером [4]. Комп'ютерна залежність – це патологічна пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. До найбільш значущих причин, що сприяють формуванню комп'ютерної залежності, можна зарахувати такі: відсутність або брак спілкування й теплих емоційних стосунків у родині; відсутність у підлітка серйозних захоплень, інтересів, хобі, уподобань, не пов'язаних із комп'ютером; невміння підлітка налагоджувати бажані контакти з навколишніми, відсутність друзів; можливість реалізації якостей особистості, програвання ролей, переживання емоцій, фрустрованих у реальному житті [3].

Підлітковий вік є особливо вразливим до зовнішніх впливів, і підлітки часто віддають перевагу проведенню часу за комп'ютером. Саме на цьому етапі формується система мотивів, цінностей і світогляду, які визначають уявлення особистості про себе, інших і світ. Підлітковий вік, як критичний етап онтогенезу, характеризується високою чутливістю до впливу як ззовні, так і зсередини.

Важливо розрізнити захопленість комп'ютерними іграми від залежності від них. У разі простої захопленості підліток може віддати перевагу реалізації творчих ідей і задумів, відволіктися від комп'ютера. Проте в разі залежності він може проводити значний час за комп'ютером, утрачаючи інтерес до інших занять, таких як спілкування з друзями чи участь у різних діяльностях. Це може завдати шкоди його здатності втілювати плани й ідеї в життя.

Гейм-адикція є сучасним терміном, який використовується для опису залежності від рольових комп'ютерних ігор. У сфері науково-психологічних досліджень гейм-адикція виділяється як окреме поняття, відмінне від ігрової, комп'ютерної та інтернет-залежностей. Це визначається як активність, у якій людина повністю поглиблюється у віртуальну реальність, де гравець активно взаємодіє з віртуальним світом і вибудовує його. Цей процес розглядається як спроба досягнення неправильної мети, оскільки гравець водночас створює власну віртуальну реальність усередині своєї психічної сфери, а не шляхом реальних дій.

У результаті ігрової інтернет-залежності виникає потреба проводити надмірний час у віртуальному просторі, проявляється нездатність і небажання вийти з віртуальної реальності. Поява Інтернету й розвиток інформаційних технологій, безсумнівно, принесли свої переваги. Віртуальна комунікація дає змогу отримувати миттєвий доступ до будь-якої інформації, підвищувати продуктивність і займатися саморозвитком. Однак цей феномен також

має й темний бік – залежність, що може завдати шкоди психічному здоров'ю та негативно впливати на взаємини з реальними людьми.

Факторами, які сприяють залежності, є сімейні взаємини, індивідуально-особистісні риси й зовнішні соціальні фактори, кожен із них по-своєму впливає на формування та розвиток девіантної залежної поведінки. Сім'я не може забезпечити дитину необхідною любов'ю та не вчити її самолюбіві, що може призвести до відчуття власної безглуздості й непотрібності. У такому разі підліток шукає компенсацію в спілкуванні з ровесниками, може наслідувати форми поведінки, які демонструють їхню значущість.

Девіантна поведінка виникає в підлітків і молодих людей через те, що оточення й суспільство ставлять перед ними високі вимоги, які їм важко виконати. Більше того, підлітковий і юнацький вік може активізувати та прискорити розвиток порушень, що виникли на ранньому етапі дитинства.

У підлітковому та юнацькому віці настає нова соціальна ситуація, коли формується освоєння моральних норм, що визначають соціальні взаємини в групі підлітків. На цьому етапі ціннісна система ще нестабільна, але вже починає впливати на поведінку молодої людини. Типові риси підліткового періоду, такі як незрілість особистості, емоційна нестійкість і проблеми соціальної адаптації, можуть сприяти тенденції підлітків шукати втечу у віртуальний світ. Використання інтернету впливає на формування ціннісної сфери підлітків.

Дослідження спілкування в інтернеті свідчать, що його характер значно залежить від особистісних рис користувача. Отже, можна припускати, що характеристики поведінки в мережі в підлітків різних психологічних типів суттєво відрізняються.

У дослідженні ми вивчали рівні ігрової інтернет-залежності в осіб підліткового та юнацького віку. Ми сформувавши вибірку респондентів і дві контрольні групи. У дослідженні виокремлено контрольну групу № 1 (підлітки) і контрольну групу № 2 (юнаки). Загальний обсяг вибірки становить 80 досліджуваних (у кожній групі по 40 респондентів). Вивчення ігрової мотивації як чинника розвитку гейм-адикції організоване та проведено за участю учасників MMORPG (англ. massive multiplayer online role-play games – багатокористувацькі рольові онлайн ігри), зокрема серед учасників ігор – Tom Clancy's Rainbow Six Siege, New World, Warframe, Monster Hunter Rise. У дослідженні ми використовували методику діагностики гейм-адикції М.В. Кочеткова, тест інтернет-залежності Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова.

Ми здійснили окремо заміри рівнів досліджуваного конструкту в респондентів кон-

трольної групи № 1 і контрольної групи № 2 за методикою діагностики гейм-адикції М.В. Кочеткова. Провівши дослідження, ми отримали певний розподіл респондентів за досліджуваним критерієм у контрольних групах. На рис. 1 ми можемо побачити отримані результати в контрольній групі № 1 (підлітки).

На рис. 2 ми можемо побачити отримані результати в контрольній групі № 2 (юнаки).

Як видно з рис. 1, у 55,3% опитуваних контрольної групи № 1 домінуючим компонентом гейм-адикції є ставлення до гри, а в 44,7% – міжособистісні взаємини. Серед респондентів контрольної групи № 2, згідно з рис. 2, домінуючим компонентом гейм-адикції є ставлення до гри (57,3%), а в 42,7% – міжособистісні взаємини. Фізичні прояви залежності – 0% в обох вибірках.

Таким чином, характерною рисою об'єктів дослідження є виражена гейм-адикція, яка проявляється у відчутті значущості й соціальної взаємодії віртуального ігрового середовища, що може конкурувати з реальним життям особи. Крім того, учасники багатокористувацьких онлайн-ігор мають тенденцію до емоційно-позитивного сприйняття ігрового процесу, отримують задоволення від гри, розширюють свої знання про неї та її механіку, розробляють різні стратегії та взаємодіють з ігровим світом і реальними учасниками.

Зазначено, що опитувані геймери не вказують на фізичні прояви залежності, такі як проблеми зі сном, біль у спині чи руці, порушення харчової поведінки, депресивні настрої тощо.

Також ми здійснили окремо заміри рівнів досліджуваного конструкту в респондентів контрольної групи № 1 і контрольної групи № 2 за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова.

На рис. 3 представлено отримані результати за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К. О. Феклісова в контрольній групі № 1 (підлітки).

Як видно з рис. 3, отримані дані за допомогою методики дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова свідчать про те, що у 25,5% підлітків контрольної групи № 1 спостерігається високий рівень прояву залежної поведінки; у 38,3% респондентів контрольної групи № 1 визначено середній рівень прояву залежної поведінки; у 36,2% досліджуваних контрольної групи № 1 визначено низький рівень прояву залежної поведінки.

Отже, у контрольній групі досліджуваних підлітків переважає середній рівень (38,3% досліджуваних) прояву залежної поведінки за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова.

На рис. 4 подано отримані результати за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова в контрольній групі № 2 (юнаки).

Як видно з рис. 4, отримані дані за допомогою методики дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова свідчать про те, що у 20,5% підлітків контрольної групи № 2 спостерігається високий рівень прояву залежної поведінки; у 33,3% респондентів контрольної групи № 2 визначено середній рівень прояву залежної поведінки; у 46,2% досліджуваних контрольної групи № 2 визначено низький рівень прояву залежної поведінки.

Отже, у контрольній групі досліджуваних юнаків переважає низький рівень (46,2%



Рис. 1. Домінуючі компоненти гейм-адикції (підлітки)



Рис. 2. Домінуючі компоненти гейм-адикції (юнаки)

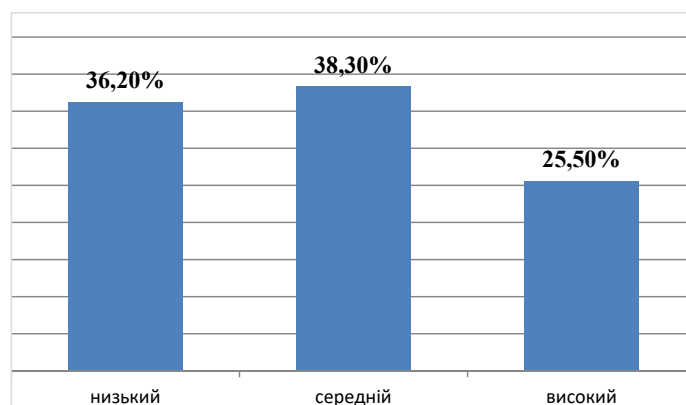


Рис. 3. Рівні прояву залежної поведінки серед підлітків

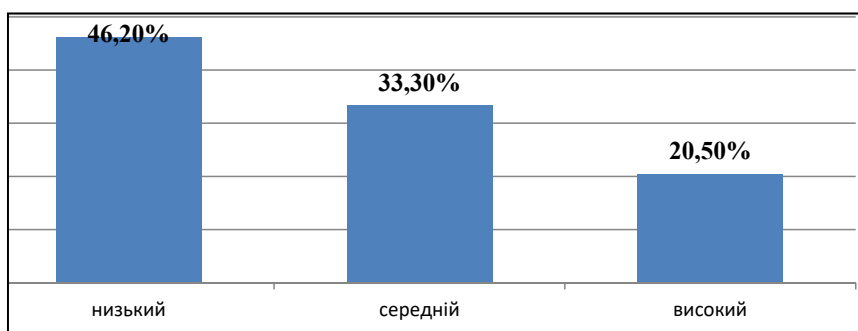


Рис. 4. Рівні прояву залежної поведінки серед юнаків

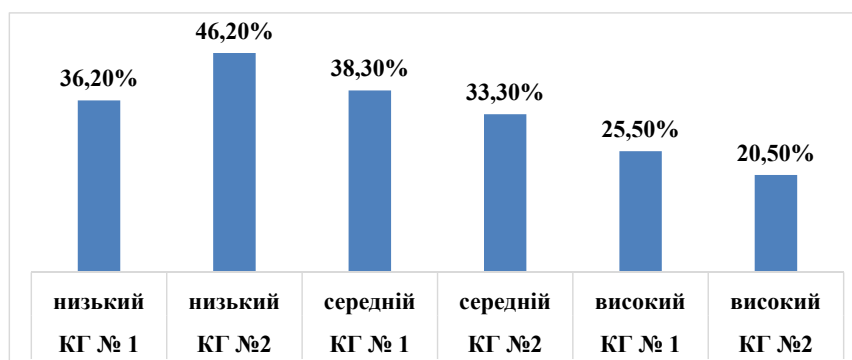


Рис. 5. Рівні прояву залежної поведінки серед юнаків і підлітків

досліджуваних) прояву залежної поведінки за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова.

За допомогою рис. 5 ми можемо порівняти отримані результати за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова за відсотковим розподілом в обох контрольних групах.

Як бачимо на рис. 5, за методикою дослідження залежної поведінки за тестом Чена (шкала CIAS) в адаптації В.Л. Малигіна та К.О. Феклісова, у контрольній групі № 1 (підлітки) на 10% респондентів менше з низьким

рівнем прояву залежної поведінки; також у контрольній групі № 1 (підлітки) на 5% більше респондентів із середнім рівнем прояву залежної поведінки; також у контрольній групі № 1 (підлітки) на 5% більше респондентів із високим рівнем прояву залежної поведінки.

Висновки. В умовах транзитивного суспільства інтернет-залежність може бути одним із способів «утечі від реальності», пошуку нових знайомств і задоволення інших потреб. Згідно з отриманими результатами, у 55,3% опитуваних гравців-підлітків і 57,3% гравців-юнаків домінуючим компонентом гейм-адикції є ставлення до гри, а в 44,7% гравців-підлітків і 42,7% гравців-юнаків – міжособистісні взаємини, що

підкреслює важливість комп'ютерних ігор із позиції соціальної значимості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Журба К. Розвиток смислотвірчої сфери особистості підліткового віку. *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал*. 2021. № 9. С. 49–54.

2. Свідовська В. Адиктивна поведінка підлітків як проблема наукового дослідження. *Вісник Львівського університету*. 2020. С. 108–114.

3. Калюжна Є., Гайдаєнко С. Комп'ютерна залежність як фактор дисгармонії міжособистісних стосунків у підлітковому віці. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Серія «Психологія»*. 2021. № 52. С. 56–62. URL: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.3.8> (дата звернення: 01.03.2024).

4. Ісакова Т. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. Київ : НІСД, 2018. 47 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ З РІЗНОЮ АДАПТАЦІЄЮ ТА ЕМОЦІЙНИМИ БАР'ЄРАМИ У СПІЛКУВАННІ PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SOCIAL INTELLIGENCE OF STUDENTS WITH DIFFERENT ADAPTATION AND EMOTIONAL BARRIERS IN COMMUNICATION

У статті розглядаються особливості соціального інтелекту учнів закладу професійно-технічної освіти, які мають різну адаптацію та емоційні бар'єри у спілкуванні. Дослідницьку процедуру проводили на базі професійно-технічного училища № 4 м. Полтави. Вибірка становила 40 респондентів. Ми використали методіку дослідження соціального інтелекту (за Дж. Гілфордом), методіку визначення соціально-психологічної адаптації (за К. Роджерсом і Р. Даймондом) і методіку «Діагностика перешкод у встановленні емоційних контактів» (за В.В. Бойком).

У результаті дослідження виявлено, що в більшості учнів професійно-технічного навчального закладу соціальний інтелект середнього рівня, причому в дівчат його показники вищі, ніж у хлопців.

Також у більшості учнів виявлено середній рівень соціально-психологічної адаптації, проте в дівчат її показники більш сформовані. Більшість учнів із низьким рівнем соціального інтелекту мають низький рівень соціально-психологічної адаптації, учнів із середнім рівнем – середній її рівень, учнів із високим рівнем – високий рівень соціально-психологічної адаптації. Тобто, чим вищий рівень соціального інтелекту, тим вищий рівень соціально-психологічної адаптації.

Прояв емоційних бар'єрів у спілкуванні учнів становить така послідовність (від більшого до меншого ступеня вияву): небажання зближуватися з людьми; невідміння керувати емоціями; домінування негативних емоцій, негнучкість і невизначеність емоцій; неадекватний вияв емоцій. Причому в хлопців децю більше виявляються негативні емоції, а в дівчат – невідміння керувати емоціями.

Отримані результати свідчать про відмінності в наявності емоційних бар'єрів в учнів з різним рівнем соціального інтелекту. Для учнів з високим і середнім рівнями соціального інтелекту здебільшого властиве небажання зближуватися з людьми, з низьким рівнем соціального інтелекту – невідміння керувати емоціями.

Зазначається важливість розроблення й запровадження тренінгової програми з метою формування соціального інтелекту в учнів закладу професійно-технічної освіти, які мають низький рівень соціально-психологічної адаптації та емоційні бар'єри у спілкуванні.

Ключові слова: соціальний інтелект, соціально-психологічна адаптація, спілкування, емоційні бар'єри, учень закладу професій-

но-технічної освіти, підлітковий вік, юнацький вік.

The article examines the features of social intelligence among students of a vocational and technical educational institution with different levels of adaptation and emotional barriers in communication. The research procedure was conducted at Vocational and Technical School No. 4 in Poltava. The sample consisted of 40 respondents. We used the methodology of social intelligence research (according to J. Guilford), the methodology for determining social and psychological adaptation (according to K. Rogers and R. Diamond), and the "Diagnosis of barriers in establishing emotional contacts" methodology (according to V.V. Boyko).

The study revealed that the majority of students in the vocational and technical educational institution have an average level of social intelligence, with higher scores among girls than boys. Additionally, most students showed an average level of social and psychological adaptation, with girls having more developed indicators. The majority of students with a low level of social intelligence exhibited a low level of social and psychological adaptation, while those with a medium level exhibited an average level, and those with a high level exhibited a high level of social and psychological adaptation. Thus, a higher level of social intelligence corresponds to a higher level of social and psychological adaptation.

Emotional barriers in communication among students manifest in the following sequence (from higher to lower degree of manifestation): reluctance to approach people, inability to manage emotions, dominance of negative emotions and emotional rigidity, and inadequate expression of emotions. Boys tend to exhibit more negative emotions, while girls tend to struggle with managing emotions.

The results indicate differences in the presence of emotional barriers among students with different levels of social intelligence. Students with high and medium levels of social intelligence tend to demonstrate reluctance to approach people, while those with a low level struggle with managing emotions.

The importance of developing and implementing a training program aimed at forming social intelligence in students of vocational and technical educational institutions with low levels of social and psychological adaptation and emotional barriers in communication is emphasized.

Key words: social intelligence, social and psychological adaptation, communication, emotional barriers, student of a professional and technical education institution, teens, adolescence.

UDK 159.923.33:377.5

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

2024.59.18

Харченко А.С.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Полтавський національний педагогічний

університет імені В.Г. Короленка

Гончарова Н.О.

к.психол.н.,

доцентка кафедри психології

Полтавський національний педагогічний

університет імені В.Г. Короленка

Юдіна Н.О.

к.психол.н.,

доцентка кафедри психології

Полтавський національний педагогічний

університет імені В.Г. Короленка

Постановка проблеми. У сучасних умовах розвитку суспільства одним із важливих складників життєдіяльності особистості, її професійного становлення є соціальний інтелект.

У зарубіжних і вітчизняних дослідженнях підкреслюється, що соціальний інтелект значною мірою визначає пізнання й розуміння особистістю як своїх дій, вчинків, діяльності загалом, так й інших людей; сприяє прогнозуванню

міжособистісних взаємин; допомагає передбачати наслідки ситуацій. Звісно, особливу роль соціальний інтелект відіграє в соціономічних професіях, які потребують високого рівня розвитку якостей, що забезпечують успішність та ефективність у взаєминах з людьми. Проте останнім часом висувуються підвищені вимоги до підготовки фахівців у різних сферах діяльності й зростає значення соціального інтелекту як її складника. Сучасний ринок праці вимагає й від випускника навчального закладу професійної-технічної освіти (далі – ЗПТО) не лише ґрунтовних теоретичних знань і здатності застосовувати їх у нестандартних життєвих ситуаціях, а й досвіду соціальної взаємодії, що виявляється в розумінні психічних процесів, станів і властивостей іншої людини, прогнозуванні поведінки і взаємин. Важливими вміннями для цих майбутніх фахівців виявляються й установлення та підтримка контактів з іншими людьми, а також взаємодія у спільній діяльності.

Аналіз останніх публікацій. Проблеми дослідження соціального інтелекту в підлітковому і юнацькому вікових періодах присвячені праці таких науковців, як Р.М. Білоус [1], Л.О. Ляховець [2], А.А. Мельник [3], М.О. Орап [4], В.О. Савуляк [5], С.В. Харченко [6], М.Ф. Цибра [7] та інші психологи.

М.О. Орап [4] виокремила показники вимірювання рівня розвитку структурних елементів соціального інтелекту. На її думку, це – емоційний інтелект, соціально-психологічна антиципація та соціальна взаємодія. «Ці показники змістовно змінюються залежно від специфічних особливостей вікового періоду, розв'язуючи основні завдання формування соціального інтелекту на даному етапі життя» [4, с. 65].

На думку Л.О. Ляховець [2], на різних вікових етапах соціальний інтелект дитини розкривається через окремі психологічні феномени й новоутворення. Так, у підлітків це відбувається через підвищений і якісно новий інтерес до інших, рефлексивність, прагнення до ідентичності й дорослості, здатність занурюватися в соціальні почуття, соціальну компетенцію.

С.В. Харченко [6] довела, що в юнацькому віці чим вищий рівень розвитку соціального інтелекту, тим більше суб'єкт схильний до запальності й менш – до вразливості та негативної агресивності. Розвиток здібності виділення загальних істотних ознак у різних невербальних реакціях людини сприяє зниженню конфліктності й агресивності у спілкуванні. Також за більш високого рівня соціального інтелекту особи юнацького віку частіше обирають стиль поведінки в конфлікті «приспосовування» та меншою мірою – «співробітництво», причому неохочі до стилю «уникання».

Метою дослідження А.А. Мельник [3] було порівняння рівнів розвитку поведінкового

компонента соціального інтелекту школярів середніх і старших класів за показниками провідних його складників – соціальної взаємодії та соціальної адаптивності. Науковиця довела значущу різницю між рівнями розвитку цих складників в учнів середніх і старших класів. Факторами впливу на особливості соціального інтелекту вказуються такі: навчання, соціальна ситуація розвитку, стиль сімейного виховання, загальний рівень розвиненості особистості, цілі учнів у сфері спілкування, розширення цієї сфери або, навпаки, індивідуалізація, що зростає.

М.Ф. Цибра та Ю.А. Дюжева [7] виявили специфічні психологічні ознаки соціального інтелекту підлітків із різним рівнем залежності від соціальних мереж. Підлітки, незалежні від соціальних мереж та інтернету, мають досить високий рівень соціального інтелекту, на відміну від підлітків, що спілкують переважно он-лайн.

У результаті емпіричного дослідження В.О. Савуляк і К.О. Бакун [5] підтвердили збільшення з віком – у ранній юності порівняно з підлітковим – позитивного взаємозв'язку рівнів соціального інтелекту й соціально-психологічної адаптації.

Р.М. Білоус та А.В. Беловою [1] провели порівняльне дослідження компонентів соціального інтелекту студентів-психологів першого та другого курсів університету й учнів професійно-технічного училища. Так, у студентів рівень соціального інтелекту є вищим, порівняно з учнями. Рівень соціального інтелекту не залежить від перцептивно-невербальної компетентності, не впливає на механізми захисту. І в групі студентів, і в групі учнів домінуючими механізмами захисту виявилися проєкція та заперечення, причому з віком додається інтелектуалізація. Студенти й учні в ситуації спілкування не використовують копінг-стратегію уникнення проблем, а, навпаки, намагаються подолати труднощі або шукають соціальної підтримки.

Аналіз наукової літератури показав, що в психології бракує досліджень особливостей соціального інтелекту учнів ЗПТО, які відрізняються рівнем соціально-психологічної адаптації та виявом різних емоційних бар'єрів у спілкуванні.

Мета дослідження полягає в аналізі результатів емпіричного дослідження особливостей соціального інтелекту учнів ЗПТО з різною адаптацією та емоційними бар'єрами у спілкуванні.

Для досягнення мети потрібно виконати такі **завдання**: 1) виявити рівні соціального інтелекту учнів ЗПТО; 2) вивчити особливості соціального інтелекту учнів ЗПТО з різним рівнем соціально-психологічної адаптації; 3) проаналізувати особливості соціального інтелекту

учнів ЗПТО з різними емоційними бар'єрами у спілкуванні.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емпіричним дослідженням охоплено 40 учнів віком 15–16 років (20 дівчат і 20 хлопців), які навчаються в професійно-технічному училищі № 4 м. Полтави.

Для вивчення психологічних особливостей соціального інтелекту учнів ЗПТО з різною адаптацією та емоційними бар'єрами у спілкуванні ми обрали такі методики: дослідження соціального інтелекту (за Дж. Гілфордом); визначення соціально-психологічної адаптації (за К. Роджерсом і Р. Даймондом) і методику «Діагностика перешкод у встановленні емоційних контактів» (за В.В. Бойком).

На першому етапі дослідження виявлено рівні соціального інтелекту учнів ЗПТО. Так, більшість учнів ЗПТО (52,5% осіб) мали середній рівень соціального інтелекту, тобто ще відбувається його формування. Вони здатні висловлювати судження про людей, прогнозувати їхні реакції в заданих обставинах, виявляти далекоглядність у взаєминах з іншими, проте іноді ці їхні висновки не відповідають ситуації.

Третина учнів ЗПТО (25% осіб) демонструють низький рівень соціального інтелекту. Вони не розуміють як своїх дій, вчинків, діяльності в цілому, так й інших людей, їм складно встановлювати соціальні контакти.

Менша частина досліджуваних (22,5% осіб) виявила високий рівень соціального інтелекту. Вони – контактні, відкриті, тактовні, доброзичливі й сердечні, швидко встановлюють психологічну близькість у спілкуванні.

Проаналізуємо розвиток складників соціального інтелекту в учнів ЗПТО. За результатами показників субтесту «Історії із завершенням», 55% дівчат і 40% хлопців здатні передбачати наслідки поведінки. Вони здатні передбачати подальші вчинки людей на основі аналізу реальних ситуацій спілкування (сімейного, ділового, дружнього); передбачати події, ґрунтуючись на розумінні почуттів, думок, намірів учасників комунікації. Ці учні вміють чітко вибудовувати стратегію власної поведінки для досягнення поставленої мети. Учні з низькими показниками за цим субтестом (45% дівчат і 60% хлопців) погано розуміють зв'язок між поведінкою та її наслідками. Вони можуть часто робити помилки (у тому числі й протиправні дії), потрапляти в конфліктні, а можливо, і в небезпечні ситуації, оскільки неправильно уявляють собі результати своїх дій чи вчинків інших. Також вони погано орієнтуються в загальноприйнятих нормах і правилах поведінки.

Аналіз даних за субтестом «Групи експресії» показав, що 60% дівчат і 45% хлопців здатні правильно оцінювати стани, почуття, наміри

людей за їхнім невербальним проявом, мімікою, позами, жестами. Вони, швидше за все, надають великого значення невербальному спілкуванню, звертають багато уваги саме на невербальні реакції учасників комунікації. Чутливість до невербальної експресії істотно підсилює здатність розуміти інших. Учні з низькими показниками за субтестом (40% дівчат і 55% хлопців) погано володіють мовою рухів тіла, поглядів і жестів. У спілкуванні здебільшого орієнтуються на вербальний зміст повідомлень.

60% дівчат і 50% хлопців отримали високі оцінки за субтестом «Вербальна експресія». Вони мають високу чутливість до характеру й відтінків людських взаємин, що допомагає їм швидко й правильно розуміти те, що люди говорять одне одному (мовну експресію) у контексті певної ситуації, конкретних взаємин. Учні з низькими оцінками за субтестом (40% дівчат і 50% хлопців) погано розпізнають різні смисли повідомлень залежно від характеру взаємин людей і контексту ситуації спілкування.

50% учениць і 40% учнів здатні розпізнавати структуру міжособистісних ситуацій у динаміці (за показниками субтесту «Історії з доповненням»). Вони вміють аналізувати складні ситуації взаємодії людей, розуміють логіку їхнього розвитку, відчують зміну сенсу ситуації в разі включення в комунікацію різних учасників. Шляхом логічних умовиводів вони здатні добудовувати невідомі, відсутні ланки в ланцюзі цих взаємодій, передбачати, як людина поводитиме себе надалі, відшукувати причини певної поведінки. 50% учениць і 60% учнів відчують труднощі в аналізі ситуацій міжособистісної взаємодії і, як наслідок, погано адаптуються до різного роду взаєминам між людьми.

Другий етап дослідження передбачав аналіз особливостей соціального інтелекту учнів ЗПТО з різним рівнем соціально-психологічної адаптації.

На основі отриманих результатів здійснено розподіл учнів ЗПТО на три групи: 1) з високим рівнем адаптації – 20,0% осіб; 2) із середнім рівнем адаптації – 50,0% осіб; 3) з низьким рівнем адаптації – 30,0% осіб. Причому більшість учнів ЗПТО з високим рівнем адаптації – дівчата.

Учням ЗПТО з високим рівнем адаптації властива пристосованість до умов взаємодії, спілкування з навколишніми в системі міжособистісних взаємин. Спілкуючись, вони здатні обмінюватися інформацією та шукати спільні цілі, цінності й особистісні досягнення. Наміри цих учнів збігаються з діями.

Учні ЗПТО з низьким рівнем адаптації переживають емоційний дискомфорт в разі або зміни умов життя, або появи нових людей у їхньому житті. Також їм властива певна

залежність від інших, що може бути причиною зниження активності для реалізації власних потреб.

За результатами дослідження, більшість учнів з низьким рівнем соціального інтелекту (80,0%) мають низький рівень соціально-психологічної адаптації, учнів із середнім рівнем (81,0%) – середній рівень соціально-психологічної адаптації, учнів з високим рівнем (88,9%) – високий рівень соціально-психологічної адаптації. Таким чином, чим вищий рівень соціального інтелекту, тим вищий рівень соціально-психологічної адаптації.

На третьому етапі дослідження вивчали особливості соціального інтелекту учнів ЗПТО з різними емоційними бар'єрами у спілкуванні.

Аналізуючи в учнів ЗПТО прояв емоційних бар'єрів у спілкуванні, констатували таку їх послідовність за значущістю (від більшого до меншого ступеня вияву): небажання зближуватися з людьми (35,0% осіб; по 17,5% хлопців і дівчат); невміння керувати емоціями (27,5% осіб; 7,5% хлопців і 20,0% дівчат); домінування негативних емоцій (15,0% осіб; 12,5% хлопців і 2,5% дівчат); негнучкість і невиразність емоцій (15,0% осіб; по 7,5% хлопців і дівчат); неадекватний вияв емоцій (7,5% осіб; 5,0% хлопців і 2,5% дівчат). Як видно із цих результатів, хлопцям дещо більше властиве домінування негативних емоцій, а дівчатам – невміння керувати емоціями.

77,8% учнів з низьким рівнем соціального інтелекту не вміють керувати власними емоціями, а у 22,2% осіб домінують негативні емоції.

42,8% учнів з середнім рівнем соціального інтелекту виявляють небажання зближуватися з людьми. По 14,3% учнів з тим самим рівнем соціального інтелекту або не вміють керувати власними емоціями, або неадекватно їх виявляють, або негнучкі та з невиразними емоціями, або з домінуванням негативних емоцій.

Більшість учнів з високим рівнем соціального інтелекту (77,8%) не бажають зближуватися з людьми. По 11,1% учнів з тим самим рівнем соціального інтелекту або не вміють керувати власними емоціями, або невиразно їх виявляють,

Висновки. Таким чином, у результаті теоретичного аналізу проблеми з'ясовано, що соціальний інтелект – це інтегральна інтелектуальна здатність. Він визначає успішність спілкування й соціальної адаптації, а також здатність розуміти людей і керувати ними й загалом пристосованість до людського буття. Соціальний інтелект розглядається як важлива професійна якість фахівця системи професійно-технічної освіти, що детермінує успішність соціальної взаємодії та його професійну реалізацію.

У більшості учнів ЗПТО соціальний інтелект знаходиться на середньому рівні, проте в дівчат його показники вищі, ніж у хлопців.

У більшості учнів ЗПТО виявлено середній рівень соціально-психологічної адаптації, але в дівчат її показники більш сформовані.

Більшість учнів ЗПТО з низьким рівнем соціального інтелекту мають низький рівень соціально-психологічної адаптації, учнів ЗПТО із середнім рівнем – середній рівень соціально-психологічної адаптації, учнів ЗПТО з високим рівнем – високий рівень соціально-психологічної адаптації. Як видно із цих результатів, чим вищий рівень соціального інтелекту, тим вищий рівень соціально-психологічної адаптації.

Прояв емоційних бар'єрів у спілкування в учнів ЗПТО становить така послідовність (від більшого до меншого ступеня вияву): небажання зближуватися з людьми; невміння керувати емоціями; однаково виражені домінування негативних емоцій і негнучкість, невиразність емоцій; неадекватний вияв емоцій. Причому в хлопців дещо більше виявляються негативні емоції, а в дівчат – невміння керувати емоціями.

Отримані результати свідчать про відмінності в наявності емоційних бар'єрів в учнів ЗПТО з різним рівнем соціального інтелекту. Для учнів з високим і середнім рівнями соціального інтелекту здебільшого властиве небажання зближуватися з людьми, з низьким рівнем соціального інтелекту – невміння керувати емоціями.

Перспективами дослідження є розроблення й упровадження тренінгової програми з метою формування соціального інтелекту в учнів ЗПТО з низьким рівнем соціально-психологічної адаптації та емоційними бар'єрами у спілкуванні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Білоус Р.М., Белова А.В. Психологічні особливості соціального інтелекту в юнацькому віці. *Наука і освіта*. 2016. № 7. С. 11–15.
2. Ляховець Л.О. Вікові особливості становлення соціального інтелекту. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2015. Вип. 126. С. 102–106.
3. Мельник А.А. Особливості поведінкового компонента соціального інтелекту учнів середнього та старшого шкільного віку. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2011. Вип. 40. С. 159–167.
4. Орап М.О. Методологія і методика дослідження соціального інтелекту дітей шкільного віку. *Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості* : монографія / за ред. : С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2019. С. 45–67.

5. Савуляк В.О., Бакун К.О. Вікові особливості взаємозв'язку соціально-психологічної адаптації та розвитку соціального інтелекту (на матеріалі дослідження школярів). *Психологія: реальність і перспективи* : збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету / ред. кол. : Р.В. Павелків, Н.В. Корчакова, В.І. Безлюдна. Рівне : РДГУ, 2018. Вип. 11. С. 129–134.

6. Харченко С.В. Особливості соціального інтелекту в юнацькому віці. *Науковий вісник Херсон-*

ського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2017. Том 2. № 2. С. 112–116.

7. Цибра М.Ф., Дюжева Ю.А. Психологічні особливості прояву соціального інтелекту підлітків із різним рівнем залежності від соціальних мереж. *Актуальні проблеми психології особистості : теорія, досвід, практика* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 28–29 квіт. 2022 р.). Одеса : ФОП Бєлий А.Є., 2022. С. 59–67.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ
З ОБМЕЖЕНИМИ ПСИХОФІЗИЧНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИSOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF SENIOR PRE-SCHOOL
STUDENTS WITH LIMITED PSYCHO-PHYSICAL CAPABILITIES

Стаття присвячена теоретичному та практичному аналізу вивчення проблеми психологічних особливостей соціально-психологічної адаптації старших дошкільників з обмеженими психофізичними можливостями. Надається характеристика поняття шкільної адаптації. Аналізується специфіка адаптаційного періоду в загальноосвітньому дошкільному закладі. Розкриваються чинники, що призводять до проявів дезадаптації в дітей-дошкільників з обмеженими психофізичними можливостями. Обґрунтовуються шляхи психолого-педагогічного супроводу дітей з обмеженими психофізичними можливостями. Наголошується, що психологічний аспект адаптації полягає в пристосуванні особистості до потреб суспільства з урахуванням власних мотивів інтересів. Соціалізацією особистості є процес перетворення людської істоти на суспільного індивіда, утвердження її як особистості, включення в суспільне життя як активної й діючої сили. Соціально-психологічна адаптація особи є процесом придбання нею певного статусу, оволодіння тими або іншими соціально-психологічними ролевими функціями. У процесі соціально-психологічної адаптації особа прагне досягти гармонії між внутрішніми та зовнішніми умовами життя й діяльності. У міру здійснення такої адаптації підвищується адаптованість особи, за повноти якої досягається адекватність психічної діяльності людини заданим умовам середовища та її діяльності в тих або інших обставинах. Аналізуються методичні засади дослідження психологічних особливостей соціально-психологічної адаптації старших дошкільників з обмеженими психофізичними можливостями, де цей психодіагностичний комплекс методик усебічно діагностує особливості соціально-психологічної адаптації дітей. Проаналізовано організацію емпіричного дослідження й результати психодіагностики психологічних особливостей соціально-психологічної адаптації старших дошкільників з обмеженими психофізичними можливостями: визначення рівня тривожності, адаптації й самооцінки старших дошкільників, аналіз стану емоційного ставлення дітей дошкільного віку до закладу освіти, особливостей самооцінки психічних якостей та емоційного ставлення до закладу дошкільної освіти дітей-дошкільників із різним рівнем тривожності.

Ключові слова: старший дошкільний вік, адаптація, соціально-психологічна адаптація, обмежені психофізичні можливості,

рівень тривожності, рівень адаптації, рівень самооцінки, емоційне ставлення.

The article is devoted to the theoretical and practical analysis of the problem of studying the psychological features of the socio-psychological adaptation of older preschoolers with limited psychophysical capabilities. The concept of school adaptation is characterized. The specifics of the adaptation period in a comprehensive preschool institution are analyzed. The factors that lead to manifestations of maladaptation in preschool children with limited psychophysical capabilities are revealed. Ways of psychological-pedagogical support for children with limited psychophysical capabilities are substantiated. It is emphasized that the psychological aspect of adaptation consists in adapting the individual to the needs of society, taking into account one's own motivations and interests. Socialization of the individual is the process of transforming a human being into a social individual, establishing it as an individual, including it in social life as an active and effective force. Socio-psychological adaptation of a person is the process of him acquiring a certain status, mastering certain social-psychological role functions. In the process of social and psychological adaptation, a person strives to achieve harmony between internal and external conditions of life and activity. As such adaptation is carried out, the adaptability of a person increases, with the completeness of which the adequacy of a person's mental activity to the given conditions of the environment and his activity in certain circumstances is achieved. The methodical principles of the study of the psychological features of the socio-psychological adaptation of older preschoolers with limited psychophysical capabilities are analyzed, where this psychodiagnostic set of methods comprehensively diagnoses the features of the socio-psychological adaptation of children. The organization of an empirical study and the results of psychodiagnosis of the psychological features of the socio-psychological adaptation of older preschoolers with limited psychophysical capabilities are analyzed: determination of the level of anxiety, adaptation and self-esteem of older preschoolers, analysis of the state of emotional attitude of preschoolers to the educational institution, features of self-assessment of mental qualities and emotional attitude to the institution preschool education of preschool children with different levels of anxiety.

Key words: senior preschool age, adaptation, socio-psychological adaptation, limited psychophysical capabilities, level of anxiety, level of adaptation, level of self-esteem, emotional attitude.

УДК 159.922.7-053.4:364-787.522-056.
21.3
DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.
2024.59.19](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.19)

Яновська Т.А.

к. психол. н.,
доцентка кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Гончарова Н.О.

к. психол. н.,
доцентка кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

У сучасному суспільстві гостро постає проблема адаптації та збереження психічного здоров'я особистості. Система освіти вимагає суттєвих змін методики, цінностей і змісту підготовки нової генерації до життя. Тому проблема адаптації дітей до умов перебування в закладі освіти є актуальною і потребує уваги

психологів, вихователів і батьків. Особливо важливою така проблема стосовно дітей з обмеженими психофізичними можливостями, які потребують постійного супроводу від фахівців – вихователів, психологів, логопедів тощо. Дезадаптація старших дошкільників, яка заважає соціалізації дитини, гармонійному

розвитку особистості, перешкоджає подальшій успішності в навчанні, загальній соціально-психологічній адаптації. Тому знаходження шляхів, подолання освітньої дезадаптації є важливою проблемою теорії психологічної науки й педагогічної практики.

У дослідженнях, проведених О. Гаяш, Л. Захаровою, О. Чеботарьовою, проаналізовані основні шляхи адаптації дітей. Учені вважають за необхідне проводити своєчасну діагностику психологічної готовності дитини як один із головних видів профілактики можливих труднощів в адаптації до освітнього середовища, передбачати широку сукупність інших чинників, що визначають успішність адаптації дітей. Своєчасне визначення чинників дезадаптації та надання допомоги неадаптованим дітям дасть змогу покращити їх процес навчання, запобігти великій кількості психологічних проблем у навчальному закладі [1, с. 56].

Актуальні наукові дослідження психологічних характеристик дітей із затримкою психічного розвитку засвідчують розповсюдження цієї проблеми на всю сферу психічного розвитку дитини, систему її емоційно-вольової регуляції поведінки, адаптації до соціального середовища. Про специфічні риси особистості, які характерні для дітей з обмеженими фізичними можливостями, ідеться в дослідженнях М. Конової, І. Ольховської, Н. Пахомової, Ю. Рібцун [2, с. 128]. Дослідники вважають, що дефіцитарність особистісної сфери цих дітей зумовлює особливості їхньої поведінки. У дослідженнях Н. Компанець, І. Мартиненко, О. Нагорної, Л. Прохоренко зазначено, що характерними для дітей з обмеженими психофізичними можливостями під час виконання навчальних завдань є специфічні особливості вольової сфери, які полягають у такому: вольовий імпульс актуальної потреби ніколи не викликає дії; у випадку необхідності здійснення вольових зусиль ці зусилля ніколи не докладаються для досягнення поставленої мети, найчастіше відбувається відмова від подальших дій. Тобто вольова сфера дітей не мотивована, не осмислена, несформована [3, с. 167]. На думку О. Ломакіної, Л. Трофименко, Г. Якимчук, дитина, яка має труднощі в спілкуванні, не вміє адаптувати свою поведінку до вимог ситуації спілкування й особливостей співрозмовника; вона відрізняється недиференційованістю оцінок себе й інших, стереотипізацією сприйняття навколишніх, що забезпечує перенесення досвіду ускладненого спілкування із ситуації в ситуацію [5, с. 39].

Здійснивши аналіз психологічних досліджень, підкреслимо, що проблема особливостей соціально-психологічної адаптації старших дошкільників є не досить вивченою, потребує

більш детального розгляду. Нерозкритими залишаються питання напряму вивчення спектру адаптаційних труднощів дітей старшого дошкільного віку з обмеженими психофізичними можливостями. Метою дослідження є теоретично вивчити й емпірично дослідити особливості соціально-психологічної адаптації старших дошкільників з обмеженими психофізичними можливостями.

Емпіричною базою дослідження є вибірка, до якої ввійшли 60 старших дошкільників із Миргородського навчально-виховного комплексу «Гелікон» (30 дітей – учні з обмеженими психофізичними можливостями (затримка психічного розвитку різного ступеня); 30 дітей, які не мають порушень у розвитку).

Розглянемо результати емпіричного дослідження тривожності дошкільників, отримані в ході проведення методики визначення тривожності дитини (за Н. Максимовою, К. Мілютіною) [4, с. 102].

Як видно з результатів дослідження, у 51% дошкільників виражена тривожність не є властивою. Їхня емоційна сфера характеризується позитивними емоційним налаштуванням і модальністю емоційних переживань. Вони не відчують негативних емоцій через імовірність несприятливого розвитку подій. Такі діти мають позитивний комунікативний досвід взаємодії з дорослими й однолітками, охоче відвідують заклад дошкільної освіти, налаштовані на контакти. При цьому 22% дошкільників схильні до середнього рівня тривожності, що говорить про наявність у дітей ситуативної тривожності. В одних ситуаціях, які стосуються окремих сфер життя, вони схильні до негативних переживань, в інших – відчують позитивні емоції. Також 27% дошкільників притаманна виражена тривожність. Вони переживають у більшості ситуацій, де мають негативний комунікативний досвід. Їхнє життєве налаштування часто проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги в ситуаціях, які загрожують неприємностями, невдачами.

На наступному етапі дослідження проведено аналіз рівня адаптації й самооцінки старших дошкільників за допомогою методики «Дерево» (за Д. Лампентом, за описом Л. Пономаренко) [4, с. 164]. Як свідчать отримані дані, 37% респондентів властива низька самооцінка. Такі діти схильні недооцінювати власні можливості, негативно розцінюють свої навчальні уміння. Психологічним підґрунтям такої самооцінки є невпевненість у собі або ж «захисна» реакція дитини, коли відбувається декларування (самій собі) власного невміння, відсутності здатності, що дає змогу не докладати жодних зусиль. Така самооцінка в дітей сформована під впливом стабільного негативного оцінювання їхньої

особистості з боку вихователів, значущих дорослих та однолітків.

При цьому 17% дітей характеризуються вираженою неадекватною низькою самооцінкою, тобто їхні негативні уявлення про власну особистість мають крайній ступінь вираження, негативно впливають на перебіг стосунків з навколишніми й навчальну діяльність. На основі надмірно заниженого ставлення до своїх можливостей дошкільники часто проявляють сором'язливість, відчувають труднощі в установленні контактів з навколишніми, де в разі найменших труднощів відмовляються від спілкування чи навчання. Така поведінка дітей викликає негативну оцінку дорослих, що ускладнює їхнє становище в колективі. Окрім цього, з'ясовано, що 5% досліджуваних із середньою адекватною самооцінкою орієнтовані на оптимальне ставлення й оцінювання своїх навчальних можливостей і психологічних якостей. Вони схильні ставити перед собою завдання середнього рівня складності й у більшості випадків їх виконують.

Також 58% респондентів притаманна висока самооцінка. Вони позитивно та на високому рівні розцінюють свої можливості й вираженість психологічних характеристик, позитивно оцінюють власну особистість загалом. Завищена самооцінка може підтверджувати особистісну незрілість, невміння правильно оцінити результати своєї діяльності, порівнювати себе з іншими; така самооцінка може вказувати на суттєві викривлення у формуванні особистості дитини, її «закритості для досвіду», нечутливості до своїх помилок, невдач, зауважень та оцінок навколишніх. При цьому 31% дошкільників із високою самооцінкою характеризується неадекватним її рівнем. Такі діти схильні завищено оцінювати свої якості й особистісні можливості, унаслідок чого вони вразливі до ситуацій, із якими не можуть упоратися, адже їхні реальні можливості не збігаються з оцінюванням самими дітьми. Маючи таку самооцінку, дошкільники ставлять перед собою нереальні цілі, досягнення яких часто неможливе для них, унаслідок чого вони відчувають розчарування та психологічний дискомфорт. Надмірно завищена самооцінка дітей формується під впливом неадекватно завищеного оцінювання з боку дорослих, навіть коли результати діяльності дитини не є достатньо успішними. Як результат у дитини закріплюється неадекватне позитивне ставлення до свого «Я», що межує з відсутністю самокритичності.

Також визначимо різні аспекти адаптації дітей дошкільного віку. Як свідчать отримані результати, старші дошкільники характеризуються такими найбільш вираженими аспектами адаптації до закладу освіти, як нормальна адаптація (25%), комунікабельність і підтримка друзів (18%), завищена самооцінка (15%),

установка на подолання перешкод (12%). Значно меншою мірою дітям властиві втомлюваність і слабкість (12%), мотивація на розваги (9%), відстороненість (6%), кризовий адаптаційний стан (3%) як прояви дезадаптації в шкільному житті. Тобто респондентам більш властива орієнтація на встановлення стосунків з однолітками, прагнення пристосуватися до процесу навчання за позитивного оцінювання своїх психологічних якостей. При цьому дітям майже не властиві показники вираженої дезадаптації та переваги ігрової мотивації відвідування закладу освіти, що свідчить про адаптаційні проблеми.

Крім того, розглянемо результати дослідження емоційного аспекту адаптації дошкільників до освітнього середовища, отримані за методикою вивчення емоційного ставлення дітей до закладу освіти (за Г. Урунтаєвою, Ю. Афонькіною) [4, с. 201]. Як видно з отриманих даних, 46% респондентів мають позитивні емоції від навчання й перебування в закладі дошкільної освіти. Вони налаштовані на відвідування закладу, перебуваючи на заняттях, відчувають позитивні емоції та задоволення, що свідчить про високу адаптованість досліджуваних. Також 18% дітей мають недиференційовані емоції під час перебування в закладі освіти, в одних ситуаціях вони характеризуються позитивними емоційними переживаннями, в інших – негативними. Для 36% досліджуваних є властивим домінування негативних емоцій під час відвідування ЗДО, що провокує в них страх, тривогу й негативні переживання. Такі діти не адаптовані до перебування в такому закладі, мають проблеми в пристосуванні до умов навчання та стосунків у ньому. Отже, серед старших дошкільників переважають позитивні емоції щодо закладу освіти, хоча зафіксована й незначна кількість досліджуваних із негативним ставленням до освітнього середовища.

Розглянемо особливості емоційних реакцій досліджуваних за методикою «Тест руки» (за З. Брайклінім, Е. Вагнером) [4, с. 217]. При цьому зосередимо увагу на емоційних реакціях, які стосуються виражених особистісних проблем дошкільників – агресії, страху, емоційності, залежності й демонстративності, тобто якостей, що найбільше пов'язані з порушеннями функціонування особистості.

Як свідчать результати дослідження, у 37% старших дошкільників зафіксовані прояви агресивних реакцій, вони можуть вороже сприймати ставлення навколишніх до них. При цьому 63% досліджуваних не відмітили агресивність у своїх відповідях, тому й не характеризуються вираженою агресивністю. Також 15% дошкільників притаманне переважання страху в сприйнятті стимульованого матеріалу до методики, вони тривожно

сприймають знаки соціуму, ставлення інших людей до них.

Окрім цього, встановлено, що 24% досліджуваних характеризуються вираженою емоційністю на соціальні впливи; емоції для них є більш важливими, ніж сам зміст повідомлення. Це відповідає специфіці психологічного розвитку в старшому дошкільному віці.

Також 17% дошкільників проявили залежність, тобто вони є залежними від навколишніх, не є самостійними. Така риса може провокувати агресивні прояви, оскільки проявляючи залежність від навколишніх, передусім дорослих, дитина може поводитися агресивно в тих випадках, коли їй пропонують самостійно щось зробити. Демонстративність (проявили 12% дітей) також може виражатися у формі агресивності, оскільки активне самоствердження часто поєднується в дошкільників із надмірною домінантністю й агресивністю. Тобто дошкільники переважно не характеризуються проявами агресії. Незначна частина досліджуваних усе ж має агресивні прояви в поведінці.

Для перевірки сформульованої гіпотези про наявність відмінностей у показниках адаптованості дітей із затримкою психічного розвитку та дітей із нормативним розвитком порівнюємо вираженість самооцінки й позитивного емоційного ставлення до закладу освіти як аспектів адаптованості в дітей двох досліджуваних груп. Як свідчать дані, 65% дітей із нормативним розвитком характеризуються високою самооцінкою, позитивно оцінюючи свої психологічні характеристики й особистісні якості, не переживають, як їх сприйматимуть інші діти та вихователі. Натомість 58% дошкільників із затримкою психічного розвитку характеризуються низькою самооцінкою. Вони, негативно розцінюючи свої можливості, очікують невдач у навчанні та спілкуванні з навколишніми, постійно налаштовані на конфлікти, незадоволення з боку дорослих, отримання поганих оцінок.

При цьому 72% дітей з нормативним розвитком характерне виражене позитивне емоційне ставлення до закладу освіти. Маючи загальне позитивне налаштування до стосунків із педагогами й однолітками, вони не тривожаться через можливі проблеми з ними. Натомість 60% дітей із затримкою психічного розвитку характеризуються негативним емоційним ставленням до закладу освіти, тривожаться, що їх можуть запитати про те, чого вони не знають, про можливі конфлікти з іншими дітьми, тому мають негативне ставлення до закладу освіти загалом.

Для доведення статистичної значимості відмінностей показників дітей двох груп використали критерій χ^2 -Пірсона, емпіричні значення якого за порівнянням показників самооцінки становлять 10,235, а емоційного ставлення

до школи – 10,852 при χ^2 – критичному 5,991 ($p \leq 0,05$); 9,210 ($p \leq 0,01$) і $k=2$. Тобто діти з обмеженими психічними можливостями дійсно характеризуються труднощами в адаптації до закладу освіти й зниженою самооцінкою.

Також для перевірки гіпотези порівнюємо вираженість агресивності й інших особливостей емоційної сфери дошкільників із затримкою психічного розвитку та дітей з нормативним розвитком. Як свідчать дані, дошкільникам із ЗПР властиві відмінні показники емоційних реакцій. Зокрема, агресивність властива 61% дітей із ЗПР як наслідок порушення комунікації з навколишніми. Агресивність значно менше властива дошкільникам іншої групи (38%).

Дошкільники із ЗПР характеризуються вираженим почуттям страху, зафіксованим у 42% досліджуваних, і залежності – у 27%. Тобто, відчуваючи тривогу та нервово-психічне напруження, очікуючи конфліктів із навколишніми, несприятливого розвитку подій, такі діти мають виражені страхи – побоювання конкретних людей чи ситуацій при вираженій несамостійності, залежності від навколишніх. Натомість 94% дітей із нормальним рівнем розвитку не мають страхів і незалежні від навколишніх. Маючи можливість нормально взаємодіяти з іншими людьми, вони не відчувають страхів, а думка навколишніх для них хоч і є важливою, але не виражається в підкоренні іншим людям. Крім того, отримано незначне домінування показників демонстративності серед 21% дошкільників із нормативним розвитком. Це свідчить, що такі дошкільники, на противагу дітям із ЗПР, характеризуються більшою демонстративністю, їм легше проявляти особистісні характеристики. Також дітям властива виражена емоційність, що зафіксована в обох підгрупах досліджуваних. Більш емоційні дошкільники із ЗПР (48%), які бурхливо реагують на життєві ситуації. 26% представників іншої підгрупи також часто властива виражена емоційність, що можна вважати типовою рисою дошкільного віку.

Значення брахункукритерію χ^2 -Пірсона становлять за порівнянням агресивності – 12,345, страху – 7,234, емоційності – 7,234, залежності – 3,245, демонстративності – 3,245 при χ^2 – критичному 5,991 ($p \leq 0,05$); 9,210 ($p \leq 0,01$) і $k=2$.

Отже, діти з обмеженими психофізичними можливостями характеризуються труднощами в соціально-психологічній адаптації до умов освітнього середовища. Вони мають проблеми в адаптації, знижений рівень самооцінки й виражене негативне емоційне ставлення до освітнього середовища. Натомість дітям із нормативним розвитком властиво позитивне ставлення до закладу освіти, ознаки психічної адаптації до освітнього середовища, підвищена самооцінка.

Перспектива подальших досліджень полягає в установленні особливостей розвитку пізнавальної сфери дітей старшого дошкільного віку з обмеженими психофізичними можливостями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Войтко В. Психолого-педагогічний супровід дітей із затримкою психічного розвитку : навчально-методичний посібник. Кропивницький : КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2017. 148 с.
2. Пахомова Н., Кононова М. Спеціальна психологія. Полтава : АСМІ, 2015. 389 с.
3. Прохоренко Л. Стандартизація навчання школярів із порушеннями когнітивного розвитку. Київ : Симоненко О.І., 2019. 328 с.
4. Чала Ю. Психодіагностика : навчальний посібник. Харків : НТУ «ХПІ», 2018. 246 с.
5. Шевченко Ю. Особливості розвитку дітей з інтелектуальними порушеннями в сучасному освітньому просторі. *Особлива дитина: навчання і виховання*. 2020. № 3 (99). С. 35–44.

СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF POST-TRAUMATIC GROWTH OF PARTICIPANTS IN COMBAT ACTIONS

Стаття присвячена дослідженню позитивної ролі стресу в умовах бойових дій і подальшому впливу постстресового розладу на життя військовослужбовців, що зазнали воєнної травматизації. Висвітлено феномен посттравматичного зростання учасників бойових дій, його аналіз із початком широкомасштабного вторгнення.

Багатьма дослідженнями доведено, що перебування військовослужбовця в умовах бойових дій із часом може призвести до специфічних змін у його психіці. Це одна з основних причин посттравматичного стресового розладу. За статистикою в перші дні бойових дій психічної травми зазнають 60–65% військовослужбовців, 20–25% не можуть виконувати свої посадові обов'язки та потребують спеціалізованої допомоги. Особливе місце у процесі воєнної травматизації та посттравматичного розладу відведено посттравматичному зростанню, яке передбачає активізацію відповідальності особистості за своє подальше життя та його якість.

У процесі даного дослідження було виявлено, що учасники бойових дій демонструють високий рівень життєстійкості та резильєнтності, а також можуть досягати позитивного посттравматичного зростання. Результати дослідження надають важливі відомості для розвитку психологічної підтримки та реабілітації учасників бойових дій. Військовослужбовці, які мають досвід участі в активних бойових діях, найчастіше стикаються з ризиком розвитку посттравматичного стресового розладу. Що більше вольових якостей особистість може виявити, що успішніше її дії під час подій, то більш упевненою та самодостатньою стає людина.

Ключові слова: резильєнтність, воєнний конфлікт, психічне становище, психологічна підтримка, посттравматичне зростання,

учасники бойових дій, психологічні особливості, життєстійкість, реабілітація.

The article is dedicated to the investigation of the positive role of stress in the minds of combat operations, and the further influx of post-stress discord into the lives of military servicemen who have experienced military trauma. The phenomenon of post-traumatic growth of participants in combat operations and its analysis of the beginnings of large-scale invasion are highlighted.

A lot of research has shown that the excessive use of military service in the minds of military operations can over time lead to specific changes in their psyche. This is one of the main reasons for post-traumatic stress disorder. According to statistics, in the first days of combat operations, 60–65% of military servicemen suffered mental trauma, 20–25% were unable to remove their military equipment and obtain specialized assistance. A special place in the process of war traumatization and post-traumatic discord is given to post-traumatic growth, which transmits the activation of a type of specialness for its life and its vigor.

As a result of this study, it was revealed that combat participants demonstrate a high level of vitality and resilience, and can also achieve positive post-traumatic growth. The results of the investigation provide important information for the development of psychological support and rehabilitation of combat participants. Servicemen and women who have experience of active combat are most often at risk of developing post-traumatic stress disorder. The more volitional qualities a person can demonstrate and the more successful his or her actions are during events, the more confident and self-sufficient a person becomes.

Key words: resilience, military conflict, mental development, psychological support for post-traumatic growth, participants in combat operations, psychological characteristics, resilience, rehabilitation.

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.20>

Безсмертна О.В.

слухачка Інституту стратегічних комунікацій
Національний університет оборони України

Постановка проблеми. З початком широкомасштабного вторгнення на територію України більш ніж мільйон громадян країни беруть участь у збройних діях для захисту держави від агресії з боку Російської Федерації. У процесі дослідження воєнної травматизації учасників збройного протистояння нами було зроблено висновок, що дана ситуація може мати серйозні наслідки для їхнього психічного здоров'я та здатності адаптуватися після повернення до цивільного життя. У зв'язку із цим важливо чітко визначити ключові аспекти проблеми

посттравматичного зростання учасників бойових дій [5, с. 4].

Вивчення наслідків травматичного досвіду та розроблення методів психологічної допомоги в подібних ситуаціях набувають все більшої актуальності в сучасних наукових дослідженнях. Це пов'язано з підвищеним рівнем небезпеки в повсякденному житті населення, пов'язаним із воєнним станом у країні, що порушує звичний хід існування людини. Актуальність теоретичного аналізу питань, пов'язаних із наслідками воєнної психологічної

травматизації, не залишає сумнівів, тому що вплив травматичних подій сучасності на життєдіяльність людини привертає все більше уваги представників багатьох наукових дисциплін: медицини, соціології, філософії, юриспруденції, соціальної роботи і, звісно, психологічної науки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Із 2014 р. Україна перебуває у стані відкритого воєнного конфлікту з Російською Федерацією.

У низці досліджень сучасних українських науковців розглядаються різні аспекти психологічних категорій, як-от посттравматичне зростання, життєстійкість, резильєнтність і психологічне благополуччя (О. Мельник [8], О. Шелюг [12], Л. Мальована [9], В. Зубовський [10; 11], А. Коваленко [6], Т. Данильченко [3]). Аналіз наукової літератури в цій сфері показав, що дослідження зазвичай фокусуються на окремих аспектах, а не на комплексному розгляді всіх цих категорій разом.

Відсутність комплексних досліджень, які б вивчали всі зазначені наукові категорії на теоретичному й емпіричному рівнях, стає очевидною після аналізу наукової літератури. З огляду на багатомірність цих явищ необхідним вважається проведення теоретичного аналізу для розширення розуміння впливу травматичних ситуацій на життєве конструювання учасників бойових дій.

Мета статті полягає в систематизації й аналізі психологічних аспектів посттравматичного зростання серед учасників бойових дій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Натепер військовослужбовці відіграють важливу роль у суспільстві, але їхній досвід відрізняється від інших професійних груп через участь у бойових діях. Вони стикаються із широким спектром стрес-факторів, які можуть коливатися від віддаленості від дому до найбільш травматичних ситуацій, як-от втрата друзів, поранення або зіткнення із жорстокістю та звірствами на полі бою чи в полоні у ворога.

Протягом останніх років було здійснено значний обсяг досліджень щодо психологічних наслідків участі в АТО/ООС. Проте питання посттравматичного зростання учасників бойових дій залишається актуальним і потребує детального вивчення, оскільки кількість психологічно травмованих зростає щоденно в геометричній прогресії. Ця проблема полягає в ідентифікації особливостей посттравматичного зростання, його впливу на психічне становище військових і ефективності психологічних програм відновлення.

Окрім того, важливо розробити ефективні програми психологічної підтримки та реабілітації для військовослужбовців, що допоможе їм подолати травматичний досвід та повернутися до нормального життя після повернення

із зони ведення бойових дій. Такі програми можуть пропонувати психологічну консультацію, групу підтримки, терапію та доступ до медичних і психологічних ресурсів [14].

З початком широкомасштабного вторгнення Російської Федерації в Україну, що розпочалося 24 лютого 2022 р. та триває донині, більшість із раніше демобілізованих військових і добровольців разом із мільйонами інших українців пішли на фронт. Одні поглиблюють свої військові рани, а інші отримують свій перший бойовий досвід, який точно залишиться в їхній душі назавжди.

Відомо, що військові конфлікти важко вражають психіку безлічі людей, особливо безпосередніх учасників бойових дій. Психологічні травми, отримані в зонах бойових дій, принесуть багато страждань і можуть ускладнити нормальне життя протягом багатьох років після закінчення воєнного конфлікту. Люди, які зазнали таких травм, можуть відчувати себе відчуженими від звичайного життя та побоюватися звичайних речей. Щоб пережити це, вони змушені переосмислити свій внутрішній світ і, можливо, перебудувати його заново, щоб знову стати життєздатними. Новий сенс життя повинен враховувати їхній травматичний досвід і дозволити їм жити, не занурюючись у постійні страхи [11].

Військовослужбовці, які мають досвід участі в активних бойових діях, найчастіше стикаються з ризиком розвитку посттравматичного стресового розладу. Це через те, що вони не лише переживають страх за своє фізичне здоров'я, а й є свідками безлічі травматичних подій, як-от смерть, тортури, фізичне та психологічне виснаження під щільним вогнем противника. Це може порушувати їхні власні моральні принципи та закони, за якими вони жили в мирний час [15].

Такі ситуації можуть призвести до втрати відчуття самозбереження, самооцінки та впевненості в собі, своїх діях і переконаннях [13].

Після переживання травматичних подій основною проблемою для людини стає страх перед небезпекою у світі. Якщо вона залишається в минулому, сумує за недосягнутим і думає про те, як уникнути подій, що сталися, це може призвести до посттравматичного стресового розладу. Однак якщо людина зосереджується на тому, що вона може контролювати, а що ні, які ресурси вона може витратити, а що їй краще залишити на потім, то є висока ймовірність, що вона зможе досягти посттравматичного зростання із часом [11].

Отже, відбудеться не лише просте відновлення, яке передбачає тимчасове зниження нормального функціонування та заміщення його межею із психопатологічними станами. Поступово людина повертається до рівня функціонування, який мала до травматич-

ного досвіду [8], а людина у своєму розвитку досягне рівня, який виявиться вищим, ніж той, що існував до травматичного досвіду.

Згідно з низкою досліджень [7; 8; 10], у людей, які пережили травматичну подію, спочатку після неї спостерігається тенденція до загальної таємничої інтерпретації травматичних переживань та їхнього впливу на їхній життєвий світ. На думку О. Мельника [8], успішне подолання травматичного досвіду в ситуації, що склалася, полягає в переході від уявлення про світ як про загрозований і екстремальний до створення нового життєвого світу, де враховується можливість травмувальних подій. Це не заважає людині спрямовувати свою енергію на владу, створення нових можливостей для росту та розвитку особистості, незважаючи на травму.

Український дослідник Г. Діденко [3] відзначає, що екстремальні ситуації можуть мати як негативний, так і позитивний вплив, що створює взаємодію між феноменами страждання та благополуччя. У таких ситуаціях водночас проявляються як деструктивні, так і конструктивні аспекти: виникає взаємозв'язок між людським і нелюдським, між мучеництвом і стійкістю, між насильством і допомогою. Роль особистості в таких ситуаціях полягає не лише в утіленні гносеологічних аспектів, як-от сприйняття й орієнтація, а й в онтологічній сфері, яка визначається її екзистенційною діяльністю та взаємодією з формами життєдіяльності. Саме в цьому контексті формуються різноманітні феномени після екстремального періоду, як-от посттравматичний стресовий розлад, посттравматичне зростання особистості, життєстійкість, резильєнтність тощо.

Для розвитку посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР) в учасників бойових дій наявні визначені передумови, які можуть бути розглянуті як чинники ризику. Дослідники, як-от С. Хуе та інші [16], виділяють такі категорії цих чинників.

Чинники ризику, що передують травматичним подіям. Соціодемографічні показники, зокрема й вік, стать, етнічна приналежність, сімейний статус, рівень освіченості тощо. Військові/службові характеристики, як-от звання, вид військ, де проходила служба, кількість і тривалість перебування в зоні активних бойових дій. Зловживання алкоголем чи наркотичними речовинами до служби. Попередні психотравми. Попередній негативний життєвий досвід. Попередні проблеми психологічного характеру тощо.

Чинники ризику, що стосуються безпосереднього переживання травматичної події. Наявна підтримка у військовій частині (не лише психологічна). Характер бойових дій, у яких ветеран брав участь. Переживання втрати побратимів. Необхідність стріляти в людину під час бою. Важкість травмувальної події тощо.

Відіграють роль після травматичної події: коморбідні/супутні психологічні проблеми. Різноманітна підтримка після демобілізації, особливо наявність соціальної підтримки. Життєві події, наступні після демобілізації або участі в активних бойових діях [17].

Ще одним важливим, але складним аспектом дослідження посттравматичного зростання серед військовослужбовців є його психологічні детермінанти. Натепер активно проводяться дослідження індивідуально-психологічних характеристик військовослужбовців і їхнього впливу на ймовірність виникнення посттравматичного зростання. Зокрема, численні емпіричні дослідження підтверджують, що посттравматичне зростання має статистично значущий взаємозв'язок з екстраверсією, диспозиційним оптимізмом і відкритістю до нового досвіду [17].

Під терміном «посттравматичне особистісне зростання» розуміється позитивний внутрішній процес, який відбувається в особистості після досвіду стресора, що несе загрозу життю. Дослідники (Г.М. Зеліяніна та М.А. Падун) зазначають, що реакція на травматичну подію може бути різною. З одного боку, цей вплив може призвести до розвитку вираженого посттравматичного стресу. З іншого – травматичні події можуть також спричинити позитивні психологічні зміни, які спостерігаються у 30–90% випадків унаслідок переживання впливу різних травматичних стресорів [17].

Магомед-Емінов розглядає три типи психологічних наслідків психічної травми: негативні, нейтральні та позитивні. Негативні результати включають розлади та страждання, тоді як нейтральні не вказують на значні зміни у психічній діяльності або відображають успішну адаптацію. Позитивні результати відображають зростання та розвиток особистості після травматичної події [10].

Він стверджує, що ці три типи наслідків екстремальних ситуацій відповідають феноменам «розлад – стійкість – зростання». Це означає, що людина може пережити травму, але водночас стійко адаптуватися і навіть отримати позитивні зміни, що сприяють її розвитку. Такий підхід дозволяє розглядати психологічну реакцію на екстремальність як послідовність подій, яка включає в себе навчання витримки, нещастя, стабілізацію та зростання [19].

Учасники бойових дій з високим рівнем посттравматичного зростання зауважують, що вони розвивають нові інтереси й отримують доступ до можливостей, які раніше були недоступні для них. Вони готові внести зміни у своє життя, які є необхідними. Окрім того, вони відчувають більшу впевненість у собі, краще розуміють свою здатність впоратися із труднощами й усвідомлюють власну силу, яка перевищує їхні очікування.

С. Ваніштант виділяє такі характеристики резильєнтної поведінки: позитивні особистісні якості, міцну стійку мотивацію й успішну адаптацію у складних життєвих умовах; здатність відстоювати власну особистість за сильного тиску з боку навколишнього середовища; здатність до радості та повноцінного соціального адаптування у важких умовах життя [11].

Прогнозування та визначення рівня розвитку резильєнтності учасника бойових дій є складним завданням, оскільки життєві труднощі, які для одного можуть бути непереборними, іншому можуть здатися дрібними. В оцінці рівня резильєнтності необхідно враховувати не лише здатність особи протистояти негативним обставинам, а й культурні особливості, що прийняті в її середовищі, національну ідентичність, релігійні переконання, моральні цінності суспільства загалом, а також інші чинники [16].

Процес ресоціалізації учасників бойових дій базується на комплексі заходів соціальної підтримки, який має визначені цілі та вимоги для досягнення успішних результатів. Основні цілі цього процесу такі: повернення відчуття власної спроможності, самоцінності та впевненості у собі та своїх моральних переконаннях учасників бойових дій. Значне зниження відчуття сорому та провини за вчинки, скоєні під час бойових дій. Інтеграція травматичного досвіду в їхню свідомість та відновлення (чи навіть відбудова) власного морального кодексу, який діє в мирному житті. Запобігання поглибленню соціальної ізоляції учасників бойових дій і розвитку в них депресії, ПТСР чи думок/спроб суїциду. Навчання методів і розвиток навичок емоційної саморегуляції для полегшення симптомів ПТСР. Забезпечення широкої соціальної підтримки, зокрема й підтримки від родини ветерана. Сприяння посттравматичному зростанню, тобто позитивному розвитку особистості після пережитої травми [17].

Військова служба проходить у складних умовах, із жорсткою регламентацією соціальних норм, суворою ієрархією та необговорюваними наказами від вищих посадових осіб. Вона супроводжується постійною фізичною та моральною напругою, пов'язаною з точним виконанням наказів і службових обов'язків. Показник психологічного благополуччя може бути оцінений за внутрішніми переживаннями, задоволеністю собою та життям, а також за відповідністю основним цінностям і потребам людини. Також важливо враховувати і внутрішні чинники, як-от емоційні, комунікативні та когнітивні аспекти, а також вплив зовнішніх соціальних чинників на загальне психологічне благополуччя [3].

Отже, розвинений рівень життєстійкості особистості впливає як на сприйняття ситуації, так і на реакцію на стрес. Особистість починає

сприймати стресові ситуації не як катастрофічні або надзвичайно небезпечні, а як виклики для виявлення витримки, можливості оперативного прояву креативного мислення та здорового глузду, а також навичок взаємодії. Чим більше вольових якостей особистість може виявити, чим успішніше її дії під час подій, тим більш упевненою та самодостатньою стає людина. Говорячи про здатність учасників бойових дій протистояти негативному впливу стресу, долати труднощі та рухатися вперед, варто звернутися до психологічного конструкту «резильєнтність». Протягом тривалого часу цей концепт досліджувався переважно на теоретичному рівні.

Висновок. У зв'язку з повномасштабною війною, що триває на території України, проблема ПТСР набуває національного масштабу. Її актуальність для нашої країни не викликає сумнівів чи суперечок, а також критичність і необхідність програм фізичної та психологічної реабілітації, соціальної підтримки. Ці програми мають забезпечити ефективний процес ресоціалізації учасників бойових дій, допомогти їм в адаптації до мирного життя та покращенні якості їхнього життя. Зважаючи на те, що війна є одним із найдавніших феноменів суспільства, українці не є унікальною нацією, яка зіткнулася з цим викликом.

Ми бачимо перспективу подальших досліджень у здійсненні емпіричного аналізу для виявлення особливостей посттравматичного зростання, життєстійкості, резильєнтності та психологічного благополуччя учасників бойових дій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Смыслом життєві орієнтації та резильєнтність особистості як її ресурсні характеристики у сучасному соціумі / М.А. Бозоян та ін. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2021. № 3 (1). С. 122–133.
2. Данильченко Т.В. Особливості особистісного благополуччя військової службовців, що перебували в зоні АТО. *Український психологічний журнал*. 2020. № 2 (14). С. 64–84.
3. Теоретичні основи посттравматичного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій : методичний посібник / О.М. Кокун та ін. Київ : ТОВ «7БЦ», 2023. 148 с.
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. Коваленко А.Б. Особистість у вимірах війни: особливості психологічного благополуччя. *Особистість та її історія* : колективна монографія. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2018. С. 240–269.
6. Каз'яніна Н.А., Виявлення зв'язку між посттравматичним зростанням, життєздатністю, процвітанням та життєстійкістю до умов несення служби військовослужбовцями в екстремальних ситуаціях. *Вісник*

Національного університету оборони України. 2013. Вип. 5. С. 227–231.

7. Мельник О.В. Посттравматичне зростання та резидент на реінтеграція учасників бойових дій на сході України. *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5. № 6. С. 79–92.

8. Мульована Л.І. Життєстійкість як внутрішній ресурс у психосоціальному відновленні учасників антитерористичної операції. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2018. Вип. 3 (2). С. 151–155.

9. Осьодло В.І., Зубовський В.С. Індивідуально-психологічні чинники посттравматичного зростання учасників бойових дій на Сході України. *Український психологічний журнал*. 2020. № 1. С. 157–175.

10. Хамініч О.М. Резильєнтність: життєдіяльність, життєздатність, або резильєнтність. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2016. Вип. 6 (2). С. 63–79.

11. Шелюг О.А. Багато вимірність феномену посттравматичного росту: біологічний, психологічний та соціокультурний складники особистісних трансформацій. *Психологія і особистість*. 2014. № 1. С. 112–129.

12. Solomon Z. From the Frontline to the Homefront: The Experience of Israeli Veterans. *Frontiers in Psychiatry*. Oct. 28. P. 1–9. DOI: 10.3389/fpsy.2020.589391.

13. Posttraumatic growth among Gulf War I veterans: The predictive role of deployment-related experiences and background characteristics / S. Maguen et al. *Journal of Loss and Trauma*. 2006. № 11. Vol. 5. P. 373–388.

14. Elder G.H., Clipp E.C. Combat experience and emotional health: Impairment and resilience in later life. *Journal of personality*. 1989. № 57. Vol. 2. P. 311–341.

15. Moral Injury and Suicide Ideation Among Israeli Combat Veterans: The Contribution of Self-Forgiveness and Perceived Social Support / Y. Levi-Belz et al. *Journal of Interpersonal Violence*. 2022. № 37 (1–2). NP1031–NP1057. DOI: 10.1177/0886260520920865 journals.sagepub.com/home/jiv.

16. A Meta-Analysis of Risk Factors for Combat-Related PTSD among Military Personnel and Veterans / C. Xue et al. *PLoS ONE*. 2015. № 10 (3). e0120270. DOI: 10.1371/journal.pone.0120270.

17. Addressing Suicide in the Veteran Population: Engaging a Public Health Approach / D. Carroll et al. *Frontiers in Psychiatry*. Vol. 11. Nov. 23, 2020, Article 569069. DOI: 10.3389/fpsy.2020.569069.

ОСОБЛИВОСТІ ПОНЯТТЯ «ЕТНІЧНА ІДЕНТИЧНІСТЬ» ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

FEATURES OF THE CONCEPT “ETHNIC IDENTITY” AS AN IMPORTANT COMPONENT OF PERSONAL SELF-AWARENESS

Статтю присвячено науковим дискусіям вітчизняних учених, які все частіше апелюють до концепту «етнічна ідентичність» особистості. Цей складний психологічний концепт постійно перебуває у сферах філософського, етнологічного, соціологічного, політологічного, історичного та психологічного аналізу. Однак і дотепер в українській психологічній науці залишається нагальною потреба у глибоких теоретико-методологічних і експериментальних дослідженнях, спрямованих на з'ясування його сутності та структури.

У статті досліджено історичну традицію вивчення етнічної ідентичності в рамках теорії етносу.

Встановлено, що в наукових дослідженнях психологічного спрямування довгий час взагалі не використовувалось поняття «етнос». Лише в 70-х роках ХХ-го століття дана категорія була введена в науковий обіг Ю. Бромлеем і, як наслідок, почали з'являтися наукові праці, у яких розкрито зміст і функції національної самосвідомості й ідентичності. Водночас варто зауважити, що більшість робіт стосувалися національної самосвідомості як характеристики групи, спільності.

Встановлено, що проблематика етнічної ідентичності в національній площині, на противагу зарубіжній психології, до визначеного періоду розроблялася лише в соціологічній і політологічній науках, що дозволило зробити висновок про те, що саме ця тема не є належно дослідженою.

Резюмовано, що результатами національного пізнання та самопізнання є національне самовизначення й ідентифікація. Афективний компонент виявляється в емоційно-оцінному ставленні особистості до себе та представників інших націй, що може бути позитивним, негативним і амбівалентним. За результатами проведеного дослідження доведено, що умовою розвитку національної самосвідомості є національна свідомість, тобто сукупність уявлень індивіда про етнічний світ – про свій і чужі етноси.

Ключові слова: етнічна ідентичність, особистість, національна самосвідомість, свідомість, самовизначення, ідентифікація.

The article is devoted to the scientific discussions of domestic scientists, who increasingly appeal to the concept of “ethnic identity” of an individual. This complex psychological concept is constantly in the spheres of philosophical, ethnological, sociological, political, historical and psychological analysis. However, even today in Ukrainian psychological science there remains an urgent need for in-depth theoretical-methodological and experimental research aimed at clarifying its essence and structure.

Thus, the article examines the historical tradition of studying ethnic identity within the framework of the theory of ethnics.

It has been established that for a long time the term «ethnos» was not used at all in psychological studies. Only in the 70's of the 20th century, this category was introduced into scientific circulation by Y. Bromley and, as a result, scientific works began to appear in which the content and functions of national self-awareness and identity were revealed. At the same time, it is worth noting that most of the works related to national self-awareness as a characteristic of a group, community.

It has been established that the issue of ethnic identity at the national level, in contrast to foreign psychology, until a certain period was developed only in sociological and political sciences, which made it possible to conclude that this topic is not thoroughly researched.

It is summarized that the results of national knowledge and self-knowledge are national self-determination and identification. The affective component is manifested in an individual's emotional and evaluative attitude towards himself and representatives of other nations, which can be positive, negative and ambivalent.

According to the results of the conducted research, it was proved that the condition for the development of national self-awareness is national consciousness, that is, the totality of an individual's ideas about the ethnic world – about his own and foreign ethnicities.

Key words: ethnic identity, personality, national self-awareness, consciousness, self-determination, identification.

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.21>

Гулак Л.С.

к.юрид.н., доцент,
доцент кафедри психології
та соціально-гуманітарних наук
Національний лісотехнічний університет
України

Глибоке пояснення поняття «національна самосвідомість» у вітчизняній психології можна знайти в дослідженнях М. Боришевського. Саме він уперше звернув увагу на цей концепт у контексті вивчення громадянської спрямованості особистості та висунув твердження про нерозривність «національної свідомості» та «національної самосвідомості». У своїх дослідженнях учений виділяє складові частини національної самосвідомості, серед яких значуще місце посідають самооцінка, домагання, соціально-психологічні очікування та конструкт «образ-Я».

Самооцінка, за словами науковця, є внутрішніми оцінками особистості, які відобра-

жують рівень наявності в неї характеристик, пов'язаних із системою національних цінностей тієї спільноти, з якою вона себе ідентифікує. Ці цінності включають риси національного характеру й усвідомлення відповідальності за долю своєї нації. У процесі аналізу національної самосвідомості виділяється, що самооцінка визначається за параметрами, спільними для будь-якого типу самосвідомості.

Домагання, у свою чергу, розглядаються як спрямованість особистості на досягнення важливих цілей, що визначаються системою національних цінностей. За таких домагань, самооцінок і тотожності з важливими націо-

нальними цінностями особистість робить свій власний вибір у ситуаціях, що стосуються національної (етнічної) сфери [2].

Науковець наголошує, що булінг є зовнішнім проявом самооцінки особистості в ситуаціях, які вона сама вибирає.

Параметри булінгової поведінки подібні до параметрів самооцінки.

Психосоціальні очікування – це сприйняття індивідом таких оцінок представників національностей і народностей удома і за кордоном щодо його національних цінностей і очікуваної поведінки [1].

Чинником розвитку психосоціальних очікувань є самооцінка людини та рівень домагань, які разом приводять до формування в неї загальних синтетичних уявлень про «Я» зі статусом носія та суб'єкта нації (нації) значення, тобто виникнення «образу Его».

Такі уявлення відображають судження індивіда про себе як носія та суб'єкта національних цінностей, про власні дії як представника нації (окремого етносу) [1].

На думку М. Боришевського, характер національної свідомості особистості виявляють також такі чинники: 1) національна ідентичність, тобто усвідомлення особистістю належності до нації, етнічних груп і спорідненості з ними; 2) знання й усвідомлення особою типових ознак етнічної групи, до якої вона належить; 3) свідоме ставлення особистості до минулого (історії), сьогодення та майбутнього свого народу та народу; 4) знання національної території; 5) свідоме та позитивне ставлення до національних цінностей [1; 2].

З погляду психолога, національна ідентичність є не лише складовою частиною, а й визначальним чинником розвитку національної самосвідомості: «Якщо такої самосвідомості немає, приналежність народу до якоїсь нації не може ставити під сумнів розвиток їхньої національної свідомості та самосвідомості» [2, с. 140].

Учений переконливо доводить, що наявність цих компонентів у національній свідомості кожної особистості зумовлює розвиток почуття національної відповідальності та національної гордості.

Загалом М. Боришевський розглядає феномени «національної свідомості» та «національної самосвідомості» як світоглядні орієнтації особистості.

Водночас ці явища вчений також відносив до свого духовного поля.

Учений наголошує на тісному взаємозв'язку між ними: «національна свідомість – це рефлексивне усвідомлення (і водночас ставлення, оцінка) людини як носія свідомості нації» [1, с. 38].

Тема наукового інтересу А. Березіна – походження національної свідомості особистості.

У рамках свого дослідження психолог наголошував на тісному взаємозв'язку національної й етнічної свідомості, детермінованого ціннісним самовизначенням особистості в соціально-моральному просторі.

Відповідно до цієї думки вчений закликає до нерозривності понять «етнічно-національна свідомість» і «загальнонаціональна самосвідомість».

Він зазначав, що національна свідомість є відносно стійкою системою індивідуального свідомого усвідомлення й оцінки етнічних компонентів і наявних відмінностей у житті та діяльності народу.

У результаті засвоєння людиною цих компонентів з'являється самоусвідомлення себе як представника етносу.

На його думку, складовою частиною і водночас чинником розвитку національно-національної свідомості (самосвідомості) є усвідомлення представниками етносів (націй) таких семантичних структур, як: унікальність національної психології їхньої спільноти; психолого-культурні особливості нації; спорідненість та ідентичність зі своєю етнічною спільнотою; особливості їхньої національної психології; усвідомлення себе як підданого свого народу [3–5].

П. Шугай досліджував рефлексію національної особистості в молодшому шкільному віці та розглядав структуру національної самосвідомості з погляду традиційного трикомпонентного підходу.

У межах цієї структури психологи виділяють такі елементи: 1) пізнання – знання й уявлення людини про специфічні національно-психологічні та національно-культурні особливості нації; 2) емоції та ціннісні орієнтири – національно-культурні й етнопсихологічні мотиви та потреби особистості; 3) орган управління – свідоме вираження особи як представника окремої держави [6–8].

Проте очевидно, що перший компонент належить до сфери національної свідомості, другий – до структури особистості представника національної спільноти. Тоді як зміст третьої частини ще чітко не визначено.

Психологиня О. Шевченко зробила важливі висновки в результаті дослідження національної ідентичності як ключового чинника формування самооцінки.

Вона вважає, що когнітивно-мотиваційним стрижнем і системоутворювальним ядром у структурі національної свідомості людей є національна ідентичність.

Національна ідентичність є результатом ідентифікації людини зі своєю нацією, а також є складником когнітивної складової частини національної самосвідомості, а точніше – «образу», «національного Я» особистості.

Варто зазначити, що остання думка О. Шевченко погоджується з думкою вітчизняних уче-

них М. Боришевського [2; 9; 10] та В. Москальця [11], які вважають національну ідентичність однією з основних складових частин національної свідомості кожної людини.

О. Шевченко визначає національну ідентичність як процес ідентифікації особистості з окремою нацією, сутністю якого є суб'єктивне відчуття людиною своєї приналежності до цієї нації.

Учений звертає увагу на те, що основою розвитку цього почуття є стійкий емоційний зв'язок між людиною та нацією.

Тоді як виникнення цього зв'язку визначається: наявністю в особистості досить стійкої системи уявлень і свідомих оцінок справді цілісних і диференціюючих характеристик національного життя (тобто, за А. Березіним, національно-національної свідомості), про які ми згадували вище, прийняття індивідом національних норм і цінностей собою [3; 12; 13].

Слідуючи аксіомам, висунутим М. Боришевським, у процесі дослідження скаутського руху як важливої психологічної умови розвитку національної свідомості особистості підлітка Н. Євдокимова спробувала деталізувати структуру поняття «національна свідомість» особистості та представила її у вигляді такої моделі.

Такі конструкти національного самосприйняття є центральними для цієї структурної моделі: самооцінка, знуцання, психосоціальні очікування, «уявлення про себе» та національна ідентичність.

На переконання Н. Євдокимової, важливими елементами у структурі національної самосвідомості є також такі: усвідомлення людиною приналежності до окремої нації; усвідомлення особистістю пріоритетних характеристик свого народу (історії, держави, мови, культури, традицій, території) та їхнього значення; шанобливе ставлення особи до цих ознак, вільне володіння державною мовою, повага до національних традицій; творча праця людини, спрямована на розвиток культури свого народу; усвідомлення людиною психологічних особливостей і унікальності свого народу; етична оцінка соціальних аспектів національного життя; самооцінка відповідно до сформованої нацією системи цінностей; сприйняття людиною національних інтересів і здатність підпорядковувати особисті інтереси; самокритика недовіків країни; толерантне і тактовне ставлення до іноземних представників [14–16].

Аналіз сучасних психологічних праць засвідчив переплетення вчених визначень етнічних і національних феноменів у визначенні сутності та психологічної структури поняття «самооцінка».

Національна свідомість особистості є надзвичайно важливим компонентом у самосприйнятті індивідуума.

Тому брак глибоких теоретичних, методологічних і емпіричних досліджень, безпосередньо пов'язаних із природою та структурою етнічної ідентичності особистості, а також психосоціальних характеристик у процесі її формування, підтверджених сучасною психологічною наукою, підтверджує нагальність необхідності проведення таких досліджень.

У філософських дослідженнях ідентичність постає як «самість». Насамперед визначається нормативна характеристика. Тобто цінності та екзистенційні основи.

Соціологи визначають ідентичність як набір соціальних ролей і статусів, організованих відповідно до вимог соціальної системи.

Тобто суспільство та соціальні інститути є основними категоріями поняття ідентичності [3; 17].

Психологи загалом розглядають ідентичність як важливу психічну функцію, яка забезпечує виживання індивіда як цілого, що характеризується динамічною сталістю та зміною протягом життя індивіда.

Загалом існує два підходи до вивчення ідентичності: у першому ідентичність визначається як суттєва характеристика особистості. Вона є внутрішньою й існує протягом усього життя кожної людини. Ідентичність – це внутрішня ідентичність і безперервність існування кожної людини [18].

У другому підході ідентичність розкривається як ситуативна. Наявність ідентичності пов'язана із процесом самоусвідомлення особистості.

Отже, ідентичність змінюється залежно від ситуації, тобто визначається соціальним контекстом [19].

Аналіз наукових джерел дозволяє підтвердити, що незважаючи на появу перших психологічних досліджень (соціальної) ідентичності наприкінці 50-х рр. 20 ст., інтерес до цього питання виник значно раніше.

Термін «ідентичність» уперше ввів у психологію Е. Еріксон, який визначив ідентичність як безперервність і внутрішню ідентичність людини, динамічний процес, який триває протягом усього життя людини [20–22].

Це Я-образ, який людина засвоює і приймає в багатьох стосунках із навколишнім світом, відчуття цілісності та зрілості, повноти та стабільності у стосунках із власним «Я», незважаючи на внутрішні та зовнішні зміни.

У зв'язку із цим, на думку Е. Еріксона, основними функціями ідентичності є адаптивна, що допомагає зберегти цілісність та індивідуальність людського досвіду, і організаційна, що відповідає за організацію досвіду.

Науковці Дж. Мід і К. Кулі розглядають ідентичність як результат і умову взаємодії [3; 28], як спосіб упровадження життєвого досвіду в індивідуальне «Я».

Приблизно в 1970-х рр. була сформована теорія соціальної ідентичності. Аналіз підходів до розуміння соціальної ідентичності показує, що, незважаючи на відмінності у трактуванні цього феномену представниками різних напрямів, соціальна ідентичність розглядається як категорія, у якій виражається чийсь соціальний досвід.

Серед різних типів соціальних ідентичностей дослідники виділяють етнічну (національну), особисту, культурну, професійну тощо.

Аналіз проблеми показує, що в сучасній психологічній науці самоідентифікація розглядається насамперед як психологічний механізм визначення ідентичності, що складається щонайменше із трьох етапів.

Ці етапи можуть бути як самостійно функціонуючими структурами, так і складовими частинами процесуальної динаміки ідентифікації як процесу.

В останньому випадку це: а) реалізація участі у структурі ідентичності принципово нових особистісно-рольових цінностей; б) перебування ідентичності відповідно до специфічного прояву її нових структурних елементів; с) визначення ієрархії пріоритетів нових елементів і порівняння її з попереднім набором індивідуальних і рольових значень.

Нині у психологічній науці етнічна ідентичність розглядається як складова частина соціальної ідентичності особистості, психологічна категорія, яка стосується почуття приналежності до етнічної спільноти.

У структурі поняття часто виділяють два основні компоненти – когнітивний (знання, розуміння особливостей групи й усвідомлення себе як члена групи за визначеними ознаками) і афективний (оцінка групових якостей, ставлення до приналежності) [20].

Залежно від ідентичності людини можна з тією чи іншою часткою ймовірності передбачити її поведінку, прийняті цінності та норми, уподобання та принципи, стереотипи та настанови тощо.

Оскільки соціальна ідентичність – це уявлення про свою приналежність до соціальної групи, прийняття цінностей, настанов, стереотипів і норм є важливим у межах цієї групи.

Можна припустити, що для окремого індивіда в будь-який момент часу різні типи ідентичностей є релевантними різною мірою, тобто в деякий час одна ідентичність є найбільш помітною, «домінантною».

Отже, у цей момент індивід оновлює, з усвідомленням своєї приналежності, усю систему норм, цінностей тощо. Інакше кажучи, ієрархія цінностей не є фіксованою, вона перебудовується із часом відповідно до актуальних поточних ідентичностей, як і розгорнуті моделі поведінки.

Із цього погляду поточна соціальна ідентичність є одним із механізмів поведінки та внутрішніх моделей, які узагальнюються, рес-труктуризуються, оцінюються та класифікуються відповідно до критеріїв, механізм, тісно пов'язаний зі зв'язками й об'єктивними соціальними відносинами [20].

Індивід, який вибирає собі те чи інше місце в соціальному просторі, тим самим вибирає для себе ідентичність.

Однак у сучасному мінливому світі, де постійно змінюються позиції в соціумі, де нині найбільш «популярною, престижною, актуальною» є одна позиція в соціальній ієрархії, а завтра зовсім інша, індивід не може поручитися, що статус, який він має сьогодні, завтра буде таким же за престижністю та прибутковістю. У таких умовах існування індивід вибирає для себе найбільш стійку приналежність, а саме – *етнічну*.

Які категорії використовує індивід, щоб піти від переживань, пов'язаних із приналежністю до етнічної групи? У формуванні соціальної ідентичності він може спиратися на громадянську *ідентичність*. Або зараховувати себе до широких наднаціональних спільнот – європейців, азіатів, громадян світу, тобто декларувати космополітичну ідентичність. Однак витіснення зі структури соціальної ідентичності однією з її найважливіших складових частин – етнічної ідентичності – загрожує, з одного боку, втратою цілісності Я-образу, а з іншого – втратою зв'язків із будь-якою культурою. Втрата етнічної ідентичності може призвести до негативних наслідків для ідентичності людини загалом, що довгий час виявлялося, наприклад, у негритянському відчутті «я – ніхто», невидимості, безіменності, безликісті.

Отже, проблема розуміння, функціонування, розвитку етнічної ідентичності стає нині однією з найактуальніших не тільки в Україні, але й у всьому світі.

Етнічні процеси – культурні, мовні, політичні – потребують нині дуже докладного та серйозного вивчення з боку науковців – етнопсихологів, етнополітологів, етносоціологів, етносоціокультурологів, адже в сучасному житті є такі відповіді, які зовсім не вкладаються у звичну систему парадигм щодо національного питання. Навіть більше, виявляється, що нині вже чітко означають себе малодосліджені етнічні явища, до яких, безумовно, ми відносимо проблему етнічної ідентичності народу в поліетнічному середовищі. Усе це спричинює необхідність системного вивчення етнокультурних процесів, використання методології різних наук, які досліджують проблему етносу, культури, суспільства.

Деякі автори сучасних досліджень пропонують оригінальні підходи до вивчення етнічної ідентичності й інших етнопсихологічних про-

явів особистості. Так, загальну класифікацію підходів до вивчення етноідентичності було запропоновано О. Галкіною [4].

Умовно їх можна поділити на *психологічні, соціально-психологічні та соціологічні*. У межах психологічного підходу головним предметом дослідження є особистість, яка виступає як носій етнокультурних особливостей і якостей. Етнічна ідентичність розглядається тут як одна зі складових частин структури особистості та її самосвідомості. Психологічний підхід передбачає вивчення когнітивного аспекту етнічної ідентичності, дослідження уявлень про свою етнічну приналежність, її ролі для кожної окремої людини, її місця у структурі особистості. Цей підхід, як зазначає О. Галкіна, деякою мірою відповідає вітчизняним розробкам у сфері дослідження національної самосвідомості. У рамках соціально-психологічного підходу в центрі уваги опиняється людина як член етнічної групи, а *етнічна ідентичність – як компонент соціальної ідентичності*.

Головним об'єктом досліджень, виконаних у руслі соціологічного підходу, є етнічна спільнота, або група. Етнічна ідентичність досліджується тут як один із базових феноменів етнічної самосвідомості.

Аналіз джерел показав, що етнічну ідентичність автори розуміють як результат емоційно-когнітивного процесу усвідомлення етнічної приналежності, ототожнення індивідом себе із представниками свого етносу та відокремлення від інших етносів, а також глибоко особистісно значуще переживання своєї етнічної приналежності.

Загалом, поняття «етнічна ідентичність» не еквівалентне таким поняттям, як «етнічність» і «етнічна самосвідомість». Як висновок, етнічна ідентичність не тотожна й етнічній самосвідомості, оскільки, як стверджують В. Лурье, Г. Солдатова, А. Сухарев та інші, етнічна ідентичність не зводиться лише до усвідомлення етнічної приналежності, адже містить цілий пласт етнічного несвідомого, а також тому, що передбачає надання людиною емоційно-ціннісного значення своїй етнічній приналежності. Поряд із віднесенням індивідом себе до представників свого етносу етнічна ідентичність включає насамперед глибоко значуще переживання даної приналежності як однієї з найважливіших складових частин у системі уявлень людини про себе [27–29].

Отже, підбиваючи підсумки, можна відмітити суттєву характеристику дискурсу навколо проблеми етнічної ідентичності. Такою характеристикою є досить слабка структурованість і «розмитість» означеного питання. Велика кількість думок, позицій і поглядів навіть щодо дефініції етнічної ідентичності в рамках різних теоретичних підходів, з одного боку, відобра-

жає складну, суперечливу та мінливу природу даного феномену, а із другого – свідчить про неналежну розробленість наявної методології. Тому, зважаючи на сучасний стан розроблення проблеми, варто зазначити, що теоретичний пошук набуває непересічного значення, адже визначає методологію, перебіг та інтерпретацію результатів емпіричних досліджень. Теоретична актуальність полягає також у визначенні структури етнічної ідентичності та пошуку її змістового наповнення. Розмаїття теоретичних підходів до визначення етнічної ідентичності відбивається в різноманітних ракурсах вивчення цього феномену. У кожному з напрямів залучаються свої пояснювальні принципи, власний категоріальний апарат, отже, пропонуються й різні методичні прийоми дослідження.

Індивід, обираючи ту чи іншу локацію в соціальному просторі, тим самим обирає ідентичність. Однак у сучасному мінливому світі, де позиції в суспільстві постійно змінюються, де нині посада в соціальній ієрархії є «популярною, престижною, актуальною», а завтра буде зовсім іншою, людина не може гарантувати, що посада, яку вона обіймає нині, завтра буде такою ж престижною та прибутковою. У таких умовах індивіди вибирають для себе найстійкіший зв'язок, яким є нація.

Які категорії використовує індивід, щоб уникнути досвіду, пов'язаного з належністю до етнічної групи?

Для формування соціальної ідентичності можна спиратися на громадянську ідентичність. Або вважати себе однією з величезних наднаціональних спільнот – європейців, азіатів, громадян світу, тобто претендувати на міжнародну ідентичність. Проте вихід зі структури соціальної ідентичності одного з найважливіших її елементів – національної ідентичності – з одного боку, загрожує втратою цілісності Я-образу, з іншого – втратою цілісності зв'язку Я з будь-якою культурою.

Втрата етнічної ідентичності може мати негативні наслідки для загальної ідентичності людини, що давно проявляється, наприклад, у відчутті чорношкірих людей «Я ніщо, ніхто», невидимості, анонімності, безіменності.

Отже, проблема розуміння та розвитку національної ідентичності нині стає однією з найактуальніших проблем не лише в Україні, а й у всьому світі.

Етнічні процеси – культура, мова, політика – потребують зараз дуже детальних і серйозних досліджень науковців – етнопсихологів, етнополітологів, етнологів, культуросоціологів, адже в сучасному житті є такі відповіді, які не вписуються у звичну парадигматичну систему, пов'язану з етнопитанням. Навіть більше, виявляється, що нині яскраво проявилися малодосліджені етнічні явища, звісно ж, через

проблему національної ідентичності людей у поліетнічному середовищі.

Усе це потребує системного вивчення національних культурних процесів, використання методів різних наук для дослідження національних, культурних і соціальних проблем.

Деякі автори сучасних досліджень пропонують унікальні підходи до вивчення національної ідентичності й інших національно-психологічних проявів особистості.

Загальну класифікацію методів дослідження національної ідентичності запропонував О. Галкіна [4].

Загалом їх можна розділити на психологію, соціальну психологію та соціологію. У рамках психологічного методу основним об'єктом дослідження є особистість, яка виступає в ролі носія національно-культурних особливостей і якостей. Національна ідентичність тут розглядається як один із компонентів, що становлять особистість і самосвідомість.

Психологічний підхід передбачає дослідження когнітивного аспекту національної ідентичності, вивчення уявлень про етнічність, її роль для кожного індивіда, місце у структурі особистості. Цей підхід, як наголошувала О. Галкіна, деякою мірою відповідає вітчизняним напрацюванням у галузі дослідження національної самосвідомості.

У психосоціальному підході акцент робиться на людей як представників окремої етнічної групи й етнічну ідентичність як складник соціальної ідентичності.

Основним об'єктом дослідження, що здійснюється соціологічним методом, є спільнота, чи етнічна група. Національна ідентичність тут досліджується як один з основних феноменів національної самосвідомості.

Аналіз джерел показує, що автор розуміє національну ідентичність як результат емоційно-когнітивного процесу усвідомлення нації, ототожнення особистості із представниками власної нації та відокремлення від інших етнічних груп, а також глибоко особистісно значущий досвід їхньої раси.

Загалом поняття «національна ідентичність» не є еквівалентом таких понять, як «нація» та «національна самосвідомість».

Отже, національна ідентичність – це не те саме, що національна самосвідомість, оскільки, як стверджують В. Лур'є, Г. Солдатова, А. Сухарев та інші, національна ідентичність не зводиться лише до свідомості, етнічності, оскільки вона конотує цілий пласт національного несвідомого, а також тому, що воно надає людині емоційно-ціннісного значення її етнічної приналежності.

Поряд із самовіднесенням особистості до представників свого народу національна ідентичність включає передусім глибоко осмислене переживання цієї приналежності як

одного з найважливіших компонентів соціальної системи, системи уявлень, які людина має про себе [27–29].

Отже, аналіз національної ідентичності доводить, що це надто складне утворення і не може бути адекватно розглянуте в рамках єдиної системи чи наукового напрямку.

Тому йдеться про прийняття системного підходу, створення цілісної теоретичної концепції, яка може слугувати основою для емпіричних досліджень явища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Боришевський М. Виховання духовності особистості : навчально-методичний посібник. Київ, 2013. 104 с.
2. Психологічні закономірності розвитку духовності особистості: монографія / М. Боришевський та ін. ; за заг. ред. М. Боришевського. Київ : Педагогічна думка, 2011. 200 с.
3. Боришевський М. Духовність в особистісних вимірах. Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Академії педагогічних наук України / за ред. С. Максименка. Т. X. Ч. 4. Київ, 2008. 286 с.
4. Кремень В. Людиноцентризм в освіті: сучасний напрям розвитку духовності нації. *Педагогіка і психологія*. 2006. № 2. С. 17–30.
5. Боришевський М. Дорога до себе. Від основ суб'єктності до вершин духовності Київ : Академвидав, 2010. 416 с.
6. Гуменюк О. Психологія Я-концепції : монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2002. 186 с.
7. Савчин М. Духовна парадигма психології : монографія. Київ : Академвидав, 2013. 252 с.
8. Козлов А. Духовність як літературознавча категорія : монографія. Київ : Акцент, 2005. 272 с.
9. Пірен М. Утвердження духовних цінностей громадянського суспільства і релігійна соціалізація особистості. *Соціальна психологія*. 2005. № 6 (14). С. 31–42.
10. Степаненко І. Духовність і життєва компетентність. *Філософська думка*. 2005. № 6. С. 40–45.
11. Третьак О. Формування ціннісного ставлення до людини. *Сучасна школа України*. 2016. № 5. С.
12. Омельченко Л. Соціальна ідентичність особистості в ситуації невизначеності. *Психологічні перспективи*. Спеціальний випуск : Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп. Т. 2 : Проблема цілісності суспільства, групи та особистості. Київ : Вид-во ІСПП НАПН України, 2012. С. 117–124.
13. Колісник О. Концепція переходу на постнекласичну парадигму взаємодії особистості зі світом шляхом духовного саморозвитку. *Соціальна психологія*. 2011. № 2. С. 88–103.
14. Савчин М. Теоретико-методологічна ресурсність духовної парадигми психології в дослідженні особистості. *Психологія особистості : науковий теоретико-методологічний і прикладний журнал / Прикарпатський національний університет імені В. Стефаника. Івано-Франківськ*, 2015. № 1. С. 42–52. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Po_2015_1_7.

15. Головатий М. Формування духовної особистості в українському контексті. *Персонал*. 2013. № 5. С. 18–26.
16. Сурмяк Ю. Психологічні механізми духовного розвитку особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія «Психологічна» / редкол. : В. Середа та ін. Львів, 2016. Вип. 2. С. 63–73.
17. Бичко О. Концептуальні засади вивчення етнічної ідентичності. *Вісник Київського національного університету імені Т. Шевченка*. Серія «Соціологія. Психологія. Педагогіка». 2003. №19. С. 52–54.
18. Мишко Н. Шляхи формування мотиваційно-ціннісної готовності майбутнього психолога у процесі здобуття другої вищої освіти. *Психологія і особистість*. 2015. № 2. С. 235–246.
19. Борбич С. Роль духовності та ціннісних орієнтацій у формуванні особистості майбутнього вчителя початкової школи. *Наукові записки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія «Педагогічні та історичні науки». Київ, 2013. Вип. 115. С. 29–33. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nzped_2013_115_6.
20. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу : аудіокнига. URL: <https://youtu.be/24hMf3luprA?si=Q-qjmWhos6xkBXVQ/>.
21. Maternal Guilt and Shame: The Role of Self-discrepancy and Fear of Negative Evaluation / M. Liss et al. *Journal of Child and Family Studies*. 2013. Vol. 22. P. 1112–1119. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9673-2>.
22. Pierret C. Sandwich generation: women caring for parents and children. *Monthly Review*. 2006. URL: <https://www.bls.gov/opub/mlr/2006/09/art1full.pdf>.
23. Данилюк І. Етнічна психологія як галузь наукового знання: історико-теоретичний вимір : монографія. Київ : Самміт-книга, 2010. 432 с.
24. Москалець В. Психологічне обґрунтування української національної школи. Львів : Світ, 1994. 144 с.
25. Савицька О., Співак Л. Етнопсихологія : навчальний посібник. Київ : Каравела, 2011. 264 с.
26. Журавльова Л., Шмиглюк О. Етнічна ідентичність та особистісне зростання. Особистісне зростання в умовах трансформації сучасного суспільства : монографія / ред. кол. : Т. Коломієць та ін. ; за наук. ред. Л. Журавльової. Житомир, 2020. С. 7–34.
27. Максименко С. Психологія особистості: змістовні ознаки. *Наука і освіта*. 2014. № 5. С. 45–52.
28. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості : монографія / О. Кокун та ін. ; за ред. О. Кокуна. Київ : Педагогічна думка, 2015. 297 с.
29. Павленко В., Таглін С. Етнопсихологія : навчальний посібник. Київ : Наука, 1999. 346 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВЖИВАННЯ СТАРШИМИ ПІДЛІТКАМИ АЛКОГОЛЮ

PSYCHOLOGICAL REASONS FOR ALCOHOL CONSUMPTION BY OLDER ADOLESCENTS

Статтю присвячено вивченню психологічних чинників уживання алкоголю старшими підлітками. Алкоголізм, особливо підлітковий, на сучасному етапі є серйозною проблемою. Складності соціалізації, відсутність життєвого досвіду, труднощі, пов'язані зі змінами в періоді статевого дозрівання, несформований світогляд і Ковід-19 призводять до масового поширення алкоголізму в середовищі молодого покоління. Вік хворих алкоголізмом дітей із кожним роком зменшується, тобто багато дітей віком 10–13 років уже знайомі зі спиртними напоями, незалежно від їхніх гендерних особливостей. Якщо хлопці мовчать, то дівчата пишаються тим, що вони випивають.

Ранній алкоголізм являє собою гостру медично-психологічну та соціальну проблему, що не одержала належного вирішення. Це пов'язано з тим, що нині багато дорослих, а також молоді перебувають у депресивному стані через ситуацію в нашій країні (багато людей вимушені були виїхати з рідного міста або постійно перебувають під обстрілами). За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, Україна посідає 1 місце за масштабами розвитку підліткового алкоголізму. Причиною смертей двох третин молоді віком 15–20 років стало отруєння алкогольними напоями або нещасні випадки, які трапилися у стані сп'яніння.

Виходячи з актуальності проблеми, ми поставили перед собою мету – проаналізувати доступні теоретичні підходи щодо вивчення алкогольної залежності, визначити психологічні чинники, що сприяють підлітковому алкоголізму, та розробити психологічні рекомендації з його профілактики.

У процесі дослідження виявлено, що більшість підлітків загальної групи вже знайомі з алкогольними напоями (66,6%), 20% підлітків не вживають алкоголь, а 13,3% уживають його постійно. Також розкрито особистісні властивості підлітків, схильних до алкоголю (неадекватна самооцінка, неврівноваженість, низький рівень тривожності, перевага боязні невдачі над мотивацією досягнення успіху).

Ключові слова: алкоголізм, старший підлітковий вік, адиктивна поведінка, алкогольна залежність, чинники вживання алкоголю.

This article is dedicated to exploring the psychological reasons behind alcohol consumption by older adolescents. Alcoholism, especially among teenagers, is a serious issue in the current era. Difficulties in socialization, lack of life experience, challenges related to changes during puberty, an unformed worldview, and COVID-19 lead to the widespread prevalence of alcoholism among the younger generation. The age of children suffering from alcoholism is decreasing every year, meaning many children aged 10–13 years are already familiar with alcoholic beverages, regardless of their gender characteristics. While boys remain silent, girls take pride in their drinking.

The problem of early alcoholism is a serious medical-psychological and social issue that has not been adequately addressed. This is due to the fact that many adults, as well as the younger generation, are in a state of depression, linked to the current situation in our country (many people have been forced to leave their homes, and those who chose not to leave live under constant bombardment).

According to the World Health Organization, Ukraine ranks first in adolescent alcohol consumption. Most young people aged 15–20 years who indulge in alcoholic beverages are prone to alcohol poisoning.

Given the relevance of the issue, we set a goal to analyze available scientific theories that help explore the problem of alcohol dependency in older adolescents, identify psychological factors that contribute to its development, and develop psychological recommendations for its prevention.

The study found that the majority of adolescents in the general group are already familiar with alcoholic beverages (66,6%), 20% of adolescents do not consume alcohol, and 13,3% consume it regularly. The study also revealed personality traits of adolescents prone to alcohol consumption (inadequate self-esteem, imbalance, low level of anxiety).

Key words: alcoholism, older adolescent age, addictive behavior, alcohol dependency, reasons for alcohol consumption.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.22>

Денисенко А.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології розвитку
і соціальних комунікацій
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»

Адашкевич В.О.

студентка
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми. Алкоголізм, особливо підлітковий, на сучасному етапі є серйозною проблемою. Складності соціалізації, відсутність життєвого досвіду, труднощі, пов'язані зі змінами в періоді статевого дозрівання, несформований світогляд і Ковід-19 призводять до масового поширення алкоголізму в середовищі молодого покоління. Вік хворих алкоголізмом дітей із кожним роком зменшується, тобто багато дітей віком 10–13 років уже знайомі зі спиртними напоями, незалежно від їхніх гендерних особливостей. Якщо хлопці мовчать, то дівчата пишаються тим, що вони випивають.

Ранній алкоголізм являє собою гостру медично-психологічну та соціальну проблему, що не одержала належного рішення. Це пов'язано з тим, що нині багато дорослих, а також молоді перебувають у депресивному стані через ситуацію в нашій країні (багато людей вимушені були виїхати з рідного міста або постійно перебувають під обстрілами).

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, Україна посідає 1 місце за масштабами розвитку підліткового алкоголізму. Причиною смертей двох третин молоді віком 15–20 років стало отруєння алкогольними

напоями або нещасні випадки, які трапилися у стані сп'яніння [2].

Рівень алкоголізації молодого покоління значною мірою може бути своєрідним індикатором психічного здоров'я нації. У зв'язку із цим зловживання підлітками алкоголю являє собою гостру медично-психологічну та соціальну проблему, що дотепер не має належного вирішення. Це пов'язано з тим, що нині відсутня цілісна інформаційна стратегія, яка орієнтує людей на збереження власного здоров'я як основного чинника життєвого благополуччя [9].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У результаті проведеного аналізу великого масиву публікацій можна сказати, що дану проблему вивчали в рамках: ставлення підлітків до раннього алкоголізму [3]; уживання алкогольних і слабоалкогольних напоїв у підлітковому віці [5, 6]; особливостей формування алкогольної залежності в чоловіків [7]; дослідження алкогольних настанов у сучасних підлітків [8]; чинників формування хімічної залежності особистості; профілактики вживання алкоголю в підлітковому середовищі [1; 2; 4]; зв'язку пияцтва з міжособистісним насильством серед підлітків [11].

Постановка завдання. Виходячи з актуальності проблеми, ми поставили собі за мету проаналізувати доступні теоретичні підходи щодо вивчення алкогольної залежності та визначити психологічні чинники, які сприяють уживанню алкоголю старшими підлітками.

Для розв'язання поставлених завдань було застосовано комплексний підхід, який полягав у поєднанні теоретичного аналізу наукових джерел із застосуванням емпіричного дослідження, а також методи: спостереження, бесіди, стандартизовані опитувальники та кількісний аналіз. Для обробки емпіричних даних використовувався кореляційний аналіз (Pearson).

Дослідження алкогольної залежності здійснювалося за допомогою методики MAST, представленої А.Ю. Єгоровим. Оцінка акцентуації характеру та рівня самооцінки діагностувалися методиками К. Леонгарда та Л.Г. Матвеевої. Діагностика самооцінки психічного стану й рівня суб'єктивного відчуття самотності вивчалася за допомогою методик Ю.Л. Ханіна, Д. Рассела, М. Фергюсона та Г. Айзенка.

Емпіричне дослідження проводилося на базі загальноосвітньої школи міста Одеси серед учнів 8–9-х класів. Усього було обстежено 60 осіб, з них 30 учнів 8 класів (16 дівчат і 14 юнаків) та 30 учнів 9 класів (15 дівчат і 15 юнаків).

Виклад основного матеріалу. Як показує аналіз літератури, немає загальноприйнятої єдиної дефініції алкоголізму. Медиками дове-

дено, що жодна з отруйних речовин не викликає такої кількості нервових, психічних і внутрішніх захворювань, як алкоголь. Водночас шкода від алкоголю визначається не стільки його отруйністю, скільки частотою й поширеністю його вживання [7].

Алкоголізм є комплексною гуманітарною проблемою, охоплює різні сфери життя людини, суспільства та характеризує хронічне захворювання, спричинене зловживанням спиртними напоями, яке завдає шкоди фізичному та психологічному здоров'ю людини. Розрізняють три стадії розвитку алкоголізму, що призводить до алкогольної залежності (алкогольна інтоксикація, хронічний алкоголізм, алкогольний психоз). На розвиток алкогольної залежності впливають соціально-психологічні та біологічні чинники, під впливом яких людина деградує як особистість, відбувається порушення діяльності різних внутрішніх органів, розвиваються соматичні захворювання, а також вона прямо або побічно є однією з основних причин смертності населення [8; 9].

Проблема підліткового алкоголізму має загрозливий характер і розглядається як патологія, тому призводить до алкогольного отруєння. Однією з особливостей алкоголізму в підлітковому віці є нечіткість, «розмитість» його симптомів. У підлітків ще важче, ніж у дорослих, можна провести грань між пияцтвом і алкоголізмом, виділити окремі стадії розвитку захворювання [11].

Схильність до вживання підлітками алкоголю полягає в нездатності адекватного сприйняття ситуацій, пов'язаних з необхідністю подолання життєвих труднощів, налагодження відносин з оточенням, правильної регуляції власної поведінки, що перешкоджає соціальній адаптації. Основними чинниками є: нездатність підлітка до продуктивного виходу із ситуації, утрудненості задоволення актуальних життєво важливих потреб; несформованість або неефективність способів психологічного захисту підлітка, що дозволяє йому хоча б тимчасово зняти емоційну напругу; наявність психотравматичної ситуації, з якої підліток не знаходить конструктивного виходу [2; 4; 10].

Узагальнюючи результати, які характеризують схильність підлітків до вживання алкоголю, бачимо (див. табл. 1), що специфічної різниці залежно від вікових і гендерних особливостей респондентів не існує. Отримані результати засвідчують, що більшість респондентів вже знайомі з алкогольними напоями, тобто показник «уживання алкоголю» дорівнює 66,6% від загальної вибірки, 20,0% підлітків не вживають алкоголь, а 13,4% вживають його постійно.

У результаті розгляду індивідуальних властивостей юнаків і дівчат загальної вибірки нами встановлено, що на провідних позиціях опинилися такі показники: гіпертимність

Таблиця 1
Уживання алкоголю старшими підлітками

Показники	Загальна вибірка (%)
Уживання алкоголю	66,6
Не вживають алкоголь	20,0
Уживають алкоголь постійно	13,4

(83,3%), демонстративність (75%), середній рівень самотності (66,6%), циклотимність (58,3%), ригідність (50%), неврівноваженість (50%), висока самооцінка (45%), педантичність (41,6%), агресивність (41,6%), лабільність (33,3%), фрустрація (33,3%), екзальтованість (30%).

Якщо проаналізувати результати юнаків і дівчат, які не вживають алкоголь (див. табл. 2), можна сказати, що для них характерні такі властивості: адекватна самооцінка (66,6%), лабільність (50%), гіпертимність (41,6%), ригідність (41,6%), демонстративність (41,6%), педантичність (33,3%), високий рівень тривожності (33,3%), дистимічність (33,3%), екзальтованість (33,3%), мотивація до успіху (33,3%), боязнь невдач (25%), які визначено на високому рівні.

Трохи іншу картину ми бачимо в підгрупі старших підлітків, які часто вживають алкоголь (див. табл. 3). Так, вони відрізняються від інших такими особливостями, як: висока самооцінка – П16 (87,5%), гіпертимність – П4 (75%), демонстративність – П10 (75%), неврівноваженість – П11 (62,5%), агресивність – П20 (62,5%), боязнь невдач – П23 (62,5%), цикло-

тимність – П9 (50%), низький рівень самотності – П14 (50%) та тривожності – П18 (50%), а також ригідністю – П5 (37,5%), фрустрацією – П19 (37,5%).

Результати, які подані в таблицях, засвідчують, що старші підлітки більш схильні до: адекватної самооцінки, лабільності, ригідності (підлітки, що не вживають алкоголь), гіпертимності, циклотимності, демонстративності, неврівноваженості, високої самооцінки, агресивності, боязні невдач, відсутності відчуття самотності та низького рівня тривожності (схильні до алкоголю).

У результаті бесіди з респондентами нашої вибірки виявлено, що вживання алкоголю в їхньому віці вони вважають нормальним явищем і нічого поганого в цьому не бачать. Не можна говорити про те, що в них у всіх батьки випивають, тим самим подають своїм дітям негативний приклад. У багатьох юнаків і дівчат, які вживають алкоголь, батьки зовсім не випивають.

Схильність до вживання алкоголю старшими підлітками, можливо, пов'язана з тим, що в багатьох із них відсутній сенс життя. Вони часто не можуть позбавитись негативних емоційних переживань, спричинених психотравматичними впливами. Зазначимо, що в кожній людині існують проблеми, однак не кожен підліток вирішує їх за допомогою пляшки зі спиртним.

Нами також було визначено провідні мотиви, що штовхають їх до вживання спиртного: це модно та круто; з метою розвесели-

Таблиця 2

Особистісні особливості старших підлітків, які не вживають алкоголь

Показники	Рівні (%)		
	низький	середній	високий
гіпертимність	8,3	50	41,6
ригідність	16,6	41,6	41,6
лабільність	25	25	50
педантичність	16,6	50	33,3
тривожно-боязливий	8,3	58,3	33,3
циклотимність	16,6	58,3	25
демонстративність	16,6	41,6	41,6
неврівноваженість	41,6	33,3	25
дистимічність	33,3	33,3	33,3
екзальтованість	25	41,6	33,3
самотність	33,3	41,6	25
самооцінка	16,6	66,6	16,6
тривожність	16,6	50	33,3
фрустрація	25	50	25
агресивність	33,3	33,3	33,3
ригідність	8,3	41,6	50
мотивація до успіху	25	50	33,3
боязнь невдач	41,6	33,3	25

Особистісні особливості старших підлітків, які вживають алкоголь

Показники	Рівні (%)		
	низький	середній	високий
гіпертимність	–	25	75
ригідність	25	37,5	37,5
лабільність	25	50	25
педантичність	12,5	62,5	25
тривожно-боязливий	50	50	–
циклотимність	12,5	37,5	50
демонстративність	–	25	75
неврівноваженість	–	37,5	62,5
дистимічність	37,5	37,5	25
екзальтованість	50	50	–
самотність	50	50	–
самооцінка	12,5	–	87,5
тривожність	50	37,5	12,5
фрустрація	37,5	25	37,5
агресивність	–	37,5	62,5
ригідність	25	37,5	37,5
мотивація до успіху	50	37,5	12,5
боязнь невдач	–	37,5	62,5

тися; для солідарності з компанією; щоб не бути білою вороною.

Дослідження вищеперелічених діагностованих показників підтвердилося результатами кореляційного аналізу, який ми проводили у двох підгрупах. До першої підгрупи ввійшли дівчата та юнаки, які не вживають алкоголь, а до другої – старші підлітки, які постійно його вживають.

Отже, на вживання або не вживання алкоголю впливає комплекс різних особистісних особливостей старших підлітків. Про це свідчить наявність у кожній підгрупі п'яти та більше кореляційних плеяд.

Так, у підгрупі старших підлітків, які не вживають алкоголь (див. табл. 4), провідним показником кореляційних зв'язків на рівні ($p < 0,01$) та ($p < 0,05$) є показник «відсутність алкогольної залежності», який вступає в позитивний і негативний зв'язок з: лабільністю ($r = 0,555$), гіпертимністю ($r = 0,509$), адекватною самооцінкою ($r = 0,542$), ригідністю ($r = 0,429$), демонстративністю ($r = 0,406$), педантичністю ($r = 0,406$), а також на рівні ($p < 0,05$) з невірноваженістю ($r = -0,347$), агресивністю ($r = -0,360$), самотністю ($r = 0,384$) та мотивацією до успіху ($r = 0,372$).

Другий показник «ригідність» корелює на рівні ($p < 0,01$) позитивно з лабільністю ($r = 0,460$), тривожністю ($r = 0,437$), демонстративністю ($r = 0,436$), екзальтованістю ($r = 0,432$), самотністю ($r = 0,423$), на рівні ($p < 0,05$) з невірноваженістю ($r = 0,318$), тривожністю ($r = 0,320$), боязню невдач ($r = 0,329$).

«Гіпертивність» вступає в позитивну взаємодію на рівні ($p < 0,01$) з ригідністю ($r = 0,500$), лабільністю ($r = 0,431$), адекватною самооцінкою ($r = 0,666$), циклотимністю ($r = 0,482$), рівні ($p < 0,05$) з відчуттям самотності ($r = 0,358$) та мотивацією до успіху ($r = 0,314$).

Четверту позицію посів показник «лабільність», який простежується в позитивному та негативному зв'язку на рівні ($p < 0,01$) з педантичністю ($r = 0,380$), циклотимністю ($r = -0,382$), екзальтованістю ($r = 0,421$), самотністю ($r = 0,389$), на рівні ($p < 0,05$) із тривожністю ($r = 0,317$), фрустрацією ($r = 0,331$).

Наступний показник «адекватна самооцінка» корелює на рівні ($p < 0,01$) із тривожністю ($r = -0,421$), фрустрацією ($r = 0,368$), ригідністю ($r = 0,425$), агресивністю ($r = 0,402$), мотивацією до успіху ($r = 0,458$) та боязню невдач ($r = -0,406$).

Також нами встановлено (див. табл. 4), що в підгрупі старших підлітків, які вживають алкоголь, на першій позиції опинився показник «уживання алкоголю». Він на рівні ($p < 0,01$) вступає у зв'язок з гіпертимністю ($r = 0,502$), педантичністю ($r = 0,692$), демонстративністю ($r = 0,583$), невірноваженістю ($r = 0,580$), агресивністю ($r = 0,555$), також із високою самооцінкою ($r = 0,435$) та боязню невдач ($r = 0,416$) – на рівні ($p < 0,05$).

Показник «гіпертимність» корелює на рівні ($p < 0,01$) з невірноваженістю ($r = 0,513$), відсутністю почуття самотності ($r = 0,539$), а на рівні ($p < 0,05$) з педантичністю ($r = 0,472$), демонстративністю ($r = 0,478$), високою

Таблиця 4

Вплив особистісних особливостей на вживання алкоголю старшими підлітками

Показники	Респонденти	
	Які не вживають алкоголь	Які вживають алкоголь
гіпертимність	0,509	0,502
ригідність	0,429	–
лабільність	0,555	–
педантичність	0,406	0,692
демонстративність	0,406	0,583
неврівноваженість	–0,347	0,580
самотність	0,384	–
самооцінка	0,542	0,435
агресивність	–0,360	0,555
мотивація до успіху	0,372	–
боязнь невдач	–	0,416

Примітка: ($p < 0,01$, за $r < 0,500$; $p < 0,05$, за $r < 0,320$).

самооцінкою ($r = 0,475$) та боязню невдач ($r = 0,435$).

«Ригідність» на рівні ($p < 0,01$) вступає у зв'язок з невірноваженістю ($r = 0,558$), відсутністю відчуття самотності ($r = 0,543$), а на рівні ($p < 0,05$) з демонстративністю ($r = 0,492$), високою самооцінкою ($r = -0,459$), низьким рівнем тривожності ($r = -0,392$).

На четвертій позиції маємо показник «неврівноваженість», який корелює з екзальтованістю ($r = 0,574$), самотністю ($r = -0,584$), тривожністю ($r = -0,578$) – на рівні ($p < 0,01$), боязню невдач ($r = 0,495$) – на рівні ($p < 0,05$).

Наступна позиція в показника «самотність», який взаємодіє на рівні ($p < 0,01$) з високою самооцінкою ($r = 0,522$), агресивністю ($r = 0,556$) та мотивацією до успіху ($r = -0,538$).

Отже, у старших підлітків, які не вживають алкоголь, виявлено свій специфічний комплекс взаємопов'язаних показників, а саме: ригідність, гіпертивність, лабільність і адекватну самооцінку. А для підгрупи старших підлітків, які вживають алкоголь, характерні такі прояви: гіпертимність, ригідність, невірноваженість, відсутність почуття самотності.

Своєчасне виявлення в підлітка схильності до вживання психотропних речовин дозволяє здійснювати ранню профілактику відхилень у його поведінці, сприяє розробленню методів діагностики та психокорекційної програми.

Основною метою профілактичної роботи з підлітками є усунення чинників, що сприяють здійсненню будь-яких протиправних дій. Мети можна досягнути шляхом вирішення таких завдань, як: формування позитивних ціннісних орієнтацій; залучення підлітків до соціально корисної діяльності; формування адекватної самооцінки; зміцнення фізичного та психічного здоров'я [1; 3; 5].

Висновки із проведеного дослідження.

У формуванні алкогольної залежності вирішальну роль відіграють такі чинники: соціальні (культурний і матеріальний рівень життя, мікро-/макрогрупи, інформаційні переваженія, урбанізація); біологічні (спадкова схильність, родова травма, психічні захворювання, стать, вік, стійкість до вживання алкоголю); психологічні (психоемоційні особливості особистості, здатність до соціальної адаптації, протистояння стресам тощо).

Виконане дослідження дозволило висунути низку актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми. Наприклад, вивчити вплив батьків-алкоголиків на вживання алкоголю підлітками; дослідити взаємозв'язок соціальних чинників з уживанням алкоголю підлітками; створити комплексну соціально-психологічну програму, орієнтовану на подолання негативних звичок.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексєєва Н.І., Кабусь Н.Д. Підготовка майбутніх соціальних педагогів до профілактики вживання алкоголю в підлітковому середовищі: *Сучасні реалії та перспективи соціального виховання особистості в різних соціальних інституціях* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Харків : ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2022. С. 10–15.
2. Куріння, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед підлітків, які навчаються: поширення й тенденції в Україні / О.М. Балакірева та ін. *Європейське опитування учнів щодо вживання алкоголю та інших наркотичних речовин – ESPAD* : міжнародний проєкт. Київ : ТОВ «Обнова компанії», 2019. 214 с.
3. Варава К.В. Профілактика девіантної поведінки підлітків у закладах загальної середньої освіти. *Сучасні реалії та перспективи соціального виховання особистості в різних соціальних інституціях* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Харків : ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2022. С. 46–48.
4. Ставлення підлітків та їхніх матерів до проблеми раннього вживання алкоголю / Н.Є. Горбань та ін. *Єдине здоров'я та проблеми харчування України*. 2021. № 2 (55). С. 44–55.
5. Гриценюк Ю., Залібовська-Ільницька З.В. Профілактика вживання алкоголю, наркотичних засобів та тютюнопаління серед підлітків. *Актуальні проблеми соціальної сфери* : збірник статей, 2022. С. 13–14.
6. Проблема вживання алкогольних та слабоалкогольних напоїв в підлітковому віці / О.І. Краснова та ін. *Сучасні медичні технології*. 2020. № 2. С. 44–48.
7. Лисюк І.В., Христенко О.М. Підлітковий алкоголізм: Соціальні фактори ризику. *Медсестринство*. 2017. № 2. С. 34–36.
8. Литвиненко В.В. Сучасні особливості формування алкогольної залежності у чоловіків як основа їх реабілітації. *Science Rise : Medical Science Scientific Journal*. 2019. № 1. Вип. 28. С. 42–44.

9. Михайлів С.В. Психологічне дослідження чинників формування хімічної залежності особистості. *Психологія особистості*. 2020. № 1. Вип. 17. С. 94–108.

10. Фоміна Н.А., Орлов В.Б. Дослідження алкогольних установок у сучасних підлітків. *При-*

кладна юридична психологія. 2018. № 1 (42). С. 32–40.

11. Longitudinal associations of binge drinking with interpersonal violence among adolescents / E. A. Waterman et al. *J Youth Adolesc.* PubMed, 2019, Jul. 48: 1342–52. PMID: 31079263.

MEDITATION AS ONE OF THE WAYS OF PREVENTING EMOTIONAL DISORDER WHEN WORKING WITH WOMEN IN EMIGRATION

МЕДИТАЦІЯ ЯК ОДИН ЗІ СПОСОБІВ ПРОФІЛАКТИКИ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У РОБОТІ ІЗ ЖІНКАМИ В ЕМІГРАЦІЇ

The article is devoted to the study of the impact of active meditation as an effective self-help tool during a full-scale invasion among women of all ages who are in forced emigration. Emotional disturbances are common in women who were forced to leave the territory of Ukraine during the Russian-Ukrainian war. During the two years of the full-scale invasion, the demand for self-help tools that could alleviate the intensity of stress-related experiences has increased significantly. Therefore, the purpose of the study is to theoretically substantiate the beneficial impact of active meditation (using and analyzing self-reports of migrant women) as an effective tool of self-help during emotional disturbances in women who are in forced emigration. The study presents the author's practical experience of working with clients (taking into account all confidentiality rules) on the implementation of meditative practices to reduce stress levels, which in turn contributed to easier adaptation, improved well-being, and normalization of sleep. The method of self-observation analysis was used to retrospectively analyze the impact of meditation practice on the mental state of female respondents. Women kept a diary in a free form of self-report, where there was a low level of formalization. Empirical analysis of practical experience allows us to conclude that active meditation, as a method of self-help, can help a woman cope with anxiety and normalize sleep. At the same time, the author notes that this issue requires further additional research.

Key words: consulting psychologist, meditation, emotional disturbances, emigration.

Статтю присвячено дослідженню впливу активних медитацій, як дієвого інструменту самопомоги, під час повномасш-

табного вторгнення серед жінок різного віку, які перебувають у вимушеній еміграції. Емоційні порушення є поширеним явищем у жінок, які вимушено покинули територію України під час російсько-української війни. За два роки повномасштабного вторгнення затребуваність в інструментах самопомоги, які могли б полегшити інтенсивність переживань, пов'язаних зі стресом, суттєво збільшилась. Отже, мета дослідження полягає в тому, щоб теоретично обґрунтувати корисний вплив активної медитації (за допомогою аналізу самозвітів жінок-мігранток) як дієвого інструменту самопомоги під час емоційних порушень у жінок, які перебувають у вимушеній еміграції. У дослідженні представлено практичний досвід роботи автора із клієнтами (з урахуванням усіх правил конфіденційності) щодо впровадження медитативних практик для зниження рівня стресу, що, у свою чергу, сприяло легшій адаптації, поліпшенню самопочуття та нормалізації сну. Для ретроспективного аналізу впливу медитаційної практики на психічний стан респонденток використовувався метод аналізу самоспостереження. Жінки вели щоденник у вільній формі самозвіту, з низьким рівнем формалізації. Емпіричний аналіз практичного досвіду дозволяє зробити висновок, що активні медитації, як метод самопомоги, здатні допомогти жінці впоратись з відчуттям тривоги та нормалізувати сон. Водночас автор зауважує, що це питання потребує подальших додаткових досліджень.

Ключові слова: психолог-консультант, медитації, емоційні порушення, еміграція.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.23>

2024.59.23

Derpoliuk O.Ye.

Consulting psychologist,
Postgraduate Student at the Department
of Psychology and Social Work
Volodymyr Vynnychenko Central
Ukrainian State University

Introduction. For ten years, Ukraine has been in a state of military conflict, and for more than two years – in the active phase of the full-scale invasion of the external aggressor – the Russian Federation. Among people of all ages, there is a high demand for psycho-emotional support. We can also observe how people's attitudes toward the role of a psychologist have changed in a country at war, especially among women who are in forced emigration.

After leaving Ukraine, many women need qualified psychological help, which is not always available. This need is no less than that of those who remain in Ukraine, and it has its own mental specificity associated with forced emigration. In the process of counseling and empirical observation, we can state that the vast majority of Ukrainian women feel confused when left alone with their experiences. In the two years since the full-scale invasion, the demand for self-help tools that could alleviate the intensity of stress-related experiences has increased significantly.

The purpose of the article is to study the influence of active meditations as an effective self-help tool in the conditions of a full-scale invasion, during emotional disturbances in women who are in forced emigration.

Analysis of recent research and publications. A theoretical analysis of the study of meditative practices, particularly the mindfulness approach, in psychotherapy and the prevention of emotional disorders and disorders was carried out by J. Kabat-Zinn [1], T. Brach [2], J. Cornfield [3], Mark Williams [4], Yellen Langer [5], D. Goleman and R. Davidson [6]. They study various aspects of meditation and its effects on the brain and mental health.

The works of Ukrainian scientists O. Vasilchenko, M. Zubenko (2021) [7, p. 189–194], Y. Stepura (2021) [8, p. 120–124], M. Mazykin (2020) [9, p. 141–158] became the subject of scientific interest in the influence of meditation on personality.

North American scientific school of psychologists Z. Siegel [10] and L. Carlson [11] are also

actively studying the effects of meditation on various aspects of the psyche, which in turn helps to expand our understanding of this practice and its potential contribution to mental health and well-being.

According to D. Gelles, author of the book “Mindful Work: How Meditation Is Changing Business from the Inside Out” (2015), “How mindfulness practice changes the brain and how it can be beneficially applied in a clinical setting are being studied by leading researchers at Harvard, Yale, Stanford, and dozens of other research universities” [12, p. 70].

Meditation has gone from an exclusively spiritual practice and a pseudo-scientific marginal technology of self-help to a toolkit relevant in the academic environment, in the work of a modern psychologist. The Ukrainian Scientific Society is still rather cautious about the introduction of meditation tools into practical activities. Meanwhile in Canada and the USA, a whole direction of practical psychology has been formed, where meditative practices can be used as an auxiliary and effective self-help tool. In the Canadian Psychotherapy and Counseling Association [13], of which we are members, since 2006 there has been a chapter called “Spirituality in Counseling”, that consulting psychologists who use various meditative practices in their practice can join.

The “meditation” category in scientific literature is considered in the works of researchers, psychologists, and philosophers. These definitions reflect various aspects and approaches in meditation, from attention and self-awareness to physiological changes and the psychological well-being of a person.

Philosopher and researcher Osho (Rajneesh Chandra Mohan Jain), emphasized the importance of using various methods and techniques of meditation, including their active forms, which include physical activity. Osho recommended active methods as a means of achieving deeper peace, self-regulation, and self-awareness. Regarding active meditation, Osho suggested various dynamic meditation techniques that included physical activity such as body movements, breathing exercises, expression of feelings, etc. He believed that through physical activity it is possible to achieve a meditative state that helps relieve tension and relax the mind.

J. Kabat-Zinn, the author of the book “Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life” (1994), pays special attention to the analysis of meditation: “<...> the work of meditation, the systematic cultivation of wakefulness, of present-moment awareness. This waking up goes hand in hand with what we might call “wisdom”, a seeing more deeply into cause and effect and the interconnectedness of things, so that we are no longer caught in a dream-dictated reality of our own creation. <...> Medita-

tion is simply about being yourself and knowing something about who that is. It is about coming to realize that you are on a path whether you like it or not, namely, the path that is your life. Meditation may help us see that this path we call our life has direction; that it is always unfolding, moment by moment; and that what happens now, in this moment, influences what happens next. <...> Meditation is the process by which we go about deepening our attention and awareness, refining them, and putting them to greater practical use in our lives” [14, p. 19–21].

In particular, D. Siegel in the book “The Mindful Brain: Reflection and Attunement in the Cultivation of Well-Being” (2007) describes meditation as follows “Mindfulness meditation, as one example, is thought to be especially important for training attention and letting go of a strict identification with the activities of the mind as being the full identity of the individual” [15, p. 11].

Additionally, the analysis of scientific literature allows us to single out the topic of meditation as a new direction of psychological science in Ukraine. We can state that there is an insufficient number of studies in domestic science devoted to meditation. There is no description of special methods that would describe in detail the impact of meditative practices on the emotional state of women and/or people in general.

Presentation of the main material. Meditation, as a scientifically based self-help technique, has an effect on the brain and its effects include: *changes in brain structure* – some studies show that regular meditation practice can lead to an increase in the density of gray matter in various areas of the brain, such as the hippocampus associated with memory and learning) and cortical areas responsible for attention and self-regulation. *Changes in functional activity* – meditation can modulate the activity of different brain networks, including the default network (responsible for internal thoughts and ruminations), the attention network (responsible for concentration and focus), and the emotion regulation network (responsible for emotional regulation). *Improved cognitive function* – some studies show that meditation can improve cognitive functions such as attention, concentration, memory, and problem-solving. Reduce stress and anxiety – meditation can help reduce stress and anxiety levels by regulating the activity of the brain’s stress centers, such as the amygdala, and increasing the activity of areas associated with feelings of calm and well-being.

Having analyzed a variety of meditative techniques, including Osho’s active meditations, which are more relevant to our topic, we draw attention to the fact that the purpose of the meditations proposed by us to the interviewees was to encourage the experiment participants to go beyond the limits of the analytical mind (without

losing it), plunging into the deeper layers of the preconscious and subconscious. Suppose we imagine the neocortex (cortex of the frontal lobes) as a shelter of the analytical mind, which is related to the analytical processes of our consciousness and formal logic. Thus, in the process of meditation, our consciousness can go beyond the neocortex, which has been repeatedly confirmed by research. In other words, to reduce the intensity of the work of the neocortex, it is necessary, at least for a moment, to stop analyzing everything, to give up analysis, internal dialogue, evaluative judgments, and constant planning of affairs in one's mind. This is what we meant when we asked women in migration to go beyond the analytical mind. In our opinion, it is active meditations that can dampen the activity of all the automatic neural connections in the brain that are familiar to our consciousness, without harming our health. This can be monitored without functional magnetic resonance imaging and other neuroimaging technologies. Instead, we conducted interviews with respondents before and after the meditations and analyzed their self-reports in detail.

Self-reports analysis of female respondents confirms that meditation can help redirect one's attention from the mode of "survival in emigration" to the mode of "creating a life in emigration". In "survival mode", women described life as something that allegedly happened to them and in this state, they could feel a loss of responsibility for their own life. And in the "creating life" mode, women described their insights, which they connected with their actions. They described their life situations, their new reality, as the life they are building with their daily actions, even when they were in extremely difficult life conditions. During the analysis of self-reports and interviews of female respondents, a certain regularity was revealed – long-term work with a consulting psychologist and weekly practice of active meditation contributed to the fact that certain emotional rigidity naturally became less intense.

Rigidity is a feature opposite to plasticity; it is the difficulty or inability to reorganize when performing tasks if circumstances require it. Rigidity in cognitive activity is manifested in the slow development of ideas during changes in the conditions of life and activity. In emotional life, it manifests itself in inhibition, lethargy, and immobility of feelings. In behavior, this is manifested in inflexibility, inertia of motives, and moral and ethical actions, despite their obvious impracticality.

In our practice and during research, the reduction of rigidity became noticeable in the way women described their daily worries, the words they chose to describe their emotions, feelings, and states – we observed more ease with which immigrant women adapted to new living conditions.

Given the insufficiency of practical recommendations for the use of meditation techniques in the

work of a psychologist, we present the practical experience of middle-aged women who successfully coped with anxiety disorders and continue to cope with stressful situations by using the active meditation technique in their everyday lives.

Before the women moved to the practical part, directly to the performance of meditative practices, they individually received instructions with a detailed introduction to each of the four stages of active meditation. The duration of meditation is one hour, the practice was performed in the afternoon and only to one specific musical composition, which we sent to the respondents. Also, it is worth noting that in practical activities we used meditation together with psychological counseling as an aid to self-discovery, relaxation, and self-regulation. Before learning about meditation, women turned to us for psychological help. The method in which we worked at the request of women who were in migration is transomatic dialogue (Association Transomatic Dialogue Practitioners Union, Switzerland), the founder of the method is researcher C. Newman [16].

According to our observations, active meditations have become an effective addition to our work as a consulting psychologists and have a positive effect on the emotions of clients who sought help during a full-scale invasion. Some women refused to try meditative practices and limited themselves exclusively to our work as a counseling psychologist. 53 respondents agreed to try meditative practices as an aid after the consultation. Later, 11 female respondents refused to continue meditative practices. 2 respondents reported that they already have meditative practices that they have been using for a long time, so they do not want and are not ready to try new ones.

We analyzed the responses of women who agreed to take part in the survey and used the practice of meditation and singled out several components that were influenced by the practice of meditation in the lives of women. The responses are described with the voluntary consent of the respondents and are described in compliance with all confidentiality rules, none of the immigrant women were in Canada at the time of counseling and research.

Respondents noted that *the level of stress and anxiety has decreased* in everyday life. Client M. (32 years old), who started meditating during a full-scale invasion, writes in a self-report that "<...> meditation helped me reduce my stress and anxiety levels; when I meditated before bed, I knew I was guaranteed to be in a state of deep relaxation and peace, which greatly improved my sleep. I read that you should meditate regularly, but I couldn't bring myself to do it regularly, so I ended up practicing once every three days. And it helped me develop self-regulation skills that allowed me to more effectively cope with stress-

ful situations that surrounded me every day at my new place of residence” [17].

Emotional management skills have improved. By regularly practicing meditative practices, the woman helped herself to reduce reactivity to emotional stimuli and improved her ability to manage her emotions in everyday life. Client A. (37 years old) describes her experience as follows: “<...> during active meditation practices, I learned to be aware of my emotions, accept them as they are, and express them within the meditative process, without harming myself and others” [17].

Some of the women drew attention to the fact that they felt an *increase in the manifestation of positive emotions*. That is, they began to record this state in their lives more often than before. Client I. (40 years old), after six months of meditative practices, noted: “<...> meditation helped to improve my mood, I noticed the good in my day-to-day life, which led to an increase in positive emotions, for example, such as gratitude and love. I used to pay attention to what irritated me, and now, however, this feeling didn't go away <...> However, I started noticing the pleasant moments in my life. The practice of mindfulness contributed to my openness to positive and pleasant moments, I began noticing them, and later feeling them. <...>, but as for love, I am kinder to myself” [17].

The full-scale invasion and forced emigration became a powerful catalyst for instantaneous change for which few were ready. Summarizing the self-reports and interviews we conducted with female respondents, we can state that the permanent state of anxiety, which was often encountered in the questions of women at the first consultation, was often caused by traumatic events experienced by a person in early childhood. In working with early childhood memories (up to the age of 6–7), we could observe prejudices about ourselves, people around us, and life, which were formed in a specific situation and contributed to the transition to a state of emotional rigidity.

From our empirical observations, a full-scale invasion did not become a source of anxious states in immigrant women, but a full-scale war is a powerful catalyst for the manifestation of emotional disturbances in the mental state of women. Such unusual, complex conditions unfold around a woman that it is difficult for her to ignore permanent anxiety, which could previously have been a common condition. All repressed emotions, prejudices, and beliefs that were previously at the subconscious level, during the sudden changes and constant feeling of danger, became available at the level of consciousness due to loss of concentration, emotional fluctuations, inability to control emotions, and/or sleep disturbances. Analyzing the self-reports of female respondents, we could observe how fear, anger, shame, and

anxiety hindered the integration of rapid changes into the “new life”, which in turn led to cognitive dissonance, which caused internal tension, and this could also contribute to the recurrence of anxiety disorders.

Women's self-reported outcomes confirm improvements in psychological distress and work performance. Reviews indicate that meditation is a practice that can be used at home, at any time. This technique is especially valuable for migrant women who have limited access to qualified psychological help. Instead, setting aside an hour to be alone with yourself can be an affordable and effective method of self-help.

Conclusions. Therefore, meditation is an additional tool in the provision of psychological assistance, which improves the quality of life, no matter what extremely difficult conditions a woman finds herself in.

Forced migration is a stressful factor for all women, which is further aggravated by the factor of war when living “here and now” ceases to be a beautiful metaphor and turns into a harsh everyday life for every Ukrainian woman. This, in turn, leads to the search for internal support, and one of these tools can be the regular use of meditative practices. In their self-reports, the respondents highlighted that active meditations, as a self-help method, help migrant women cope with feelings of anxiety and normalize sleep. At the same time, it is worth noting that this issue requires further research and that our conclusions can be considered transparent, it is necessary to cover a larger number of female respondents and increase the duration of observation.

BIBLIOGRAPHY:

1. Kabat-Zinn Jon. Meditation is not what You think: Mindfulness and Why it is so important. New York : Hachette Books, 2018. 240 p.
2. Brach Tara. Radical Compassion: Learning to Love Yourself and Your World with the Practice of RAIN. London : Penguin Life, 2020. 288 p.
3. Kornfield Jack, Goldstein Joseph. The Path of Insight Meditation. Boulder : Shambhala, 2018. 128 p.
4. Williams Mark, Penman Danny. Mindfulness: A Practical Guide to Finding Peace in a Frantic World. London : Piatkus Books, 2011. 288 p.
5. Langer Ellen J. The Mindful Body: Thinking Our Way to Chronic Health. New York : Ballantine Books, 2023. 288 p.
6. Goleman Daniel, Davidson Richard J. Altered Traits: Science Reveals How Meditation Changes Your Mind, Brain, and Body. New York : Avery, 2018. 336 p.
7. Васильченко О.М., Зубенко М.В. Медитативні практики як техніки роботи із стресовими станами особистості. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2021. № 3 (63). С. 189–194. DOI: 10.31732/2663-2209-2021-63-189-194.
8. Степура Є.В. Медитація та її вплив на особистість. *Габітус*. 2021. Вип. 32. С. 120–124. <https://doi.org/10.32843/2663-5208>.

9. Мазикін М.А. Медитація як психотерапевтичний інструмент. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 47. С. 141–158. DOI: 10.32626/2227-6246.2020-47.

10. *The Mindful Way through Depression: Freeing Yourself from Chronic Unhappiness* / Zindel V. Segal et al. New York : Guilford Publications, 2007. 273 p.

11. Linda E. Clarsen and others. Mindfulness-based cancer recovery and supportive-expressive therapy maintain telomere length relative to controls in distressed breast cancer survivors. *Cancer*. 2015. Vol. 121. P. 476–484.

12. Gelles David. *Mindful Work: How Meditation Is Changing Business from the Inside Out*. San Francisco : Harper One, 2016. 304 p.

13. Canadian Psychotherapy and Counseling Association. URL: <https://www.ccpa-accp.ca> (Last accessed: 28.03.2024).

14. Kabat-Zinn Jon. *Wherever You go, there You are: Mindfulness Meditation in everyday life*. New York : Hachette Books, 2009.

15. Siegel D.J. *The Mindful Brain: Reflection and Attunement in the Cultivation of Well-Being*. New York : W.W. Norton & Company, 2007.

16. Association Transomatic Dialogue Practitioners Union. URL: <https://oshodontics.org> (Last accessed: 28.03.2024).

17. Зібрана база даних практичного консультування автора.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОМПОНЕНТІВ ПОТЕНЦІАЛУ САМОЗМІН ТА ФОРМ БАЗОВОЇ ДОВІРИ У СТУДЕНТІВ

SPECIFICITY OF THE INTERRELATION BETWEEN THE SELF-CHANGE POTENTIAL COMPONENTS AND THE FORMS OF BASIC TRUST IN STUDENTS

У статті презентовано результати емпіричного дослідження, метою якого було вивчення взаємозв'язків компонентів потенціалу самозмін і форм базової довіри у здобувачів вищої освіти. Для проведення дослідження було використано психодіагностичні методики «Потенціал самозмін» і «Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе». Статистична обробка даних здійснювалась із застосуванням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Вибірку становили 623 студенти технічних факультетів Національного аерокосмічного університету імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», які були розподілені на три групи, відповідно до рівня вираженості інтегрального показника потенціалу самозмін (ПС). У групі з високим рівнем показника потенціалу самозмін визначено сім значущих кореляцій, п'ять із яких є додатними, дві – від'ємними. Високий рівень потенціалу самозмін відбивається в одночасному посиленні потреби в самозмінних і довіри до себе, поглибленні здатності до усвідомлених самозмін, зростанні віри в можливість самозмін, що супроводжується збільшенням довіри як до себе, так і до інших людей. Останнє, у свою чергу, відбувається разом зі зменшенням прагнення до незмінності. У групі із середнім рівнем потенціалу самозмін визначено чотири значущі кореляції, три з яких є додатними, одна – від'ємна. Відповідно до їхнього змісту, середній рівень потенціалу самозмін респондовано в одночасному посиленні потреби в самозмінних, здатності до усвідомлених самозмін, віри в можливість самозмін і довіри до себе, а також у зростанні прагнення до незмінності разом із втратою довіри до світу. У групі з низьким рівнем потенціалу самозмін визначено одну значущу кореляцію, від'ємну за характером, яка якісно є ідентичною від'ємній кореляції, зафіксованій у групі із середнім рівнем потенціалу до змін. Отже, для високого рівня потенціалу самозмін характерною є більш активна його взаємодія як із довірою до себе, так і з довірою до інших людей. Середній рівень потенціалу самозмін відрізняється менш активними зв'язками з формами довіри, серед яких продуктивні зв'язки з довірою до себе та непродуктивний зв'язок із довірою світові. Низький рівень потенціалу самозмін репрезентовано збіденою та непродуктивною його взаємодією з феноменом довіри.

Ключові слова: довіра до себе, довіра до інших, довіра до світу, потенціал самозмін, студенти.

The article presents the results of an empirical study, the purpose of which was to identify the relationships between the components of the potential for self-change and forms of basic trust in students. The psychodiagnostic methods "Self-Change Potential questionnaire" and "Methods of personal trust / mistrust in the world, in other people, in oneself" were used to conduct the research. Statistical data processing was carried out using the Spearman rank correlation coefficient. The sample consisted of 623 students of technical faculties of the National Aerospace University named after M. E. Zhukovsky "KHAU", which were divided into three groups according to the level of expressiveness of the integral indicator of the potential for self-change (PS). In the group with a high level of PS, 7 significant correlations were determined, 5 of which are positive and 2 are negative. A high level of PS is reflected in the simultaneous strengthening of the need for self-change and trust in oneself, the deepening of the ability for conscious self-change, the growth of faith in the possibility of self-change, which is accompanied by an increase in trust both in oneself and in other people. The latter, in turn, occurs along with a decrease in the desire for constancy. In the group with an average level of PS, 4 significant correlations were determined, 3 of which are positive, 1 is negative. According to their content, the average level of PS is responded to in the simultaneous strengthening of the need for self-change, the ability for conscious self-change, belief in the possibility of self-change and trust in oneself, as well as in the growth of the desire for constancy along with the loss of trust in the world. In the group with a low level of PS, one significant correlation was determined, negative in nature, which is qualitatively identical to the negative correlation recorded in the group with an average level of potential for change. Therefore, a high level of PS is characterized by a more active interaction with both trust in oneself and trust in other people. The average level of PS is distinguished by less active connections with forms of trust, including productive connections with trust in oneself and unproductive connections with trust in the world. A low level of PS is represented by its impoverished and unproductive interaction with the phenomenon of trust.

Key words: trust in oneself, trust in others, trust in world, potential for self-change, students.

УДК 159.923
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.24>

Жарікова С.Б.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Національний аерокосмічний
університет імені М.Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Постановка проблеми. Війна внесла масштабні зміни в усі сфери життя нашої держави та кожного з її громадян, які мають не тільки адаптуватися до трансформацій об'єктивного характеру, але й ініціювати зміни власної особистості, які не тільки забезпечать збереження власного «Я», але й сприятимуть саморозвитку та руху вперед.

Сформований психологічний потенціал самозмінювання та здатність його реалізувати набуває особливого значення для здобувачів вищої освіти, бо саме для цього вікового періоду актуальними стають особистісне самовизначення та самодетермінація власного розвитку. Усвідомлена активність особистості із самозмінювання в позитивному

напрямі у процесі життєвого руху є значущим чинником подолання життєвих труднощів, зміцнення психологічного здоров'я та відчуття благополуччя [7], що підкреслює актуальність і своєчасність дослідження потенціалу самозмін і особистісних механізмів його функціонування.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковці пропонують розуміти потенціал самозмін як констеляцію можливостей реалізації змін, які суб'єкт здатний свідомо актуалізувати й ініціювати [10]. Схильність до самозмін характеризується як стійка властивість особистості, активність, зорієнтована на самостійну реалізацію змін, спрямованих на трансформацію своїх якостей, стосунків, дій і поведінки [8]. М. Казанжи й А. Ганічевою встановлено, що віра в можливість власного самозмінювання активізує креативність мислення, налаштованість на віднайдення шляхів розв'язання проблем і збереження власної індивідуальності [7]. М. Казанжи й О. Вдовиченко довели, що ресурсом збагачення потенціалу самозмінювання виступають рефлексивність і креативність [6]. О. Саннікова та Н. Меленчук вивчали схильність до самозмінювання як ресурс авантюристичності, який, за результатами їхнього дослідження, може бути визначений як чинник оптимізації, підвищення ефективності діяльності та збагачення психологічного потенціалу суб'єкта [13]. Емпіричні дані, отримані Ю. Рудоманенко, свідчать про те, що більш досконала здатність суб'єкта до усвідомлених самозмін супроводжується зменшенням виявів прокрастинації у сфері роботи та кар'єри, зі зростанням віри в можливість самозмін, меншої вираженості набувають вияви прокрастинації як у сфері «робота та кар'єра», так і у сфері «освіта та навчання» [10]. Стосовно професійного самозмінювання, О. Водолазська виявила, що особи з його високим рівнем вирізняються більш розвинутою здатністю до контролю та планування, більшою наполегливістю та налаштованістю на досягнення мети, більш виразною гнучкістю, переважанням позитивних емоцій [2].

Як підкреслює О. Назарук, важливою умовою розвитку та зміни особистості стає довіра, яка підтримує бажання йти назустріч новому, випробувати власні можливості, одержувати новий досвід, засвоювати нові знання та навички [9].

Постановка завдання. Мета дослідження – вивчити взаємозв'язки компонентів потенціалу самозмін і форм базової довіри у студентів.

Виклад основного матеріалу. Відповідно до поставленої мети як психодіагностичний інструментарій емпіричного дослідження було застосовано опитувальник для діагностики потенціалу самозмін особистості та методику

довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе.

Опитувальник «Потенціал самозмін» ґрунтується на розумінні цього феномену як сукупності складників, що респондують психологічні можливості реалізації самозмін, які можуть бути свідомо актуалізовані й ініційовані особистістю. Методика містить 24 твердження, що розподілені за 4 шкалами: «Потреба в самозмінах», «Здатність до усвідомлених самозмін», «Віра в можливість самозмін» і «Можливість самозмін». Кожна шкала містить по 6 пунктів. Інтегральний показник потенціалу самозмін визначає узагальнену здатність до самозмін і підраховується як різниця суми показників перших трьох шкал і показника за четвертою шкалою [10].

Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе (адаптація В. Петренко, О. Савченко) складається із 12 тверджень, що розподілені за трьома шкалами. Перша шкала «Довіра до себе» містить 6 пунктів, друга шкала «Довіра до інших людей» утворена 3 пунктами, третя шкала «Довіра до світу» складається із 3 пунктів. Означені види довіри автори адаптації інтерпретують як різні форми прояву базової довіри [12].

Вибірку становлять 623 здобувачів вищої освіти технічних факультетів Національного аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «ХАІ». Досліджувані були розподілені на три групи, відповідно до рівня вираженості інтегрального показника потенціалу самозмін (далі – ПС). Високий рівень ПС було діагностовано у 89 студентів (перша група), середній – у 439 студентів (друга група), низький рівень досліджуваного показника було виявлено в 95 досліджуваних (третья група). Статистична обробка даних здійснювалася із застосуванням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена.

У першій групі було виявлено такі кореляційні зв'язки, які досягають рівня значущості: додатний взаємозв'язок між шкалою «Потреба в самозмінах» і шкалою «Довіра до себе» ($r = 0,293, p \leq 0,01$); додатні взаємозв'язки між шкалою «Здатність до усвідомлених самозмін» і шкалами «Довіра до себе» ($r = 0,355, p \leq 0,001$) та «Довіра до інших людей» ($r = 0,306, p \leq 0,01$); додатні взаємозв'язки між шкалою «Віра в можливість самозмін» і шкалами «Довіра до себе» ($r = 0,134, p \leq 0,01$) та «Довіра до інших людей» ($r = 0,167, p \leq 0,001$); від'ємні взаємозв'язки між шкалою «Можливість самозмін» і шкалами «Довіра до себе» ($r = -0,296, p \leq 0,01$) та «Довіра до інших людей» ($r = -0,278, p \leq 0,01$).

У другій групі визначено значущі додатні взаємозв'язки між шкалами «Потреба в самозмінах», «Здатність до усвідомлених самозмін», «Віра в можливість самозмін» і шкалою «Довіра до себе» ($r = 0,156, p \leq 0,001$; $r = 0,127, p \leq 0,01$; $r = 0,163, p \leq 0,001$). Окрім того, у цій групі

наявний від'ємний значущий взаємозв'язок між шкалою «Можливість самозмін» і шкалою «Довіра до світу» ($r = -0,131, p \leq 0,01$).

У третій групі зафіксовано лише один значущий взаємозв'язок, від'ємний за знаком, між шкалою «Можливість самозмін» і шкалою «Довіра до світу» ($r = -0,321, p \leq 0,001$).

Отримані результати свідчать про те, що високий рівень ПС знаходить свій вираз у такому: зростання прагнення досліджуваних до новизни та різноманітності, позитивної налаштованості на зміни й особистісне зростання супроводжується поглибленням переживання самоповаги та самоцінності, підґрунтям якого виступає їхнє ставлення до себе як до надійного джерела інформації, наслідком чого стає швидка орієнтація в умовах невизначеності; удосконалення здатності до свідомих зусиль у роботі над собою до цілеспрямованої реалізації бажаних самозмін. Розвиток уявлень, імпліцитно притаманних суб'єкту, щодо можливості людини протягом життя свідомо трансформувати як риси власного характеру, так і поведінку відбувається в першій групі разом зі зростанням довіри до себе й уяскравленням переживання безпеки та комфорту в контексті ставлення до оточення як до надійних і відповідальних осіб, що дозволяє отримувати підтримку, зберігати стабільні позитивно забарвлені стосунки та вибудовувати конструктивну взаємодію з іншими. Водночас зі збільшенням як довіри до себе, так і довіри до інших, за умов, що передбачають необхідність змін, втрачає вираженість прагнення до незмінності та зростає гнучкість. Середній рівень ПС відбивається в поглибленні переживання самоповаги та самоцінності, зумовленого ставленням до себе як до надійного джерела інформації. Результатом цього стає швидка орієнтація в умовах невизначеності, що поєднується з такими змінами компонентів потенціалу самозмін: посиленням прагнення до новизни та різноманітності, посиленням позитивної налаштованості на зміни й особистісне зростання; збільшенням здатності до свідомих зусиль у роботі над собою щодо цілеспрямованої реалізації бажаних самозмін; збагаченням уявлень, імпліцитно притаманних суб'єкту, щодо можливості впродовж життя свідомо змінювати як риси власного характеру, так і поведінку. Водночас як середній, так і низький рівень ПС характеризуються одночасним посиленням тривоги у процесі взаємодії із зовнішнім середовищем, яке сприймається суб'єктом як небезпечне, загрозливе, та зростанням прагнення до незмінності та втраченою гнучкістю.

Отже, у групі з високим рівнем ПС у його функціонуванні задіяні як довіра до себе, як до самодостатнього суб'єкта, гідного поваги, компетентного, здатного об'єктивно оціню-

вати власне «Я» і умови життєдіяльності, так і довіра до інших, яка дозволяє конструктивно взаємодіяти з оточенням і створювати стабільні позитивні стосунки.

Пояснення цьому ми знаходимо в науковій літературі. Так, наприклад, Н. Єрмакова вказує на те, що довіра до себе дозволяє людині бути незалежною, зорієнтованою на досягнення, здатною використовувати отриманий досвід у реалізації самозмін [4, с. 244]. Т. Гурлева вважає, що довіра до себе, набутого досвіду, власних переконань і особистісних цінностей забезпечує «здатність без страху змінюватись, корегувати і вдосконалювати власне «Я»» [3, с. 202]. Щодо довіри до інших, М. Стігер зі співавторами виявили, що ця форма довіри дозволяє більш об'єктивно оцінювати власні дії, спрямовані на самозміну, та їхні результати відповідно до думки зовнішніх спостерігачів, як-от друзі, члени сім'ї тощо [19]. Г. Спаркмен і Г. Волтон зазначають, що спостереження за змінами інших можуть спонукати людей переглянути різноманітні бар'єри, які, на думку науковців, стоять на шляху їхніх власних змін. Довіра до інших і до їхнього досвіду дозволяє суб'єкту оцінити перспективу власних змін і вважати їх більш досяжними [18]. У контексті отриманих нами результатів можемо припустити, що довіра до себе та до досвіду інших людей дозволяє досліджуваним надавати більшу цінність психологічній гнучкості «як готовності приймати й асимілювати будь-який свій досвід» [11, с. 127] та перебудовувати ригідні оціночні та поведінкові стереотипи.

Для групи із середнім рівнем ПС характерною є взаємодія його трьох компонентів, а саме: потреби в самозмінах, здатності до усвідомлених самозмін і віри в можливість самозмін, лише з однією формою довіри — довірою до себе, що, на нашу думку, обмежує можливість реалізації потенціалу самозмін.

О. Білецькою було виявлено, що більшості представників юнацького віку притаманний низький рівень довіри до оточення [4]. Н. Єрмакова емпірично доводить, що характерною рисою юнаків і дівчат є переважання довіри до себе, порівняно з довірою до інших. Водночас авторка підкреслює, що низький рівень довіри до себе в досліджуваній вибірці діагностовано не було, тоді як низький рівень довіри до інших серед студентів спостерігається [5]. В аналізі наукових напрацювань із проблеми психологічного змісту феномену довіри Н. Єрмакова приділяє увагу ситуації дисбалансу між довірою до себе та довірою до іншого в міжособистісному спілкуванні. Науковиця зазначає, що в такому разі партнери мають високу довіру до себе, проте не вважають іншого надійним і гідним довіри, що позбавляє спілкування діалогічності [4, с. 244]. О. Штепа наголошує, що саме діалогічність робить можливими пере-

осмислення і рефреймінг суб'єктом власних настановлень, поглядів, життєвих принципів, що й виступає індикатором його самозміни [17].

Окрім того, у другій групі існує також від'ємний зв'язок між компонентом ПС «Можливість самозмін» і такою формою базової довіри, як «Довіра до світу». Варто підкреслити, що у групі з низьким рівнем ПС теж виявлено лише такий варіант взаємодії досліджуваних феноменів.

Т. Федотова у результаті вивчення форми довіри у студентів установила, що ці досліджувані, за високої вираженості довіри до себе, демонструють низький рівень довіри до світу [14]. Як констатують Г. Чекаловська й О. Гриців, «довіра до себе не може бути без довіри до світу, інакше руйнується вся система «людина і світ», що може існувати тільки як цілісна система» [16, с. 455–456].

Відповідно до вищезазначеного, актуальним завданням науковців виступає розроблення психологічних програм підтримки довіри до світу, до інших, до себе в нелегкі часи війни та подальшої відбудови країни [15], виходячи з того, що саме довіра виступає ресурсом відчуття безпеки та впевненості, що забезпечує подолання екстремальних ситуацій і сприяє позитивним особистісним самозмінам [16, с. 458].

Висновки із проведеного дослідження.

Отримані нами емпіричні дані доводять наявність відмінностей у структурі взаємозв'язків форм базової довіри та компонентів ПС у студентів із його різним рівнем.

У групі з високим рівнем ПС визначено сім значущих кореляцій, п'ять з яких є додатними, а дві від'ємними. Високий рівень ПС відбивається в одночасному посиленні потреби в самозмінах і довіри до себе, поглибленні здатності до усвідомлених самозмін, зростанні віри в можливість самозмін, що супроводжується збільшенням довіри як до себе, так і до інших людей. Останнє, у свою чергу, відбувається разом зі зменшенням прагнення до незмінності. У групі із середнім рівнем ПС визначено чотири значущі кореляції, три з яких є додатними, одна від'ємною. Відповідно до їхнього змісту, середній рівень ПС респондовано в одночасному посиленні потреби в самозмінах, віри в можливість самозмін і довіри до себе, а також у зростанні прагнення до незмінності разом із втратою довіри до світу. У групі з низьким рівнем ПС визначено лише одну значущу кореляцію, від'ємну за характером, яка якісно є ідентичною від'ємній кореляції, зафіксованій у групі із середнім рівнем потенціалу до змін.

Отже, для високого рівня ПС характерною є більш активна його взаємодія як з довірою до себе, так і з довірою до інших людей. Серед-

ній рівень ПС вирізняється менш активними зв'язками з формами довіри, серед яких продуктивні зв'язки з довірою до себе та непродуктивні зв'язки з довірою до світу. Низький рівень ПС репрезентовано збідненою та непродуктивною його взаємодією з феноменом довіри. Отримані результати свідчать про розбалансованість форм базової довіри в системі їхніх взаємозв'язків із компонентами потенціалу самозмін у здобувачів вищої освіти, що зумовлює актуальність досліджень в означеному напрямі.

Перспективною ми вважаємо наукову роботу, спрямовану на аналіз взаємодії потенціалу самозмін і форм довіри в розгорнутій системі особистісних змінних.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Білецька О. Дослідження особливостей психологічних характеристик довіри в осіб юнацького віку з різним рівнем довіри в міжособистісних стосунках. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020. № 15. С. 11–17.
2. Водозазська О. Індивідуально-психологічні особливості осіб із різним рівнем професійного самозмінування. *Габітус*. 2020. Вип. 15. С. 108–113.
3. Гурлева Т. Довіра в опосередкованому спілкуванні: психологічна допомога особистості в кризових умовах. *Актуальні проблеми психології. Консультативна психологія і психотерапія*. 2018. Т. 14. № 3. С. 191–213.
4. Єрмакова Н. Довіра до себе як особистісна детермінанта професійного зростання студентів юнацького віку. *Вісник післядипломної освіти*. 2012. Вип. 6. С. 241–249.
5. Єрмакова Н. Особливості проявів довіри до інших та до себе у студентів юнацького віку. *Слобожанський науковий вісник*. Серія «Психологія». 2023. № 1. С. 10–16.
6. Казанжи М., Вдовіченко О. Креативність та рефлексія як особистісні механізми збагачення потенціалу самозмінування. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2021. Т. 32 (71). № 3. С. 24–29.
7. Казанжи М., Ганічева А. Значення цінностей професійної сфери особистості у вираженості її потенціалу самозмінування. *Габітус*. 2023. Вип. 47. С. 111–115.
8. Лущикова Д. Психологічні складові схильності особистості до самозмінування : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2009. 240 с.
9. Назарук О. Довіра як передумова формування позитивного соціального досвіду особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : Сьома міжнародна науково-практична конференція, 16 березня 2012 р. : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН. Київ, 2012. Т. IV. Ч. 3. С. 256–267.
10. Рудоманенко Ю. Психологічні особливості прокрастинації особистості: позитивні та негативні прояви і наслідки : дис. ... докт. філос. : 053. Одеса, 2022. 271 с.

11. Лавриненко Д. Г., Кононенко Т. В. Психологічна гнучкість як чинник психологічного благополуччя персоналу організації / О. Савченко та ін. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3 (27). С. 118–129.
12. Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе (А. Купрейченко): україномовна адаптація, валідація та стандартизація / О. Савченко та ін. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Психологія». 2022. № 5. С. 16–22.
13. Саннікова О., Меленчук Н. Схильність до самозмінювання як ресурс авантюристів. *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5. № 9. С. 75–86.
14. Федотова Т. Особливості вияву довіри у студентів-психологів. *Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євроінтеграційного поступу* : матеріали VI Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, присвяченої 20-ти річчю інституту, м. Луцьк, 21–22 травня 2020 р. / упоряд. : О. Бундак та ін. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. С. 129–132.
15. Чайка Г. Довіра і характеристики, що сприяють успішному переживанню травматичних ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2023. № 1. С. 13–19.
16. Чекаловська Г., Гриців О. Феномен довіри як детермінанта раціональної поведінки в екстремальних умовах. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 7 (25). С. 444–460.
17. Штепа О. Ресурсний дискурс внутрішнього діалогу особистості. *Тези звітної наукової конференції філософського факультету* / відп. за випуск : Л. Рижак, Н. Жигайло. Львів, 2021. С. 230–232.
18. Sparkman G., Walton G. M. Witnessing change: Dynamic norms help resolve diverse barriers to personal change. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2019. Vol. 82. P. 238–252.
19. Changing personality traits with the help of a digital personality change intervention / M. Stieger et al. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 2021. Vol. 118. № 8. e2017548118.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДОЇ ОСОБИ ВСТУПАТИ У ШЛЮБ

THE PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF A YOUNG INDIVIDUAL TO ENTER INTO MARRIAGE

У статті розглядається психологічна готовність молодшої особи до вступу у шлюб. Здатність до партнерства та створення сім'ї є складним і багатограним явищем, яке залежить від різних факторів, таких як особистісні риси, соціокультурні умови, досвід взаємин і виховання. У статті аналізуються особливості психологічної готовності молодих людей до вступу у шлюб. Зокрема, вивчаються фактори, що впливають на формування цієї готовності, такі як індивідуальні характеристики особистості, статеві та вікова ідентичність, психосоціальний контекст і культурні уявлення про сімейні відносини. Автори розглядають психологічні аспекти формування стійких та здорових сімейних зв'язків і надають практичні рекомендації щодо підготовки молодих осіб до створення сім'ї та подальшого партнерства. На основі теоретичного аналізу та психологічних досліджень визначено ключові аспекти такої готовності, зокрема емоційну стійкість, соціальну адаптивність, комунікативні навички. Обговорюється вплив сімейного середовища, особистісних особливостей, культурних факторів на формування готовності до шлюбу. Окремлено складники цієї готовності та розглянуто аспекти, що впливають на формування цього психологічного стану. Особлива увага приділяється дослідженню молодих людей віком від 18 до 25 років на предмет їх готовності до шлюбу. Проаналізовано результати дослідження та зроблено висновки щодо особливостей психологічної готовності молоді до шлюбу в межах зазначеного вікового діапазону. Отримані дані свідчать про те, що для успішного вступу в шлюб потрібна не тільки фізична зрілість, але й розвинена психологічна готовність, зокрема різні аспекти особистісного зростання та міжособистісних стосунків. Результати досліджень можуть бути корисні для фахівців у галузі психології, соціології та сімейної терапії, а також для молодих людей, які планують вступити у шлюб.

Ключові слова: особливості психологічної готовності, готовність до шлюбу, компоненти психологічної готовності до шлюбу

(когнітивний, мотиваційно-ціннісний, емоційно-регулятивний, поведінковий).

The article examines the psychological readiness of a young person for marriage. The ability to partner and create a family is a complex and multifaceted process that depends on various factors, such as personal traits, socio-cultural conditions, experience of relationships and upbringing. The article analyzes the peculiarities of young people's psychological readiness to get married, in particular, the factors influencing the formation of this readiness are studied, such as individual personality characteristics, gender and age identity, psychosocial context and cultural ideas about family relationships. The authors consider the psychological aspects of the formation of stable and healthy family ties and provide practical recommendations for preparing young people to start a family and further partnership. On the basis of theoretical analysis and psychological research, key aspects of such readiness have been identified, including emotional stability, social adaptability, and communication skills. The influence of the family environment, personal characteristics, and cultural factors on the formation of readiness for marriage is discussed. The components of this readiness are outlined and the aspects affecting the formation of this psychological state are considered. Special attention is paid to the study of young people aged 18 to 25 years on the subject of their readiness for marriage. The results of the study were analyzed and conclusions were drawn regarding the peculiarities of the psychological readiness of young people for marriage within the specified age range. The obtained data indicate that successful marriage requires not only physical maturity, but also developed psychological readiness, taking into account various aspects of personal growth and interpersonal relationships. The results of the research can be useful for professionals in the field of psychology, sociology and family therapy, as well as for young people who are planning to get married.

Key words: features of psychological readiness, readiness for marriage, components of psychological readiness for marriage (cognitive, motivational and value, emotional and regulatory, behavioral).

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.25>

Коренева Ю.П.

к.психол.н.,
викладач кафедри психології, філософії та соціально-гуманітарних дисциплін
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

Мухіна Л.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології, філософії та соціально-гуманітарних дисциплін
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

Маркіна М.С.

студентка
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

Актуальність дослідження. Сьогодні процес перетворення сучасної сім'ї, яка є соціальним інститутом, відзначається тривожними проявами її дезорганізації, такими як зростання розлучень, конфліктів у сімейному побуті, зниження рівня народжуваності та втрата виховного потенціалу. На жаль, у значній частині молодих пар перший період спільного життя не завжди відповідає їхнім мріям та уявленням про хорошу сім'ю, що відображено в офіційних статистичних даних. Проблема вивчення особливостей готовності молоді до сімейного життя стає

актуальною як у соціологічній, так і в психологічній науці.

Ще античні філософи, такі як Аристотель та Платон, а також педагоги Я.А. Коменський та Й.Г. Песталоцці, в своїх працях акцентували увагу на підготовці дітей та молоді до сімейного життя [5, с. 33].

У двадцятих роках минулого століття проблемі підготовки молоді до шлюбу надавали велике значення такі вчені, як Д.І. Азбукін, М.М. Василевський, В.Є. Ігнат'єв, І.С. Сімонов, М.М. Рубінштейн. Ці науковці відзначали важливу роль вчителя та школи у процесі під-

готовки дітей до сімейного життя. Згодом на проблему шлюбного виховання звертали увагу такі вчені, як В.О. Сухомлинський та А.С. Макаренко.

Проте аналіз літератури показує, що сучасних робіт, спрямованих на вивчення психологічної готовності молоді до шлюбу, недостатньо. Серед сучасних досліджень можна виділити три основних напрямки. Зазвичай найчастіше питання про готовність до шлюбу розглядається в контексті проблеми підготовки молоді до сімейного життя (І.В. Дубровіна, І.В. Гребенніков, С.В. Ковалев, Н.І. Козлов, Т.М. Разуміхіна, В.С. Торохтій, Л.Б. Шнейдер та інші). Іншим напрямом можна вважати дослідження проблем вікового розвитку особистості (Г.С. Абрамова, Г. Крайг, А.А. Реан, Е. Еріксон та інші).

Третій напрям – це дослідження різних питань сімейного життя, таких як періодизація сімейного життя, умови правильного вибору партнера, умови щасливого шлюбу, а також причини й особливості подружніх конфліктів (І.В. Гребенніков, А.Н. Обозова, В.А. Сисенко, Б.Ю. Шапіро). Важливо відзначити, що лише в контексті підготовки молоді до шлюбу питання про психологічну готовність ставиться безпосередньо як проблема, в інших напрямках цієї теми воно розглядається опосередковано.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Психологічна готовність до шлюбу та сімейного життя є комплексною проблемою, що ґрунтується на психологічній взаємодії між партнерами та включає аспекти формування статевої ідентичності особистості, її еволюцію, усвідомлення стереотипів чоловічої та жіночої поведінки тощо. Добробут сім'ї залежить від специфіки виконання ролей чоловіка і дружини, батька і матері, усвідомлення та уявлення про себе як представника конкретної статі з унікальними потребами, цінностями, мотивацією, інтересами та формами поведінки.

Власні уявлення про сімейне життя, що служать психологічною основою для шлюбу, впливають на міжособистісні відносини в подружжі [1]. За твердженням Д. Гевіртца, статево-їдентифікацію слід розглядати як процес набуття й засвоєння цінностей, ідеалів, ролей та моральних якостей іншої значущої особи, зокрема батьків. Схожі підходи можна знайти у працях вітчизняних вчених, таких як М.І. Алексеева, Т.В. Говорун, О.І. Захаров, З.Г. Кісарчук, В.П. Кравець, О.Б. Насонова, В.І. Стахневич. Вони визнають загальну тенденцію, яка полягає в тому, що поведінка дітей визначається їхньою статтю через ідентифікацію з батьками.

Наслідкування ролей чоловіка і жінки, батьківських та материнських моделей поведінки і самосприйняття в навколишньому світі стає

ключовою домінантою розвитку у підлітковому віці. Батьківська сім'я з усіма нюансами внутрішньої та зовнішньої взаємодії залишається під впливом багатьох гендерних стереотипів і є важливою детермінантою формування ставорольової ідентифікації підлітків.

Для кожної дорослої особи шлюб означає збагачення і нове наповнення свого життя. Молоді люди вірять в те, що після укладення шлюбу їхнє життя стане кращим і цікавішим. Такі сподівання є основою для утворення сім'ї, яку вони прагнуть створити.

Готовність до вступу в шлюб має структуру, що включає мотиваційно-ціннісний, інтелектуально-пізнавальний, дієво-практичний та емоційно-вольовий компоненти. Психологічна готовність до створення сім'ї передбачає наявність навичок спілкування, спільність поглядів на життя та сімейне благополуччя, здатність створити морально-психологічний клімат у сім'ї. Готова до створення сім'ї особистість має стійкість характеру та почуттів, розвинені вольові якості (Г.А. Дьоміна, Н.В. Глущенко, Л.М. Лисенко).

Початково психологічна готовність молоді до шлюбу розглядалася як набір компонентів діяльності та життєвих досягнень, які повинні бути притаманні молодим нареченим, але не як конкретний психологічний стан та якості, що вирішально впливають на якість створеного союзу, тобто не як комплексний взаємопов'язаний процес. Для глибшого розуміння психологічної готовності необхідно розглядати подружнє життя як діяльність, зумовлену функціями сім'ї, і готовність як стан та якість особистості.

Психологічна готовність до шлюбу конкретної особистості (у нашому розумінні) – це система сформованих стійких якостей, необхідних для створення та успішного функціонування сім'ї. Психологічна готовність до шлюбу пари є певним компромісом чи стратегією співпраці, в якій обидва партнери враховують потреби одне одного, оскільки абсолютна готовність до шлюбу та абсолютна «нормальна» самооцінка і прив'язаність не існують. Таким чином, у всіх людей є своя позиція між униканням та співзалежністю, але вона не може бути ідеальною. Отже, шлюб має створюватися зі взаємоприйнятими потреб та якостей обох партнерів.

У літературі часто висловлюється думка про те, що шлюб рятує від самотності та страху забуття і що саме сім'я надає людині всі ресурси для самореалізації. Проте ми вважаємо, що такий підхід може бути абсолютно шкідливим для особистості та для самого союзу, оскільки від власної пустоти існує великий ризик розчинення в партнері, мотивованому «заповненням», тобто намаганням вирішити власні життєві питання чи труднощі через

іншу людину. Це може призвести до очевидного кінця такого шлюбу. За бажанням знайти своє «наповнення» у коханні ми приховуємо серйозну відповідальність для партнера, що є небажаною і шкідливою як для нього, так і для відносин в шлюбі.

Можна дійти висновку, що психологічна готовність до сімейного життя залежить від взаємодії багатьох внутрішніх і зовнішніх факторів та є синтезом таких взаємопов'язаних і взаємозумовлених компонентів: мотиваційно-ціннісного, когнітивного, емоційно-регулятивного і поведінкового. Важливо, щоб усі ці компоненти були не лише розвинені, але й гармонійно взаємодіяли з відповідними компонентами у партнера. Якщо коротко охарактеризувати компоненти готовності особистості до вступу у шлюб, то вони включають:

1) мотиваційно-ціннісний компонент, який передбачає:

- позитивну мотивацію шлюбу (розвинену в ході успадкування від батьківської сім'ї або сформовану в особистісній корекції);

- розуміння своїх потреб та того, як їх можна задовольняти в сім'ї;

- ціннісно-сміслову сферу «Я» (наявність сформованої цінності сім'ї в особистості);

- усталені погляди на життя взагалі та сімейне зокрема;

2) когнітивний (пізнавальний) компонент:

- необхідні знання про сім'ю (поінформованість у її компонентах, діяльності, потребах тощо);

- навички спілкування;

- розуміння своїх потреб та вміння про них висловлюватись, знання про шлях їх реалізації;

3) емоційно-регулятивний компонент:

- здатність до рефлексії своїх та партнера емоційних проявів;

- достатні навички саморегуляції та самоорганізації;

- стабільність самооцінки;

- усталеність почуттів;

- розвинені якості вольової сфери, здатність до самоконтролю.

Мотиваційно-ціннісний компонент включає у себе наявність у молодій людини стійкої позитивної мотивації до шлюбу як важливої життєвої цінності (ідеальне «Я»). Це виявляється в усвідомленому бажанні мати сім'ю, глибокій переконаності у її значущості, прагненні до щастя у подружньому житті та розвитку удвох. При цьому має зберігатися особистісний розвиток іншої людини. Також важливим є бажання освоювати знання, вміння та навички, необхідні для створення та успішного функціонування сім'ї (реальне та динамічне «Я»).

Цей компонент виявляється у ціннісно-смісловій сфері «Я» (у настановах, ціннісних орієнтаціях, переконаннях, мотивах,

моральних нормах, життєвій позиції). Цінність є необхідним компонентом, оскільки саме вона породжує ціль і веде людину до реалізації. У відсутності цінності може виникнути розрив між потребами особистості та її діями, і це може призвести до того, що шлюб створюється лише як соціально бажаний крок.

Даний компонент готовності відображає усвідомлене бажання створення шлюбу як свого «розширення», а не як «доповнення через нестачу». Цей компонент визначає змістові характеристики самосвідомості, такі як вибір життєвих цілей, перспективи особистісного зростання та мотиваційні засади діяльності особистості у будь-якій сфері людського буття, зокрема в сімейному житті. Це породжує необхідність іншого компонента – усталених поглядів особистості на власне життя та сімейне, що передбачає саморегулятивний процес визначення особистої ціннісної сфери та її взаємозв'язку з цінностями партнера.

Когнітивний (пізнавальний) компонент передбачає наявність у юнаків і дівчат системи знань, необхідних для сімейного життя, зокрема з педагогіки та психології, достатнього рівня інформованості з питань моралі, фізіології та сексології шлюбу, а також правових знань, господарсько-економічних засад функціонування сім'ї. Також важливою є стійка орієнтація дівчини чи юнака на створення сім'ї, яка формується на основі знань про сім'ю та закономірностей перебігу подружнього життя. До цього компоненту входять особистісні утворення, функція яких полягає в забезпеченні адекватної орієнтації на свою майбутню сімейну роль. Серед таких утворень можна виокремити знання та осмислений власний життєвий досвід.

Цей компонент також включає розвинені навички спілкування. Оскільки спілкування є ключовою властивістю людини, воно є необхідним не тільки в шлюбній взаємодії, але і в будь-якій соціальній взаємодії, що передбачає доступне спілкування. Слід зауважити, що навичка спілкування не зводиться лише до вміння говорити, але також включає в себе здатність висловлювати свої почуття, потреби, позиції тощо.

Дана навичка сприяє розумінню своїх потреб та вмінню висловлюватись для їх задоволення. Важливо знати, як і хто може задовольнити ці потреби, що є вирішальним під час початкового вибору партнера. Навіть якщо існує невміння висловлювати свої потреби чи намагання не помічати невміння партнера вирішувати проблеми, це може призвести до неадекватного вибору партнера та короткострочкових шлюбів.

Емоційно-регулятивний компонент передбачає здатність до рефлексії та саморегуляції поведінки та емоційних станів, а також

усвідомлення юнаками та дівчатами сформованості таких якостей, як емпатія, співчуття, співпереживання, взаєморозуміння, взаємодопомога, підтримка, здатність контролювати гнів, агресію, негативні переживання тощо. Емоційно-регулятивний компонент включає переживання особистістю хвилюючих подій, таких як знайомства з людьми іншої статі, побачення, залицяння, кохання, перші спроби побудови близьких відносин.

Здатність до саморегуляції формується ще у дитячому віці як частина переходу головної ролі батьків до самостійності в самій дитині. Цей процес сприяє здатності до самоорганізації дій, емоційних проявів, планування діяльності та взагалі самостійності. Проблеми у цьому комплексі часто ведуть батьків до консультацій психолога щодо нейрокорекції для втручання у процес формування саморегуляції як самостійного процесу в дитини.

Далі йде період юності, який вважається етапом підготовки до дорослого життя, хоча у різні історичні епохи йому надавали різного соціального статусу. Юність оцінюється як період повного фізичного, статевого дозрівання і досягнення соціальної зрілості, хоча розуміння цього періоду змінювалося з часом і в різних суспільствах, визначаючись різними віковими обмеженнями. Вплив соціальної системи відчувається з віком, індивід у процесі соціалізації освоює, приймає нові і залишає старі соціальні ролі.

Зазначаючи соціальну зумовленість зрілого віку, Є.Г. Сіляєва пише, що періодизація способу життя людини, починаючи з юності, більше не збігається з віковою періодизацією і стає особистою. Психологічний зміст юності пов'язаний з розвитком самосвідомості, вирішенням проблем професійного самовизначення і вступу в доросле життя. У ранній юності формуються пізнавальні та професійні інтереси, потреба в робочій силі, здатність будувати життєві плани, соціальну активність, утверджується незалежність особистості, вибір життєвого шляху. В молодості людина стверджує себе у вибраній справі, шліфує професійну майстерність. Саме в молодості завершується професійна підготовка, а отже, і студентська пора [8].

Протягом періоду навчання у вищому навчальному закладі спостерігається взаємодія з другим етапом юності (або першим етапом зрілості), що включає комплексне формування особистісних рис (зокрема, відзначене в роботах Б.Г. Ананьєвої, А.В. Дмитрієва, С.В. Ковалева, В.Т. Лісовського та ін.). Характеризуючи моральний розвиток особистості на цьому етапі, слід зауважити посилення свідомих мотивів. Також помітне зростання важливих якостей, що вимагаються на старших етапах, таких як цілеспрямованість, рішучість,

наполегливість, самостійність, ініціатива та вміння володіти собою. Збільшується інтерес до моральних проблем (цілей, образу життя, боргу, любові, відданості тощо).

Юність – це період після дитинства та перед дорослістю (вікові рамки умовні – від 15–16 до 21–25 років). Це час, коли особа може пройти шлях від невпевненого, непослідовного підлітка до справжнього дорослішання [4].

Формування студентської сім'ї виникає через активний пошук близької та значущої особи, необхідної для щасливого та повноцінного життя. Природа майбутнього шлюбу значною мірою визначається низкою причин, які призвели до укладення шлюбного союзу. У дослідженнях соціологів, таких як С.І. Голод, З.І. Файнбург, А.Г. Харчева та інших, відзначено, що основним мотивом для шлюбу молодих студентів є любов та близькі до неї духовні, етичні й естетичні цінності. Що стосується мотивів, то спостерігається їх різноманітний набір, зокрема любов, спільні інтереси, збіг смаків, спосіб життя тощо. При цьому кожен експерт скористався своїм набором найбільш важливих мотивів, на його думку.

Емоційний аспект шлюбу є ключовим для молодих пар. Задоволення від сімейних відносин кожного партнера пов'язане з характером та інтенсивністю їхніх почуттів. Жодні матеріальні умови, що виникають під час утворення сім'ї, не впливають на задоволення від шлюбу. Важливий лише характер почуттів молодої пари та їх інтенсивність.

З'являється зв'язок між збереженням почуття любові в шлюбі та використанням вільного часу: справедливий розподіл домашніх обов'язків між подружжям дозволяє збільшити час відпочинку сімейної жінки. Позитивне спілкування також має велике значення для збереження та зміцнення почуттів молодої пари.

Дослідження у сфері соціальної орієнтації молоді показують радикальні зміни в соціально-економічних та соціокультурних орієнтирах, які сталися недавно. Ці зміни відобразилися не лише в структурі цінностей молоді, але й у вмісті шлюбно-сімейних установок. Таким чином, в структурі цінностей молоді протягом багатьох років переважають такі: спілкування, любов, сім'я.

Стабільна та благополучна сім'я може функціонувати лише за умови належної підготовки молодих людей до спільного сімейного життя. Період молодих шлюбів характеризується формуванням звичок жити у злагоді один з одним, розподілом трудових та сімейних обов'язків, вирішенням житлових, фінансових питань та проблем, пов'язаних із веденням загального господарства та побуту. Цей період сімейного життя є найважливішим і найнебезпечнішим з точки зору стабільності сім'ї.

Студенти є однією з найвагоміших груп молоді, від розвитку якої залежить майбутнє суспільства та країни в цілому. Отже, вивчення молодих сімей студентів та оптимального часу для їх створення є вельми важливим, оскільки молодь, зокрема студенти, з фізіологічної та психологічної готовності, вважається найбільш сприятливою для заснування сім'ї та народження потомства. Шлюби, укладені в студентські роки, здебільшого проявляють високий рівень сполучення на основі спільних інтересів, групової ідентичності, певної субкультури та способу життя. Однак слабка соціальна готовність молодих людей до сімейного життя, психологічне перевантаження та підвищені вимоги до партнера часто призводять до конфліктів, які руйнують сім'ї. Для того, щоб молодь могла гармонійно будувати свої взаємини у майбутньому шлюбі, важливо ознайомитися з особливостями спілкування та міжособистісних відносин у сучасній сім'ї. Відкритість сім'ї, її спрямованість на минуле і майбутнє створять реальну основу для переходу до нового суспільства.

Основною групою для нашого дослідження були молоді люди (40 осіб), серед них – 20 юнаків та 20 дівчат віком від 18 до 25 років. На етапі збору емпіричних даних ми обробили анкети та провели інтерв'ю наших досліджуваних для визначення готовності до сімейного життя.

Результати за методикою С.І. Голода «Мотиви вступу в шлюб» показали, що більшість хлопців обирає спільність поглядів і очікування дитини як основний мотив вступу в шлюб (по 20%). Дівчата найчастіше обирають матеріальну забезпеченість (24%). Мотив вступу в шлюб через почуття самотності та жалю у хлопців практично не зустрічається.

Серед найважливіших мотивів вступу в шлюб у молодих людей визначаються любов, спільні інтереси та погляди з майбутнім партнером, а також матеріальна забезпеченість, яка виявляється більш важливою для дівчат, ніж для юнаків.

На завершальному етапі опитування ми використали проєктивну методику незавершених речень Н.Л. Москвічевої. Учасникам пропонувалося вільно розширити фразу «Сім'я для мене – це...» та вказати асоціативні образи, які виникають у процесі цього завдання. У результаті виділено чотири основних типи уявлень про сім'ю серед студентів: «близьке коло спілкування, теплота, затишок», яке включає істинні міжособистісні відносини та спілкування, любов, взаєморозуміння, прийняття, емоційну підтримку (асоціативні образи: «домашнє тепло», «м'які крісла навколо каміну») – 41%;

стабільність, що вказує на справжній єдиний організм, цілісний процес життєдіяльності, співпрацю та допомогу один одному, – 20%; притулок (сховище), укриття і захист від труднощів зовнішнього середовища («острівець в океані», «фортеця») – 25%; взаємну відповідальність (чистий аркуш паперу, де фіксуються всі позитивні та негативні події) – 14%.

Отримані результати підтверджують те, що для більшості молоді сім'я розглядається як єдність поглядів, можливість відкритого спілкування та відчуття захищеності. Це вказує на високий рівень емоційно-регулятивного компонента у студентів. Важливо зазначити, що лише 14% опитаних асоціюють сім'ю з відповідальністю та обов'язками. Такі результати можуть бути зумовлені віком досліджуваних і переходом від захищеності у родині, де вони виростили, до створення власної.

При цьому важливо відзначити, що в практиці не враховувалися аспекти сімейних стосунків, пов'язані з бажанням до саморозвитку, самовдосконалення, задоволення індивідуальних потреб у батьківстві, материнстві, самореалізації в дітях. Отримана картина відображає специфіку уявлень про сім'ю молодих людей, які ще не мають досвіду подружнього життя, але саме на ці уявлення вони будуть орієнтуватися під час створення власної сім'ї.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Глазунов С.В. Сучасні чинники вибору шлюбної пари і деякі питання стабілізації подружніх стосунків. *Вісник Дніпропетровського державного університету. Серія «Соціологія. Філософія. Політологія»*. 1999. Випуск 5. С. 123–128.
2. Денисенко А.О. Психологічна готовність старших підлітків та юнацтва до подружніх взаємовідносин : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Педагогічна та вікова психологія. Одеса, 2003. 17 с.
3. Дьоміна Г.А. Становлення особистісної зрілості молоді до подружнього життя як психологічна проблема у вітчизняній і зарубіжній психології. *Innovative processes in education : Collective monograph*. 2017. Р. 40–48.
4. Дьоміна Г.А. Психолого-педагогічний розвиток особистості майбутнього сім'янина: методичні рекомендації для роботи практичних психологів. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2011. 70 с.
5. Захарченко В.Г. Готовність молоді до сімейного життя (соціально-психологічний аспект). *Психологія*. 2004. Випуск 24. С. 41–48.
6. Кравець В.П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. Київ : Київська правда, 2000. 687 с.
7. Левицька Т.Л. Розвиток психологічної готовності студентської молоді до створення сім'ї : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2009. 20 с.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОГНІТИВНИХ СХЕМ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ

FEATURES OF THE CORRELATION OF COGNITIVE SCHEMES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF POLICE EMPLOYEES

У статті здійснено аналіз кореляційного зв'язку когнітивних схем із психологічним благополуччям працівників поліції. Психологічне благополуччя працівників поліції безпосередньо впливає на їх продуктивність, здатність до командної роботи, відновлення після стресових подій і загалом на якість виконання службових обов'язків. Негативне сприйняття себе як професіонала, страх помилки або надмірна самокритичність можуть помітно знизити ефективність роботи поліцейського. Усвідомлення та керування власними когнітивними процесами є ключовим для підтримання психологічного здоров'я та ефективності роботи працівників поліції. Метою дослідження було вивчення взаємозв'язку психологічного благополуччя та когнітивних схем у працівників поліції.

У дослідженні брали участь 150 працівників поліції віком від 25 до 50 років. Для проведення дослідження були використані психодіагностичні методики, що є адекватними цілі дослідження, а саме: «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріффа (адаптована Т. Шевеленковою, П. Фесенком) та «Шкала базових переконань» Р. Янов-Булман (адаптація О. Кравцовою). Для оцінки статистичної значущості дослідження було використано критерій кореляції Пірсона.

У статті окреслено важливість вивчення взаємозв'язку між когнітивними схемами та психологічним благополуччям поліцейських задля покращення та полегшення їхньої служби. Когнітивні схеми – це узагальнені ментальні структури, які допомагають організувати досвід і керувати сприйняттям навколишнього світу, формуючи поведінку та емоційні реакції на різні ситуації. Це дозволяє поліцейським швидко інтерпретувати ситуації, приймати рішення та діяти. Це важливо під час виконання складних і непередбачуваних завдань.

Зазначено, що високий рівень благополуччя поліцейських, тобто задоволеність життям, емоційна рівновага та відсутність тривалих негативних емоційних станів, значною мірою залежить від того, як їхні когнітивні схеми інтерпретують навколишню дійсність і наскільки гнучко вони можуть адаптуватися до змін у своєму оточенні. Поліцейські, когнітивні схеми яких орієнтовані на позитивне сприйняття та оцінку ситуацій, мають більше шансів досягти високого рівня психологічного благополуччя. Завдяки цьому вони ефективніше виконують свої обов'язки, менше піддаються емоційному вигоранню і краще долають стрес, пов'язаний із роботою.

Ключові слова: когнітивні схеми, психологічне благополуччя, працівники поліції, задоволення життям, базові переконання.

The article analyzes the correlation between cognitive schemes and the psychological well-being of police officers. The psychological well-being of police officers directly affects their productivity, ability to work as a team, recovery from stressful events and, in general, the quality of performance of official duties. A negative perception of oneself as a professional, fear of making a mistake or excessive self-criticism can significantly reduce the effectiveness of a police officer. Awareness and management of one's own cognitive processes is key to maintaining the psychological health and efficiency of police officers. The purpose of the study was to study the correlation between psychological well-being and cognitive patterns of police officers.

150 police officers between the ages of 25 and 50 took part in the study. Psychodiagnostic methods were used to conduct the study, which are adequate for the purposes of the study: "Scale of psychological well-being" by K. Riff (adapted by T. Shevelenkova, P. Fesenko) and "Scale of basic beliefs" by R. Yanov-Bulman (adapted by O. Kravtsova). To assess the statistical significance of the study, the Pearson correlation test was used.

The article outlines the importance of studying the relationship between cognitive schemas and psychological well-being of police officers in order to improve and facilitate their service. Cognitive schemas are generalized mental structures that help organize experience and manage perception of the surrounding world, shaping behavior and emotional reactions to various situations. This allows police officers to quickly interpret situations, make decisions and act. This is important when performing complex and unpredictable tasks.

It is noted that the high level of well-being of police officers, that is, life satisfaction, emotional balance and the absence of long-term negative emotional states, largely depends on how their cognitive schemes interpret the surrounding reality and how flexibly they can adapt to changes in their environment. Police officers whose cognitive schemes are oriented towards positive perception and assessment of situations have more chances to achieve a high level of psychological well-being. As a result, they perform their duties more efficiently, are less prone to emotional burnout and cope better with work-related stress.

Key words: cognitive schemas, psychological well-being, police officers, life satisfaction, basic beliefs.

УДК 159

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.26>

Красуля О.М.

аспірантка кафедри соціології та психології

Харківський національний університет внутрішніх справ

Постановка проблеми. Психологічне благополуччя українських поліцейських є вирішальним чинником ефективною, етичною та безпечною поліцейською діяльністю. Робота поліції може бути дуже стресовою та небезпечною, оскільки вона вимагає високого рівня концентрації, швидкого та критичного прийняття

рішень у кризових ситуаціях та постійного високого рівня готовності до ризиків та викликів, таких як кримінальні інциденти, нещасні випадки та насильство.

Психологічне благополуччя включає емоційну стійкість, здатність адаптуватися до стресових ситуацій, ефективні способи подо-

лання стресу та збалансоване емоційне самопочуття. Крім того, поліцейські повинні вміти ефективно справлятися з травмами, яких вони можуть зазнати під час виконання службових обов'язків (наприклад, з посттравматичним стресовим розладом).

Когнітивні схеми також відіграють важливу роль у роботі поліцейських, особливо в контексті сприйняття та обробки інформації під час виконання службових обов'язків. У правоохоронних органах, де поліцейські постійно стикаються з небезпекою та стресом, когнітивні схеми допомагають їм аналізувати складні ситуації, швидко реагувати та приймати обґрунтовані рішення.

Правильно сформовані когнітивні схеми дозволяють поліцейським ефективно розпізнавати потенційні небезпеки, розкривати кримінальні справи та керувати складними ситуаціями на місцях. Когнітивні схеми дозволяють їм зосереджуватися на ключових деталях, швидко оцінювати ситуації та приймати стратегічні рішення, які мають вирішальне значення для успішного виконання поставлених завдань.

Важливість взаємозв'язку когнітивних схем та психологічного благополуччя працівників поліції не можна недооцінювати, оскільки їх професійна діяльність вимагає не тільки фізичної витривалості, а й стабільного психологічного стану. Когнітивні схеми, які становлять базові структури для обробки інформації, грають ключову роль у сприйнятті, інтерпретації та реагуванні на різноманітні, часто стресові ситуації, з якими стикаються працівники поліції. Ці ментальні конструкції допомагають їм швидко приймати рішення і вибудовувати ефективні стратегії поведінки, але водночас вони можуть бути джерелом психічного дискомфорту, якщо вони неправильно інтегровані або базуються на негативних переконаннях.

Психологічне благополуччя працівників поліції безпосередньо впливає на їх продуктивність, здатність до командної роботи, відновлення після стресових подій і загалом на якість виконання службових обов'язків. Негативне сприйняття себе як професіонала, страх помилки або надмірна самокритичність можуть помітно знизити ефективність роботи поліцейського.

Отже, усвідомлення та керування власними когнітивними процесами є ключовим для підтримання психологічного здоров'я та ефективності роботи працівників поліції.

Аналіз досліджень та публікацій. Протягом багатьох років питання когнітивного стану та психологічного благополуччя особистості хвилювало вітчизняних та зарубіжних учених [1; 8; 10; 13; 14].

Вперше дослідження переживання якості життя та психічного здоров'я

було зроблено Дж. Гурінім, Дж. Веровим і Ш. Фелд. Згодом дослідження продовжили М. Бредберн та Д. Каплович. У результаті узагальнення отриманого емпіричного матеріалу Н. Бредберн розробив теорію афективного балансу. Відповідно до цієї теорії баланс позитивних та негативних емоцій є основним показником психологічного благополуччя особистості. У 1970-ті роки А. Кемпбелл, Ф. Конверс, У. Роджерс, С. Уїтні та Ф. Ендрюс вивчали задоволеність життям жителів Північної Америки. А. Кемпбелл, опитуючи респондентів, використав поняття «задоволеність життям», не вдаючись до поняття «щастя». Останнє, на думку дослідника, асоціюється з афективними переживаннями захоплення, ейфорії тощо. Ф. Ендрюс та С. Уїтні, вивчаючи суб'єктивне переживання задоволеності життям, ставили питання про те, наскільки респонденти щасливі. Дослідники спиралися на теорію афективного балансу М. Бредберна, в якій категорія «щастя» виступає як основний показник позитивного функціонування особистості [1; 8; 10; 13; 14].

З часом сформувалися дві парадигми дослідження благополуччя. Оцінка виразності позитивних емоцій (щастя) стала об'єктом дослідження першого (гедоністичного) напрямку. Нині прибічники цього напрямку орієнтуються на вивчення так званого емоційного благополуччя, а саме на емоційний та когнітивно-оцінний компоненти благополуччя. Другий напрям досліджень добробуту – евдемонічний. Прихильники цього напрямку, такі як М. Ягода, К. Кейєс та К. Ріфф, акцентують увагу на добробуті як показнику позитивного функціонування особистості. При цьому дослідники диференціюють психологічне, особистісне та соціальне благополуччя [12; 14].

Дослідження когнітивних схем відіграли ключову роль у розумінні того, як люди обробляють, зберігають і відтворюють інформацію. Ці дослідження є фундаментом для когнітивної психології. Вони надали важливі інсайти щодо роботи людського мозку. Існує велика кількість вчених, які вивчали когнітивні особливості саме в даному напрямі. Швейцарський психолог Ж. Піаже зробив значний внесок у вивчення когнітивних схем, зосередившись на їх розвитку у дітей. Він визначив когнітивні схеми як основні одиниці інформації, що дозволяють дітям адаптуватися до свого середовища. Механізми асиміляції (вбирання інформації на основі наявних схем) та акомодатії (модифікація схем для включення нової інформації) є ключовими для розуміння того, як розвивається мислення [2; 5; 6; 7; 16; 19].

Ф. Бартлетт займався вивченням механізмів пам'яті та впливу когнітивних схем на відтворення подій. Він виявив, що люди переказують історії та події не точно, як вони були,

а радше фільтрують та інтерпретують їх через власні схеми, доповнюючи та змінюючи деталі, так що вони відповідають їхнім внутрішнім віруванням та очікуванням. В. Кінч розвинув ідею про те, що когнітивні схеми діють як фільтри для інформації, що отримує людина, та мають вирішальне значення для розуміння того, як ми сприймаємо світ навколо нас. Він аргументував, що схеми формуються на основі попереднього досвіду і впливають на увагу, сприйняття та пам'ять [18].

Когнітивні схеми як базові переконання вивчала відома дослідниця Р. Янов-Бульман. Вона досліджувала процеси та механізми конструювання уявлень про навколишній світ, які притаманні здоровим і травмованим індивідам. Базові установки були визначені як імпліцитні, глобальні та стійкі уявлення про світ і себе, які впливають на думки, емоційні стани та поведінку людини [20].

Ці дослідження лягли в основу багатьох теорій у психології, неврології та когнітивістиці, вказуючи на складність і пластичність мозку в мисленні та обробці інформації. Було підтверджено, що когнітивна схема особистості впливає не лише на те, як вона розуміє інформацію з навколишнього світу, але й на те, як вона ставиться до цього світу та адаптується до нього, а також на те, як вона вчиться на власному досвіді [3; 8; 16].

Мета дослідження – вивчити особливості взаємозв'язку когнітивних схем із психологічним благополуччям у працівників поліції.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 150 працівників поліції віком від 25 до 50 років. Для проведення дослідження

були використані психодіагностичні методики, що є адекватними цілі дослідження, а саме: «Шкала психологічного благополуччя» К. Риффа (адаптована Т. Шевеленковою, П. Фесенком) та «Шкала базових переконань» Р. Янов-Бульман (адаптація О. Кравцової). Для оцінки статистичної значущості дослідження був використаний критерій кореляції Пірсона.

Коефіцієнти кореляції показників когнітивних схем та психологічного благополуччя працівників поліції наведено у табл. 1.

Результати, представлені в таблиці 1, показують, що між більшістю показників когнітивних схем та показниками психологічного благополуччя серед працівників поліції існують статистично значущі кореляційні зв'язки.

Більшість прямих взаємозв'язків із показниками психологічного благополуччя особистості утворили показники когнітивних схем «контрольованість світу», «цінність власного «Я» та «ступінь самоконтролю». Таким чином, що вищим є ступінь, в якому індивід відчуває, що він може вплинути на події у своєму житті, що відбуваються в навколишньому світі, та контролювати їх, то більш впевнено та спокійно людина відчуває себе в своєму житті. Це відчуття впливу та можливості контролювати оточення тісно пов'язане з поняттями самоефективності та внутрішньої мотивації. Зв'язок між контролем над світом і психологічним благополуччям був предметом численних психологічних досліджень, які показали, що ці дві змінні тісно пов'язані. Під контрольованістю світу розуміють віру людини в те, що вона може впливати на події та обставини свого життя. Психологічне благополуччя означає загальний

Таблиця 1

Взаємозв'язок показників когнітивних схем та психологічного благополуччя працівників поліції

Показники когнітивних схем	Показники психологічного благополуччя								
	Позитивні відносини з іншими	Автономія	Управління оточенням	Особистісне зростання	Життєва мета	Само-сприйняття	Баланс афекту	Свідомість життя	Людина як відкрита система
Прихильність світу	0,198*	***	0,276*	***	***	***	***	***	0,234**
Доброта людей	1,211**	***	0,197*	***	***	***	***	0,290**	0,174*
Справедливість світу	0,230**	0,198*	***	***	0,278**	0,164*	***	0,231**	0,187*
Контрольованість світу	***	0,280**	0,265**	0,165*	0,197*	0,297**	***	0,265**	0,174*
Випадковість того, що відбувається	***	***	***	***	***	***	***	***	***
Цінність власного «Я»	***	0,250**	0,190*	0,300**	0,181*	0,199*	***	0,297**	***
Ступінь самоконтролю	0,232**	0,190*	0,297**	0,279*	0,267**	0,190*	***	0,178*	0,198*
Ступінь удачі	***	***	***	***	0,237**	0,190*	-0,285*	***	***

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p > 0,05$

стан задоволеності життям, емоційного благополуччя та відсутності психологічних розладів. Люди, які відчують контроль над своїм життям і подіями, які в них відбуваються, як правило, мають вищий рівень психологічного благополуччя. Відчуття контролю дає впевненість у своїх силах і здатності долати виклики.

Показник «цінність власного «Я» у працівників поліції відіграє надзвичайно важливу роль, оскільки він відображає глибинне розуміння та оцінку власних компетенцій, моральних якостей і професійної придатності. В умовах високого рівня стресу, підвищеного ризику та щоденної відповідальності за безпеку громадян здорова самооцінка та позитивна самоідентифікація стають ключовими елементами психологічної стійкості та успішності в професійній діяльності. Цінність власного «Я» у контексті роботи в поліції означає, наскільки працівники цінують себе, свої досягнення та внесок в роботу. Це включає віру в свої здібності розв'язувати складні завдання, захищати суспільство, а також здатність ментально та емоційно справлятися з викликами, які постають перед ними щодня. Що вищою є цінність власного «Я», то стійкішими є працівники поліції перед обличчям професійних труднощів та особистісних викликів і вищим є їхнє психологічне благополуччя. Що впевненіше відчуває себе працівник поліції, виконуючи власні обов'язки перед суспільством, то вищим є їх рівень задоволеності життям, емоційного здоров'я, меншою є кількість психічних розладів, а також більше виявляється здатність до самореалізації та розвитку.

Показник когнітивних схем «ступінь самоконтролю» встановив статистично значущий прямий кореляційний зв'язок практично зі всіма показниками психологічного благополуччя працівників поліції. Кореляція показника «ступінь самоконтролю» із психологічним благополуччям у працівників поліції є предметом цікавого дослідження та аналізу, особливо з огляду на специфіку їхньої роботи, яка часто пов'язана з високим рівнем стресу та психологічного навантаження. Самоконтроль, означаючи спроможність індивіда пригнічувати імпульсивні реакції або пристрасті на користь довготривалих цілей або більш соціально прийнятних поведінкових відповідей, у цьому контексті виступає як важлива складова частина професіоналізму та особистісної ефективності. Професія поліцейського вимагає не тільки фізичної підготовки та вміння діяти в стресових ситуаціях, але й здатності володіти власними емоціями та думками, ефективно керувати ними. Самоконтроль допомагає знижувати негативний вплив стресу, запобігаючи професійному вигоранню, що стабілізує психологічне благополуччя. Оскільки самоконтроль сприяє кращому управлінню стресовими

станами, працівники поліції з високим рівнем самоконтролю схильні сприймати робочі ситуації як менш загрозливі та більш керовані, що підвищує їх професійну ефективність і загальне відчуття задоволеності роботою. Отже, вміння контролювати імпульсивні реакції та управляти емоційними станами не лише допомагає безпосередньо в робочому процесі, але й сприяє покращенню якості життя, знижуючи відчуття озлобленості та втоми, підвищуючи рівень особистісного та професійного благополуччя.

Статистично значущим є те, що показник когнітивних схем «випадковість того, що відбувається» не встановив кореляційних зв'язків з жодним показником психологічного благополуччя. Аналізуючи відсутність даного взаємозв'язку, слід розглядати специфіку професійної діяльності працівників поліції та її психологічний вплив. Професія поліцейця включає роботу у надзвичайно змінних, непередбачуваних і часто високоризикованих обставинах. Важливим аспектом професійної компетентності поліцейських є здатність ефективно реагувати на несподівані події та вирішувати виникаючі завдання у стрімких та часто стресових умовах. У цьому контексті високий рівень випадковості подій, із якими стикаються працівники поліції, стає звичайною частиною їхньої роботи, а не фактором, який би значно вплинув на їхнє психологічне благополуччя, як це могло б відбуватися у випадку з іншими професіями. Тренування та психологічна підготовка поліцейських, спрямовані на розвиток стресостійкості, адаптивності та гнучкості реакцій, дозволяють їм ефективно справлятися з непередбачуваними ситуаціями. Це робить сприйняття випадковості подій менш критичним для їхнього психологічного благополуччя.

Висновки. Керуючись даними, що були отримані у дослідженні, можна зробити висновок, що когнітивні схеми у працівників поліції мають статистично значущий кореляційний зв'язок із психологічним благополуччям.

Важливість взаємозв'язку між когнітивними схемами і психологічним благополуччям співробітників поліції важко переоцінити. Когнітивні схеми – це узагальнені ментальні структури, які допомагають організовувати переживання і управляти сприйняттям навколишнього світу, формують поведінку й емоційну реакцію людини на різні ситуації. Вони дозволяють співробітникам поліції швидко інтерпретувати ситуації, приймати рішення і діяти відповідно до них. Це важливо під час проведення складних і непередбачуваних заходів.

Високий рівень позитивного благополуччя працівників поліції, яке означає наявність задоволеності життям, емоційної рівноваги та відсутності тривалих негативних емоційних станів,

сильно залежить від того, яким чином їхні когнітивні схеми інтерпретують оточуючу дійсність та з якою гнучкістю вони можуть адаптуватися до змін у навколишньому середовищі. Працівники поліції, когнітивні схеми яких орієнтовані на позитивне сприйняття та оцінку ситуацій, з більшою ймовірністю досягатимуть високого рівня психологічного благополуччя. Це підвищує їхню професійну ефективність, сприяє спротиву емоційному вигоранню та здатності справлятися з професійним стресом.

Натомість негативно сформовані когнітивні схеми призводять до спотвореного сприйняття подій, високої схильності до негативних емоційних станів, таких як тривога, стрес або депресія, які можуть негативно вплинути на психологічне самопочуття. Отже, розуміння та оптимізація когнітивної схеми важливі не тільки для забезпечення емоційного та психологічного благополуччя працівників поліції, але й для підтримки високого рівня їхньої професійної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

- Бондаренко О.В. Психологічне благополуччя особистості як важлива складова її життєвої якості. *Вісник Черкаського університету*. 2018. № 1 (331). С. 21–27.
- Дерев'яно С.П. Взаємодія емоцій і перцептивно-когнітивних функцій в процесі соціально-психологічної адаптації особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології* / наук. ред. С.Д. Максименко. Київ, 2006. Т. VIII. Вип. 7. С. 148–156.
- Дерев'яно С.П. Феноменологія емоційного інтелекту : навчально-методичний посібник. Чернігів, 2016. 312 с.
- Диспенза Д. Надприродний розум. Київ, 2020. 400 с.
- Жердецька Л.Л. Когнітивно-стильові відмінності та їх вплив на професійне становлення майбутніх психологів. *Актуальні проблеми психології*. 2004. Т. 1. Ч. 13. С. 39–42.
- Зайцева О.О. Взаємозв'язок метакогнітивної активності зі стилями саморегуляції студентів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 107–111.
- Зайцева О.О. Психолінгвістична компетентність як корелят розвитку метакогнітивної активності студентів. *Science and education a new dimension. Pedagogy and psychology*. Budapest. 2020. VIII (93). P. 72–75.
- Каргіна Н.В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Одеса : Наука і освіта*, 2015. № 3. С. 48–55.
- Кармадонова Т.М. Когнітивні чинники подолання невизначеності поведінки людини. *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут»*. Серія «Філософія. Психологія. Педагогіка». Київ, 2010. С. 27–32.
- Карсканова С.В. Опитувальник «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1 (142). С. 1–9.
- Кашлюк Ю.І. Феномен психологічного благополуччя особистості як об'єкт наукового дослідження. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016, Вип. 2, том 1. С. 70–74.
- Корнієнко І.Ю., Кірій А.В. Психологічне благополуччя як інтегральна характеристика психічного стану людини. *Психіатрія, психотерапія та медична психологія*. 2018. № 1 (18). С. 17–21.
- Лисенко Т.І. Психологічне благополуччя як складова поняття «якість життя». *Вісник Національної академії статистики, обліку та аудиту*. 2015. № 1. С. 81–87.
- Ляшенко О.О. Психологічне благополуччя особистості: структура, динаміка, вплив. Київ : Видавництво «Либідь». 2014. 287 с.
- Максименко С.Д., Пасічник І.Д. Роль когнітивно-стильових особливостей особистості в процесі навчальної діяльності. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія і педагогіка». 2010. Вип. 14. С. 3–10.
- Кузнецов М.А., Фоменко К.І., Кузнецов О.І. Психічні стани студентів у процесі навчально-пізнавальної діяльності. Харків : ХНПУ, 2015. 339 с.
- Максименко С.Д., Пасічник І.Д. Стан та перспективи когнітивної психології в Україні. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія». 2009. Вип. 12. С. 3–7.
- Мельникова Н.І., Дзюба Т.О. Саморегуляція поведінки: психологічний аспект. Київ : Либідь, 2013. 192 с.
- Fomenko K. Self-regulation of labor activity: the means of psychodiagnostics and the role in motivation. *Наука і освіта*. 2017. № 11. P. 98–104.
- Hofmann W., Kotabe H.P. A meta-analysis of the impact of self-control depletion on task performance. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2012. 48 (2). P. 491–498.

ОСОБИСТІСНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ ЗВ'ЯЗОК З ЕФЕКТИВНІСТЮ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

INDIVIDUAL PERSONALITY TRAITS AND THEIR RELEVANCE TO THE EFFECTIVENESS IN PROFESSIONAL ACTIVITY

У статті представлено результати проведеного теоретичного дослідження науково-джерельної бази, спрямованого на розкриття поняття «особистісні властивості». Автор детально розкриває розуміння терміну «особистісні властивості», розглядає загальну сутність особливостей характеру, здібностей та особистісного потенціалу.

Проаналізовано різні погляди вітчизняних та зарубіжних науковців, які вивчали питання особистості та у своїх працях довели, що особистісні властивості є уродженими та сталими психологічними властивостями. У дослідженні розглянуто характеристики особистості, які є індивідуальними, серед яких виділяють темперамент, характер, здібності, інтелект, ставлення до себе, оточення та держави. Доведено, що всім особистісним властивостям притаманні постійна закріпленість і повторюваність.

На підставі наукових поглядів проаналізовано та окреслено найбільш значимі індивідуальні властивості особи та системотвірні чинники (установки). Розглянуто їх безпосередній вплив на ефективність професійної діяльності.

Обґрунтовано необхідність потреби поглибленого дослідження особистісних властивостей особистості та наведено низку окремих наукових думок щодо утворення взаємозв'язку між індивідуальними характеристиками людини та її спрямованістю на досягнення успіху у професійній діяльності. Відзначається, що проведе теоретичне дослідження наукових джерел дало можливість виявити, що у науково-психологічних дослідженнях поняття «особистісні властивості» та їх взаємозв'язок з ефективністю професійної діяльності найчастіше розглядається фрагментарно. Здебільшого особистісні властивості вивчаються як одне із психічних явищ. Така думка базується на дослідженні когнітивних процесів поряд з багатьма іншими аспектами. Таким чином, питання «особистісні властивості у професійній діяльності» нечасто виступає об'єктом самостійного дослідження, що свідчить про можливі перспективи подальшого здійснення наукового вивчення цього питання.

Ключові слова: особистісні властивості, індивідуальні властивості, властивості особистості, особистість, здібності особистості, ефективність, професійна діяльність.

The article presents the results of a theoretical study of the scientific source base aimed at disclosing the concept of "personality traits". The author elaborates on the understanding of the term "personality traits", considers the general essence of character traits, abilities and personality prospects.

The article analyses various views of domestic and foreign scholars who have studied the issues of personality and proved that personality traits are innate and stable psychological features. The study examines the characteristics of personality that are individual, including temperament, character, abilities, intelligence, attitude to oneself, environment and the state. It is proved that all personality traits are inherent in permanent fixity and repeatability.

Using scientific concepts, the author analyses and outlines the most significant individual properties of a person and system-forming factors (attitudes). The article discusses their direct impact on the effectiveness in professional activity.

The author argues for the need for an in-depth study of the personality traits of an individual and presents a number of separate scientific opinions on the formation of a relationship between individual characteristics and commitment of a person to achieving success in professional activities.

The author notes that in scientific and psychological research the concept of personality traits and their relationship with professional performance are often considered in a fragmentary manner. In most cases, personality traits are studied as one of the mental phenomena, based on the study of cognitive processes, along with many other aspects. Thus, the issue of personality traits in professional activity is rarely the object of independent research, which indicates possible prospects for further scientific study of this issue.

Key words: personality traits, individual characteristics, personality properties, personality, personality abilities, efficiency, professional activity.

УДК 159.92

DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.27)

2024.59.27

Лізун А.В.

аспірантка

ТОВ «Київський інститут сучасної психології та психотерапії»

Вступ. Питання особистісних властивостей в умовах вдосконалення і розвитку в Україні нових видів професій та трансформації наявних, зокрема у секторі безпеки та оборони держави, потребує ґрунтового науково-теоретичного осмислення. Поточна стаття розкриває актуальність проблеми дослідження. Вона присвячена аналізу змісту та сутності особистісних властивостей людини, особливостей її характеру, здібностей та особистісного потенціалу, що розглядаються в межах продуктивної професійної діяльності.

Аналіз наукових джерел показує, що особистісні властивості – це синтаксична одиниця, утворена з двох повнозначних слів – «особистісні/особистість» та «властивості/властивість», пов'язаних між собою за змістом. Тобто є особистість, а її властивості є особистісними.

Щоб конкретизувати розуміння поняття «особистісні властивості» та системно підійти до з'ясування окремих сегментів предмета дослідження, варто розглянути наукові підходи різних авторів. У ході аналізу та уточнення тлумачення основних термінів «особистість»

і «властивості» та об'єктивного висвітлення поняття «особистісні властивості» для розуміння впливу їх на ефективність професійної діяльності було використано словники, посібники, довідники, а також науково-методичні матеріали.

Мета статті. Ключова ціль цієї роботи полягає у теоретичному аналізі науково-джерельної бази для розкриття поняття «особистісні властивості» особистості як системотвірні чинники (установки), які впливають на ефективність професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Питання особистісних властивостей людини та їх вплив на ефективність професійної діяльності досліджуються багатьма науковцями з різних точок зору.

На думку О.П. Колобич, особистість – це свідомий індивід, що залучений до повноцінних суспільних взаємин, також це набута динамічна якість людини [7, с. 31].

За Й.Ф. Андерш та ін., термін «особистість» має ідентичні варіанти слова, а саме: особа, людина, індивід, індивідуальність [14, с. 228].

С.Д. Максименко доводить, що «особистість» – це конкретний людський індивід з певними розумовими, емоційними, вольовими та фізичними властивостями. Особистість є продуктом тієї доби і тих суспільних відносин, сучасницею та учасницею яких вона є. Характерними ознаками особистості є такі: наявність у неї свідомості, виконувана нею суспільна роль та корисна спрямованість її професійної діяльності. Однією з найяскравіших характеристик особистості є її індивідуальність, неповторне поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, почуттів, волі) [10, с. 45].

В енциклопедичному словнику поняття «властивість» характеризується як особливість об'єкта, що притаманна йому як самототожній цілісності та дозволяє ідентифікувати і відрізнити його від інших об'єктів або встановлювати схожість з іншими об'єктами [15, с. 95].

В англійській мові для цього поняття використовується термін “personality trait”, в якому слово “trait” має значення «характерна риса, особливість, властивість» [3].

Таким чином, поєднання двох вищезгаданих компонентів – «особистість» та «властивості» – утворює особистісні властивості, що позначають внутрішні невід'ємні особливості кожного індивіда.

Результати дослідження. У науковій літературі під поряд із особистісними властивостями використовуються такі тотожні терміни: «риса особистості», «особистісні риси» (Д. Мет'юз [20]), «властивості особистості» (І.А. Зязюн [12], А.З. Шклярчук [17], О.П. Коло-

бич [7]), «здібності особистості» (В.В. Рибалка [13], Д. Гоулман [4]), «психічні властивості» (Л.К. Велитченко [2]). У різних дослідників трактування поняття «особистісні властивості» має відмінності, однак суттєвих протиріч при цьому не спостерігається.

У німецькій мові вживається термін “Persönlichkeitseigenschaft”, що перекладається як «особистісна властивість», «риса особистості». Це певні аспекти поведінки людини в якійсь окремій категорії ситуацій. Зазначається, що особистісна властивість – це відносно стійка, перевірена часом готовність людини описувати та передбачати певні аспекти своєї поведінки за певних обставин [19].

Н.М. Гуцуляк зі співавторами до загальних властивостей особистості відносить ті, які зумовлені типом нервової системи, – звичні та постійні душевні якості, яким притаманні закріпленість і повторюваність у структурі особистості людини (характер, темперамент, хист, стійке ставлення до себе та оточуючого світу) [5, с. 18]. Автор зазначає, що особисті якості людини – це властивості людської натури, які впливають на поведінку та трудову діяльність людини, серед яких є пам'ять, увага, мислення, спілкування, уява, сприйняття, що і є власною ідентифікацією особистості [5, с. 91, 142].

Провідну роль особистісні властивості людини відіграють у забезпеченні та підтриманні високого рівня успішності навчальної та професійної діяльності.

На думку Л.К. Велитченко, індивідуальні особливості психічних процесів, станів та властивостей – це сукупність психічних властивостей: темпераменту, характеру, задатків, здібностей як психічне віддзеркалення ставлення і функціональної готовності людини [2, с. 101]. Автор ставить поруч особистісні та психічні властивості та пов'язує між собою природний розвиток психіки та розвиток трудової діяльності. У розвитку психіки помітні послідовні кількісні та якісні зміни психіки, процес саморуку від простіших до складніших форм віддзеркалення й активності. Усвідомлюючи свої досягнення та недоліки, людина прагне до самоудосконалення за допомогою власної діяльності. Розвиток трудової діяльності особистості являє собою процес оволодіння технологічними вимогами у професійній сфері того чи іншого виду праці та їх перетворення на психологічні патерни, що містять моральні особистісні характеристики [2, с. 82–84].

Дослідники Д. Мет'юз, І. Дірі та М. Вайтман доводять, що повсякденні уявлення про особистісні риси виходять із двох ключових припущень. По-перше, особистісні риси є стабільними в часі. Автори погоджуються, що зазвичай поведінка людини дещо змінюється час від часу, але вони переконані в існуванні

певної послідовності, яка визначає справжню природу особи, адже між людьми є відмінності, які проявляються в різних ситуаціях. Стабільність відрізняє особистісні риси від більш несталих властивостей людини, таких як тимчасові стани настрою. По-друге, особистісні риси безпосередньо впливають на поведінку у професійній діяльності [20, с. 3].

Серед істотних особистісних властивостей людини слід розглянути її здібності, адже вони зміцнюються у процесі праці та проявляються в повсякденній діяльності. Відомо, що люди, які мали розвинені здібності, в усі часи прогресивно розвивали науку і техніку.

В.В. Рибалка властивості особистості розглядає як її здібності [13, с. 129] та поділяє їх на три роди, а саме:

- до першого роду належать здібності до здійснення діяльності в межах структури особистості (емоційно-смилові, інформаційно-пізнавальні, емоційно-почуттєві, задоволення потреб для життя, споживчі);

- до другого – властивості базових структур особистості, які виконують функцію покращення здібностей першого роду, тобто здійснення діяльності, серед яких є такі: психосоціальні, комунікаційні, мотиваційно-смилові, характерологічні (світогляд, плани до засобів праці та її результатів), рефлексивні (самоорганізація, самоактуалізація), інтелектуальні та психосоматичні (тілесні, рухові);

- до третього – генетичні здібності, які забезпечують розвиток усіх попередніх видів здібностей, спираючись на внутрішні та зовнішні розвивальні можливості особистості [13, с. 48].

Отже, здібність – це своєрідна індивідуально-психологічна властивість людини, що відповідає умовам успішного засвоєння знань та виявляється в подальшій діяльності. На професійному рівні здібності зумовлюють ефективне виконання тієї чи іншої трудової діяльності (керівної, наукової, творчої тощо) і є необхідною умовою успіху людини.

І.А. Зязюн ставить поруч якості та властивості особистості, під якими розуміються такі: оптимізм, вольові якості, цілеспрямованість. В основі лежить позитивне емоційне ставлення до себе та до праці, що активізує впевненість, зумовлює почуття радості, позитивно впливає на стосунки з колегами. А негативні емоції у професійній діяльності, навпаки, гальмують активність, дезорганізують робочий процес, викликають тривожність [12, с. 50].

На думку А.З. Шклярчук, особливу привабливість становлять ті властивості особистості, які здатні регулювати психоемоційний стан людини під час виконання службових обов'язків у екстремальних умовах. Такою якістю є емоційна стійкість, яка надає можливість в екстремальних умовах зберігати необхідну

працездатність, протидіяти стресу, ефективно використовувати набуті навички, приймати рішення в умовах ліміту часу [17, с. 63].

Д.О. Шапошник-Домінська визначає самофактивність як особистісну властивість, яка сприяє ефективній життєдіяльності особистості у професійній діяльності. Ця властивість дозволяє людині досягти мети незалежно від емоційного стану за умов характерного функціонування трьох особливих якісних характеристик – пам'яті, мислення та емоційної саморегуляції [16, с. 7, с. 17, с. 151].

Однією з найяскравіших характеристик особистості є її індивідуальність, під якою вчені розуміють поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, інтелект, ставлення до себе, оточення та держави.

Важливим джерелом наукових теорій про властивості особи є робота американського психолога Д. Гоулмана, який науково підтвердив зв'язок між емоційним інтелектом і професійним успіхом [4, с. 76]. Відповідаючи на питання про те, що відрізняє людей, котрі досягли успіху, від їхніх не таких успішних товаришів, автор довів, що особи, які здатні краще витримувати виснажливі теоретичні та практичні графіки, легше долають труднощі в професії. Емоційний інтелект – це головна властивість людини, що здатна впливати на всі інші наявні вміння, допомагаючи або заважаючи їх виявленню [4, с. 154]. Люди з високим емоційним інтелектом зазвичай є впевненими та задоволеними собою. Найвищий вияв емоційного інтелекту – це здатність людини увійти в потік натхнення, сконцентрованість на досягненні успіху в професійній діяльності [4, с. 171].

Типологічний підхід до дослідження особистісних властивостей у низці наукових літературних джерел ототожнюється з темпераментом індивіда.

На думку Р.В. Ваврика, темперамент зумовлює лише шляхи і способи професійної діяльності, а не рівень досягнутих результатів [1, с. 44].

У праці С.Д. Максименко та ін. темперамент особистості розглядається як тверда вродженість змішаних в належних співвідношеннях індивідуальних особливостей, що характеризує динамічний бік психічних проявів, від яких залежить інтенсивна діяльність людини [10]. На думку автора, у професійній діяльності найефективніше можуть взаємодіяти два протилежних темпераменти (меланхолік і сангвінік, флегматик і холерик), гірше – два однакових темпераменти (партнери з холериків, партнери з меланхоліків). Однак для роботи, яка потребує рухливої нервової системи від усіх її учасників, неоднакові темпераменти непридатні [9, с. 230].

На думку О.П. Колобич, властивості особистості, зумовлені темпераментом, є найбільш стійкими і довготривалими. Темперамент є однією з найбільш значимих властивостей особистості [7, с. 135].

Н.М. Мась [11] виділяє основні індивідуально-типологічні властивості темпераменту особистості як динамічні характеристики психічної діяльності, що негативно або позитивно реагують на перебіг інтенсивності, ритму психічних процесів і станів, а саме:

- сензитивність – чутливість до явищ, які стосуються особистості, незадоволення її потреб, особисті страждання;

- реактивність – легкість виникнення емоційної реакції на зовнішні або внутрішні подразники як позитивної, так і негативної дії;

- пластичність – мінливість, швидке пристосування до обстановки (професійної ситуації);

- ригідність – властивість, протилежна пластичності, повільна зміна уявлень про обставини, що відбуваються. У професійній діяльності ригідність спричинює складність або нездатність особи перебудуватися;

- екстравертованість – зовнішній світ людини (відкритість, товариськість);

- інтровертованість – внутрішній світ (замкнутість).

Л.Л. Макарова та В.М. Синельников зазначають, що екстраверсія та інтроверсія характеризуються тим, від чого переважно залежать реакції людини – від зовнішніх вражень, які виникають в цей час (екстраверсія), чи від мрійливих образів, уявлень та думок (інтроверсія) [8, с. 142].

Дослідниця С.Х. Кейн демонструє сучасний науковий підхід з вивчення вроджених сильних психічних сторін особистості й особливостей темпераменту. Інтроверсія та екстраверсія розглядаються як психічні якості особистості, як необхідна риса при застосуванні у різних професіях [6].

На думку К.Г. Юнга, не існує чистих інтровертних чи екстравертних особистостей, кожна з них має свої специфічні переваги або недоліки [18]. Екстраверти здатні виконувати лідерські та інші завдання з оптимальним рівнем активності, мають швидку реакцію, здатні імпровізувати та блазнювати, готові взяти зброю в руки заради відстоювання інтересів. Водночас інтроверти працюють автономно, відлюдькуваті, уникають особистих контактів, публічна робота зумовлює для них страждання, але вони обережні та вдумливі мислителі, котрі можуть працювати на самоті, що сприяє генеруванню ідей.

Найефективніші команди можуть складатися з урахуванням оптимальної кількості інтровертів та екстравертів.

Висновки. Отже, виходячи з аналізу неведених вище різних поглядів науковців, можемо зазначити, що особистісні властивості є уродженими та сталими психологічними властивостями, серед яких можна виділити темперамент, характер та здібності. Усім властивостям притаманні постійна закріпленість і повторюваність.

Загалом під особистісними властивостями розуміються характеристики людини, що позначають внутрішні особливості конкретного індивіда. За рахунок темпераменту і характеру формується поведінка людини у навколишньому світі, котра слугує її особистісному саморозвитку та успішному просуванню у професійній діяльності.

Перспективи подальших пошуків у цьому напрямі. Результати теоретичного аналізу показують, що у науково-психологічних дослідженнях поняття «особистісні властивості» та їх взаємозв'язок з ефективністю професійної діяльності має, як правило, фрагментарний характер. Особистісні властивості вивчаються як одне із психічних явищ, які базуються на дослідженнях когнітивних процесів поряд з багатьма іншими позиціями. Поняття «особистісні властивості у професійній діяльності» рідко стає об'єктом самостійного дослідження, що зумовлює необхідність більш досконалого наукового вивчення даного питання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ваврик Р.В. Особливості професійної підготовки курсантів у контексті сучасної педагогіки. *Особистість в екстремальних умовах* : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. Львів, 2019. С. 42–44.
2. Велитченко Л.К. Вступ до загальної психології : довідник. Одеса : 2009. 357 с.
3. Великий англо-український словник / Є.І. Гороть, Л.М. Коцюк, Л.К. Малімон, А.Б. Павлюк. Вінниця : Нова книга ; Харків : Ранок, 2011. 1700 с.
4. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.Л. Гумецької. Харків : Віват, 2019. 512 с.
5. Гуцуляк Н.М., Матейчук Н.Г. Психологія : навчальний посібник. Чернівці, 2019. 300 с.
6. Кейн С.Х. Сила інтровертів. Тихі люди у світі, що не може мовчати / пер. з англ. Т. Заволоко. Київ : Наш Формат, 2016. 367 с.
7. Колобич О.П. Загальна психологія : навчальний посібник. Львів, 2018. 172 с.
8. Макарова Л.Л., Синельников В.М. Загальна психологія: методичні розробки семінарських занять : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2005. 200 с.
9. Максименко С.Д. Загальна психологія : підручник / за заг. ред. С.Д. Максименко. 2-ге вид., перероб. і доп. Вінниця, 2004. 704 с.
10. Максименко С.Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія : навчальний посібник. Київ : МАУП, 2000. 256 с.

11. Мась Н.М. Темпераментальні властивості як чинник соціально-психологічної адаптації військовослужбовців строкової служби. *Вісник Національного університету оборони України*. № 5. 2012. С. 232–239.
12. Педагогічна майстерність : підручник / І.А. Зязюн, Л. В. Крамущенко, І.Ф. Кривонос та ін. ; за ред. І.А. Зязюна. Київ : Вища школа, 1997. 349 с.
13. Рибалка В.В. Методологічні проблеми наукової психології : посібник. Київ : ІПООД НАПН України, 2017. 144 с.
14. Словник наукової термінології. Суспільні науки / Й.Ф. Андерш, С.А. Воробйова, М.В. Кравченко та ін. Київ : Наук. думка, 1994. 600 с.
15. Філософський енциклопедичний словник / голов. ред. В.І. Шинкарук та ін. Київ : Абрис, 2002. 742 с.
16. Шапошник-Домінська Д.О. Психологічні особливості розвитку самоефективності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 159.923:95 ; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ, 2015. 193 с.
17. Шклярчук А.З. Формування вольових якостей у професійно-екстремальній діяльності. *Особистість в екстремальних умовах* : тези доповідей ІХ Всеукраїнської наук.-практ. конф. Львів, 2019. 140 с.
18. Юнг К.Г. Психологічні типи. Львів : Астролябія, 2010 р. ISBN: 978-966-8657-30-6.
19. Електронна енциклопедія. *Wikipedia* : вебсайт. URL: <https://de.m.wikipedia.org/wiki/Pers%C3%B6nlichkeitseigenschaft>.
20. Matthews G. *Personality Traits*. Second Edition, Cambridge University Press, 2003. 321 с. URL: https://books.google.com.ua/books?id=BqFH_Xlq0yYC&pg=PA3&hl=uk&source.

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС ДОРΟΣЛОГО В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ

ASSERTIVENESS AS A PERSONAL RESOURCE OF AN ADULT IN THE CONDITIONS OF THE SOCIAL CRISIS

У статті розкрито поняття соціальної кризи як складної ситуації, коли виникають серйозні проблеми у суспільстві, спричинені різними факторами, що впливає на життя людей, їхнє соціальне становище, благополуччя і вимагає швидких та ефективних дій для вирішення проблем та покращення ситуації у суспільстві. З'ясовано, що асертивність – це комплексна характеристика впевненої та прямолинійної у спілкуванні з іншими людиною, яка чесно й доречно виражає свої почуття, погляди, потреби, здатна в соціально прийнятний спосіб ефективно відстоювати чи наполягати на своїх правах та позиціях, не порушуючи моральних прав іншої людини. Проаналізовано та висвітлено вплив пандемії COVID-19 та воєнного стану (як складників соціальної кризи) на вищу освіту в Україні, який позначився як на позитивних, так і на негативних змінах, зокрема таких: зменшено фінансування освіти та вартості навчання; проблеми з доступом до бібліотек, інтернету, відсутність необхідного обладнання для навчання через окупацію територій, зруйновані міста, тривоги; використання дистанційних методів навчання; запровадження системи змішаного навчання; розвиток онлайн-курсів тощо. Здійснено онлайн-опитування викладачів і студентів закладів вищої освіти та виявлено, що причинами зниження асертивності в умовах соціальної кризи є такі: перехід до дистанційного навчання, емоційне перевантаження, фінансовий тиск, виклики у проведенні досліджень (серед викладачів); емоційне неблагополуччя, обмеження доступу до різних видів ресурсів для навчання, фінансові труднощі, соціальна ізоляція тощо (серед студентів). На основі результатів дослідження виявлено такі чинники збереження та розвитку асертивності як особистісного ресурсу дорослих в умовах пандемії та воєнного стану: навчання студентів продуктивним навичкам комунікації; створення групи підтримки, групові бесіди; самопідтримку; самодисципліну; самопізнання; позитивне мислення; організацію та проведення досліджень; професійну психологічну допомогу; щоденну практику асертивних навичок тощо.

Ключові слова: асертивність, асертивна поведінка, вплив, військовий стан, особистісний ресурс, пандемія, потенціал, соціальна криза, чинники.

The article reveals the concept of a social crisis as a complex situation caused by external factors that affect people's lives, their social situation, well-being; requires quick and effective actions to solve or improve the situation in society. It was found that assertiveness is a complex characteristic of a person who is confident and sincere in communicating with others, honestly and appropriately expresses his experiences and views; able to defend their rights and positions in a socially acceptable way, without violating the moral rights of another person. In the article was analyzed and highlighted the impact of the COVID-19 pandemic and martial law (as components of the social crisis) on higher education in Ukraine, which has affected both positive and negative changes, including: reduced funding for education and increased tuition fees; difficulty in accessing library collections, the Internet, lack of necessary equipment for learning due to the occupation of territories, destroyed cities, anxiety; use of distance learning methods, etc. An online survey of teachers and students of higher education institutions was conducted and it was found that the reasons for the decrease in assertiveness in the context of the social crisis among teachers are: the transition to distance learning, emotional overload, financial challenges in conducting research; among students – emotional distress, limited access to various types of educational resources, financial difficulties, social deprivation, etc. Based on the results of the study, the following factors have been identified to preserve and develop assertiveness as a personal resource for adults in a pandemic and martial law: teaching students productive communication skills; creating support and self-support groups, group conversations; developing self-discipline; self-knowledge; positive thinking; organizing and conducting research; professional psychological assistance; and an assertive skills workshop.

Key words: assertiveness, assertive behavior, influence, martial law, personal resource, pandemic, potential, social crisis, social deprivation, self-help groups.

УДК 159.947:159.944.4
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.28>

Ніколаєв Л.О.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Войтенко О.В.

магістр психології,
аспірантка кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Актуальність дослідження. У вересні 2015 р. під час 70-ї сесії Генеральної Асамблеї ООН прийнято документ «Перетворення нашого світу: порядок денний у сфері сталого розвитку до 2030 року». Україна приєдналася до глобального процесу забезпечення сталого розвитку, «визначила цілі та завдання для сталого соціального прогресу, спрямованого на подолання бідності, зменшення нерівності та поліпшення стану здоров'я і добробуту, освіти, гендерної рівності, чистої води та санітарії, доступу до гідної праці та економічного

зростання. Однак, починаючи з лютого 2022 р., політичний порядок денний України визначається війною» [8, с. 20]. Соціальна криза, що спричинена економічними, політичними, екологічними та іншими проблемами, створює серйозні виклики для людей у всіх сферах життя. За таких обставин важливо зберігати асертивні навички, тобто бути відповідальним, самостійним, впевненим, здатним ефективно взаємодіяти, вирішувати конфлікти, зберігати психологічний комфорт, впевненість, захищати свої права та інтереси без порушень при

цьому прав інших людей. Для викладачів та студентів закладів вищої освіти (ЗВО) уміння бути асертивним важливо не лише на індивідуальному рівні, а й для суспільства в цілому, адже асертивні особистості сприяють побутові здорових взаємовідносин, покращують комунікацію та сприяють розвитку соціальної солідарності. Як особистісний ресурс асертивність впливає на самовизначення, самоповагу, психологічне благополуччя, стійкість та витримку. Вона є важливою складовою частиною емоційного інтелекту та успішної комунікації, що посилює її цінність у сучасних умовах військового стану. Усе це допомагає дорослим (зокрема, викладачам та студентам ЗВО) успішно протистояти стресу та неспокою, зберегти емоційний баланс та позитивно впливати на оточуючих, що актуалізує дане дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Одним із дослідників, хто почав вивчати асертивність, був американський клінічний психолог Е. Солтер. Вагомий внесок у дослідження асертивності зроблено американським психологом і психотерапевтом Р. Альберті. У працях сучасних вітчизняних науковців розкрито різні аспекти феномену асертивності. Методологію, розвиток методів тренування асертивних навичок, процес формування асертивної поведінки тощо досліджують Г. Бал, Ю. Бойко-Бузиль, О. Бондаренко, Л. Марчук, С. Медведєва, В. Мойсеєнко, В. Семиченко, Т. Яценко та інші вчені.

Мета статті – проаналізувати вплив соціальної кризи на вищу освіту в Україні, виявити чинники збереження та розвитку асертивності як особистісного ресурсу викладачів і студентів ЗВО в умовах пандемії та військового стану.

Виклад основного матеріалу. Життя сучасної дорослої людини наповнене великим потоком подій, інформації, швидкими змінами практично у всіх сферах життя, що породжує стреси, емоційні збої, тривоги тощо. Гуманітарна криза як складова частина соціальної ситуації та воєнний конфлікт посилюють тиск на психологічне здоров'я особистості. Соціальна криза – це стан, коли чинні соціальні норми, цінності та інституції не здатні забезпечити ефективне функціонування суспільства, що може бути спричинено різними факторами, такими як економічні проблеми, військові конфлікти, політична нестабільність, конфлікти між різними групами населення, криза цінностей або екологічні проблеми [10]. Ми розглядаємо соціальну кризу через призму пандемії COVID-19 і повномасштабного вторгнення РФ в Україну 24 лютого 2022 р. В. Злишков і С. Лукомська [4], досліджуючи соціальну та особистісну мілітарну ідентичність українців в умовах війни, доводять, що під час травми важливого значення набуває консолідація,

яка позначилася на готовності людей допомагати іншим. «Ця ж траєкторія також була очевидною у відповідь на кризу COVID-19, де відчуття «ми всі у цьому разом» забезпечує платформу для солідарності з боку тих, хто постраждав від вірусу, а також для співчуття, альтруїзму з боку тих, кому доручено піклуватися про них; <...> безперервність соціальної ідентичності відіграє ключову роль у збереженні психологічного благополуччя в контексті зміни життя <...> відчуття важливості «нас» і «нашої справи» (наприклад, яке можуть відчувати політичні активісти чи військовослужбовці) сприяє успішному проживанню травми, адаптації до неї» [4, с. 33]. Криза викликає потребу в мобілізації внутрішніх ресурсів для протистояння невизначеності та швидкої соціальної адаптації. Важливим елементом успішного функціонування людини в сучасному світі є її особистісний ресурс – внутрішній потенціал, що допомагає досягати цілей, пристосовуватися до змін та ефективно взаємодіяти з навколишнім середовищем. Одним із ефективних особистісних ресурсів є асертивність, збереження і розвиток якої сприяє емоційному балансу, покращенню комунікації, якості міжособистісних взаємин, підвищенню самооцінки, конструктивному вирішенню конфліктів, успіхам у професії тощо.

У контексті даного дослідження ми вивчаємо вплив соціальної кризи на вищу освіту в Україні, причини зниження та чинники збереження й розвитку асертивності як особистісного ресурсу дорослих – викладачів та студентів ЗВО – в умовах військового стану та пандемії, яка йому передувала. Ця криза поставила перед системою вищої освіти багато викликів. Війна призвела до масового переміщення населення, руйнування житла, інфраструктури, освітніх закладів. Загострилися проблеми забезпечення медичною допомогою та іншими гуманітарними потребами людей тощо. За даними Національного інституту стратегічних досліджень, на травень 2022 р. за кордон виїхало понад 23000 педагогів і понад 600000 учнів/студентів, кількість яких постійно змінювалася [9]. Статистика від МОН України на 24 лютого 2024 р.: пошкоджено 5467 закладів освіти і 440 наукових установ, зруйновано 387 закладів освіти і 63 наукові установи, відбудовано 565 установ, доступно 22453 укриття, працює 165 освітніх центрів [1]. З ініціативи ООН Центром сталого миру та демократичного розвитку у 2023 р. проведено дослідження «Оцінка впливу війни на людей» [8]. Пошкодження інфраструктури негативно вплинуло на інклюзивність та доступність послуг, створивши проблеми з доступом до послуг охорони здоров'я, особливо для груп населення, які перебувають у вразливому становищі. Зазначимо, що викладачі та студенти можуть

бути представниками як мінімум 2–3 цільових груп, наприклад: викладач + внутрішньо переміщена особа (ВПО) + інклюзія/ветеран + літня людина або ж студент + звільнений в запас військовослужбовець тощо. Згідно з опитуванням, проведеним ПРООН та Міністерством цифрової трансформації, за останній рік частка тих, хто належить принаймні до однієї вразливої групи, зросла з 34% до 45%. Це зростання відбулося насамперед серед ВПО (їхня частка зросла з 2% до 14%), осіб з інвалідністю (з 8% до 10%) [8]. Систематичне жорстоке бомбардування інфраструктури України, включаючи й науково-освітні установи, поглибило кризові явища в системі вищої освіти і часткової її відсутності, а місцями й тотальної неможливості застосування традиційних методів навчання. «Заклади вищої освіти, що знаходяться у відносно безпечних регіонах країни, не в змозі готувати фахівців потрібного профілю у необхідних обсягах. Переведення ЗВО з фактично знищених територій на нове місце також не вирішує проблему, оскільки це займає багато часу, потребує значних матеріальних ресурсів, а також далеко не всі викладачі та допоміжні працівники спроможні переїхати і одразу включитися у роботу» [5, с. 8].

Зміни, які відбуваються в системі вищої освіти в період останніх років (через пандемію та війну), аналізують науковці Київського університету імені Бориса Грінченка [2]. За результатами опитування восени 2020 р. 61,2% студентів і 70,7% керівників ЗВО визнали, що порівняно з 2019 р. якість надання освітніх послуг у ЗВО в період пандемії зросла. За даними на 2021 р., на думку керівників ЗВО, якість надання послуг збільшилася до 90% [2, с. 31]. Війна вплинула на три категорії представників системи вищої освіти – студентів, викладачів та персонал ЗВО. Цей вплив відрізняється залежно від місця їхнього перебування та ситуації, в якій вони опинилися, а саме: залишилися в Україні, виїхали за кордон чи залишилися на тимчасово окупованих територіях [2]. Згідно з онлайн-опитуванням студентів, викладачів та персоналу українських ЗВО, які залишилися в Україні, 97,8% відзначили погіршення психоемоційного стану зі скаргами на депресію (84,3%), виснаження (86,7%), самотність (51,8%), нервозність (84,4%). Студенти повідомляли в опитуванні про виснаження, почуття самотності, нервозності та гніву [2, с. 10]. Отже, можемо зробити висновок, що стрес, тривоги, психологічний дискомфорт, невпевненість, часткова або й повна соціальна ізоляція (відсутність доступу до медичних послуг, інтернету, можливості спілкування з рідними тощо) не сприяли не тільки розвитку асертивних навичок, а й їхньому збереженню, оскільки в таких умовах досить важко знаходити ресурси для відновлення навчання і для

ефективного навчання чи забезпечення якісного навчального процесу.

Сьогодні війна, на жаль, продовжується, і нагальні проблеми з безпекою, наданням якісної освіти в умовах тривоги і часткової/повної відсутності аудиторних занять тощо потрібно вирішувати щодня. На нашу думку, є сенс проаналізувати досвід організації навчання в ЗВО періоду 2019–2021 рр. та визначити чинники, які впливали на продуктивність діяльності вищої освіти. Так, О. Діра, В. Корняк та Л. Чередник [6] зазначають, що під час пандемії COVID-19 проблема навчання частково була вирішена за рахунок дистанційної форми, пізніше – змішаної з послабленням карантинних заходів. Змішане навчання поєднує реальну аудиторію з віртуальною для більш персоналізованого та ефективного навчання. Його переваги включають свободу, гнучкість, індивідуальність, мобільність, самостійний вибір темпу навчання, залучення більшої кількості людей різного віку, легке формування віртуальних спільнот для обговорення проблем, можливість взаємодіяти, ділитися досвідом та інформацією [6]. За даними опитування студентів, проведеного на базі Львівського національного університету імені Івана Франка та Національного університету біоресурсів і природокористування України з метою визначити роль викладача під час змішаного навчання, більшість респондентів вважає, що «основна мета викладача – не оцінити студента на іспиті, а активно взаємодіяти з ними, відстежувати прогрес та допомагати у разі потреби»; конструктивно вирішувати при потребі конфлікти, допомагати підвищенню самооцінки, впевненості у власних силах тощо [6, с. 195]. На нашу думку, попри те, що в названій праці не вживаються поняття «асертивність» та «асертивна поведінка», йдеться все ж таки про них. Асертивна поведінка – це: 1) вміння ефективно взаємодіяти, вирішувати конфлікти шляхом пошуку компромісів; уміння домовлятися, враховуючи інтереси усіх сторін, ввічливо відмовитися від того, що не підходить, що може бути небезпечним чи неприйнятним, не дозволяючи іншим маніпулювати собою; 2) якість особистості, що проявляється у самоствердженні, свідомому прийнятті вимог інших без власного страху, невпевненості, напруги, іронії; 3) конструктивне партнерство, збереження поваги у найскладніших ситуаціях [3; 7]. Таким чином, роль викладача змінюється. Він грає роль ментора, наставника, фасилітатора. Аналізуючи поняття асертивності, Л. Журавльова та В. Лучків виокремлюють такі її структурні складові частини: світоглядний компонент – активну життєву позицію, творче ставлення до життя, прагнення до саморозвитку, самореалізацію, філософію ненасилля; когнітивний – здатність до рефлексії, адекватність самооцінки, взаєморозуміння; емоційний – співчуття, милосердя,

емпатію; суб'єктні характеристики – потребу у зростанні, розвитку, відповідальність, впевненість; конативні прояви – відстоювання своїх прав, конгруентність мовлення та поведінки, спонтанність; соціально-психологічні характеристики – уміння прийняти похвалу, повагу до інших [3, с. 9].

Для системи вищої освіти війна стала ще одним випробуванням після пандемії. Набутий досвід ковідного періоду сприймається у кризових ситуаціях як перспективний шлях подолання певних проблем. Зокрема, вивчення асертивності як особистісного ресурсу викладача і студента вказує на те, що це можливість не втрачати контроль над ситуацією. Так, Н. Ілляшенко, С. Ілляшенко та Ю. Шипуліна, досліджуючи питання цифрової трансформації освітньої діяльності ЗВО України в умовах війни, дійшли висновку, що «цифрова трансформація освітньої діяльності закладів вищої освіти є перспективним шляхом підготовки фахівців з вищою освітою в Україні. Очевидно, вона має перспективи бути продовженою і в найближчий повоєнний період, крайньою мірою до відбудови матеріальної бази та інфраструктури системи освіти всіх рівнів в Україні. У подальшому цифрові технології освітньої діяльності можуть бути використані для залучення до навчання громадян України з числа тимчасово переміщених осіб, а також громадян інших країн» [5, с. 9].

Таким чином, узагальнивши дані, зазначимо, що пандемія та військовий стан впливають на систему вищої освіти через низку таких істотних змін: зменшення фінансування освіти та збільшення вартості навчання, що, відповідно, матиме негативний вплив на доступність для малозабезпечених студентів; багато викладачів і студентів перебувають за межами України, на окупованих територіях, мають проблеми з доступом до інтернету, у них відсутнє необхідне обладнання для навчання; зменшено попит на одні спеціальності й збільшено на інші, що призводить до оптимізації чи корекції структури ЗВО, обсягів та змісту програм; збільшено використання дистанційних методів навчання та запроваджено е-оцінювання у ЗВО, що «наштовхнуло науковців на думку, що вища освіта рухається до змішаного навчання з (напів)кіберуніверситетами (Cyber University), які реалізовуватимуть освітній процес із частковим використанням онлайн-можливостей. Незважаючи на це, університетські кампуси й надалі будуть важливими як місця соціальної взаємодії та діалогу» [2, с. 29]; важливим напрямом удосконалення освітнього поля є розвиток онлайн-курсів, адже успішно впроваджується громадський проект масових відкритих онлайн-курсів Prometheus із власною онлайн-платформою, аудиторія проекту – сотні тисяч слухачів [9] та ін.

З метою дослідження причин, які вплинули на зниження асертивності, та виявлення чинників збереження й розвитку асертивності як особистісного ресурсу викладачів і студентів ЗВО в умовах пандемії COVID-19 і воєнного стану використано метод онлайн-опитування. Загальна вибірка – 67 осіб: 37 – викладачі вікової категорії 45–55 років; 30 – студенти-магістранти вікової категорії – 22–27 років; географія – 9 областей України. Нами були згруповані відповіді викладачів на основі схожості сенсів. Проаналізуємо результати за низкою показників у 50% і більше. *Перехід до дистанційного навчання* як необхідність і вимогу часу й обставин зафіксував 91% опитаних, що, на нашу думку, пов'язано з необхідністю докласти великих зусиль для пошуку та адаптації до нових технологій, методів викладання та організації онлайн-комунікації зі студентами. Складнощі виникали також і в сенсі забезпечення якості освіти та необхідності підтримувати студентів у віртуальному середовищі, особливо під час воєнного стану, коли з багатьма був майже відсутній зв'язок. 73% респондентів вказали на високе *емоційне навантаження* через страх за власне здоров'я та безпеку, турботу про студентів та їхнє благополуччя, стрес від нестабільності. Ці чинники впливають на вигорання та погіршення психологічного стану. За показником *фінансового тиску* 67% викладачів зазначили, що кризові явища вплинули не тільки на їх фінансові труднощі, а й ЗВО, зокрема фінансування досліджень, зарплату викладачів тощо. *Виклики у проведенні досліджень*: 60% опитаних вважають, що дистанційне навчання ускладнило проведення досліджень та наукових робіт викладачами через обмеження доступу до ресурсів, перерви, а під час війни на довгий час відсутності робочих процесів або зміни пріоритетів університету.

Далі проаналізуємо результати онлайн-опитування студентів-магістрантів на основі систематизації й тематичного групування відповідей з показником більше 50%. *Емоційне неблагополуччя* виокремили 83% опитуваних. Вони зазначили, що соціальна криза викликала у них стрес, тривогу, страх та нестабільність. З'явилось відчуття невпевненості у майбутньому, респонденти стали постійно перейматися за своє здоров'я та безпеку, турбуватися за своїх батьків, близьких, друзів. Вони вважають, що все це відбивається на їхній здатності концентруватися на навчанні та досягати ефективних академічних успіхів. *Обмеження доступу до різних видів ресурсів для навчання*: 72% опитаних визнали, що їм не вистачало ресурсів, необхідних для навчання (бібліотеки, лабораторії, комп'ютерні класи, відеоматеріали, онлайн-лекції) через тривоги, вимкнення світла, відсутність або погану якість інтер-

нету, що ускладнювало або зовсім не забезпечувало процес навчання. 69% респондентів вважають, що *фінансові труднощі* з'явилися у них через вимушене перебування за кордоном (погане знання мови країни перебування й втрату можливості «підробити»), скорочення доходів сім'ї, значні витрати на медичні препарати, що позначається на їхньому здоров'ї, життєвих умовах та можливостях отримання якісної освіти. *Соціальна ізоляція* позначилася на 65% опитуваних через карантин, тривоги, відсутність транспортного та мобільного зв'язку, відчуття самотності, відсутність підтримки, труднощі відвідування онлайн-консультацій з сімейним лікарем та ін. лікарями, що, на думку студентів, вплинуло на погіршення їхнього психологічного стану та самопочуття й збільшило ризик виникнення стресу.

Отримані результати доводять те, що важливим аспектом роботи викладача в умовах соціальної кризи є збереження як власних асертивних навичок, так і сприяння їхньому розвитку у студентів. На основі аналізу джерел з досліджуваної проблеми і даних опитування нами визначено такі чинники збереження та розвитку асертивності як особистісного ресурсу в умовах соціальної кризи: *навчання студентів продуктивним навичкам комунікації* – потрібно практикувати навички активного слухання, чіткого висловлювання почуттів, уміння слухати інших, встановлювати певні межі/кордони в спілкуванні для асертивної взаємодії з іншими людьми; *створення групи підтримки*, групові бесіди – відкрите спілкування з можливістю поділитися своїми думками, обмінятися досвідом, отримати консультацію, відчуття себе менш самотніми та отримати підтримку від ровесників у складний період життя; *самопідтримка* – важливо навчити студентів дбати про своє фізичне та емоційне благополуччя (фізична активність, здорове харчування, релаксація, медитація); *позитивне мислення* – пошук можливостей для особистого зростання та розвитку навіть у складних ситуаціях може допомогти зберегти оптимізм та енергію; *організація досліджень* – залучення студентів до дослідницької роботи, спрямованої на вивчення проблем, пов'язаних із соціальною кризою (їхні дослідження можуть призвести до нових ідей та рішень, що загалом сприятиме оптимізації навчального процесу, зменшенню стресу та тривоги); *професійна психологічна допомога* – потрібно рекомендувати студентам звертатися за допомогою/консультацією до психолога/психотерапевта, які зможуть надати необхідну підтримку; *поширення інформації* – важливо надавати студентам достовірну інформацію про поточну ситуацію, щоб допомогти їм зрозуміти її та проаналізувати, уникати поширення міфів та недостовірної інформації; *вправи на розвиток*

асертивності – спеціальні техніки та рольові ігри здатні покращити асертивні навички [3; 9; 10].

Висновки. Таким чином, соціальна криза в період пандемії та воєнного стану в Україні впливає на систему вищої освіти через зміни у фінансуванні освіти та вартості навчання, проблеми з доступом до інтернету, відсутність необхідного обладнання для навчання через окупацію територій, зруйновані міста, тривоги, використання дистанційних методів навчання, запровадження системи змішаного навчання, розвиток онлайн-курсів тощо. Серед чинників збереження та розвитку асертивності як особистісного ресурсу в умовах соціальної кризи нами виявлені такі: навчання студентів продуктивним навичкам комунікації; створення груп підтримки, проведення групових бесід; самопідтримка; позитивне мислення; організація досліджень; професійна психологічна допомога; щоденна практика асертивних навичок тощо. Доведено, що в період соціальної кризи асертивність стає особливо важливою, оскільки вона допомагає людям зберігати емоційний баланс, контроль над ситуацією, покращувати взаємини з іншими людьми, ефективно комунікувати, надавати підтримку та допомогу іншим людям у складних ситуаціях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Виклики й досягнення: два роки повномасштабного вторгнення / МОН. 23.02.2024. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news> (дата звернення 5.03.24).
2. Вища освіта в Україні: зміни через війну: аналітичний звіт / Є. Ніколаєв, Г. Рій, І. Шемелинець. Київ: Київський університет імені Бориса Грінченка, 2023. 94 с.
3. Журавльова Л.П., Лучків В.З. Глобалізаційні процеси, асертивність та емпатійна суб'єктність особистості. *Психологія життєвого простору сучасної молоді*: збірка матер. міжнар. наук.-практ. конф., м. Рівне, 26–27 листопада 2021 р. Рівне: Волинські обереги, 2021. С. 8–10.
4. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Соціальна та особистісна мілітарна ідентичність українців в умовах війни. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2023. Випуск 3. С. 28–34.
5. Ілляшенко С.М., Шипуліна Ю.С., Ілляшенко Н.С. Цифрова трансформація освітньої діяльності закладів вищої освіти України в умовах війни. Вища освіта за новими стандартами: виклики у контексті діджиталізації та інтеграції в міжнародний освітній простір: матеріали Міжнар. наук.-метод. конф., м. Харків, 10 травня 2022 р. Харків, 2022. С. 7–10.
6. Корняк В.С., Чередник Л.М., Діра Н.О. Змішане навчання в кризових умовах: особливості, ризики. *Інноваційна педагогіка*. 2022. Випуск 50. Том 2. С. 192–196.
7. Марчук Л.М. Моделі формування асертивної поведінки. *Wloclawek, Republic of Poland*. May 28–29, 2021. С. 47–50.

8. Оцінка впливу війни на людей. *UNDP*. 2023. 12 червня. URL: <https://www.undp.org> (дата звернення: 29.02.2024).

9. Українська система вищої освіти в умовах воєнної агресії рф: проблеми й перспективи розвитку. *Національ-*

ний інститут стратегічних досліджень. 2022. 01.06. URL: <https://niss.gov.ua> (дата звернення: 04.03.2024).

10. Якубенко Ю.Л., Сірко А.Ю. Сутність кризових явищ в Україні та напрями їх подолання. *Агросвіт*. 2021. № 24. С. 39–45.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЖІНОК-МАТЕРІВ

PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF WOMEN-MOTHERS

У даній статті представлено дослідження, метою якого було вивчити вплив наявності дітей на психоемоційний стан жінок. Через аналіз різних аспектів психічного благополуччя, таких як тривожність, самооцінка, емоційний стан, емоційне прийняття, соціальне схвалення та загальне суб'єктивне соціальне благополуччя, ми дослідили, як змінюється психоемоційний стан жінок залежно від кількості дітей у сім'ї. Використовуючи тест Шеффе для порівняльного аналізу, ми виявили, що наявність дітей має складний багатогранний вплив на психоемоційний стан матерів. Результати показали, що жінки без дітей мають значно вищі показники особистісної тривожності, що може вказувати на вплив соціальних очікувань чи внутрішніх конфліктів, пов'язаних з роллю матері. З іншого боку, було виявлено, що наявність дітей веде до збільшення самооцінки та впевненості, але також у жінок зростає рівень залежності та знижується енергійність, особливо з появою третьої дитини. Цікаво, що кількість дітей не вплинула на загальний рівень особистісної тривожності жінок. Однак суб'єктивне соціальне благополуччя знижується з народженням кожної наступної дитини, що вказує на збільшення соціальних та емоційних навантажень. Також було виявлено, що емоційний стан жінок без дітей є позитивним, у той час як у жінок з дітьми він є добрим і стабільним. Наше дослідження підкреслює складність взаємозв'язку між роллю матері та психоемоційним станом, вказуючи на необхідність розробки цілеспрямованих програм підтримки жінок з дітьми для покращення їх психологічного благополуччя та загальної якості життя, акцентуючи на важливості соціальної підтримки та впровадження освітніх програм. Наше дослідження пропонує поглиблений погляд на вплив материнства на психологічне благополуччя жінок та відкриває шляхи для подальших досліджень у цій галузі.

Ключові слова: материнство, психоемоційний стан, тривожність, самооцінка, під-

тримка матерів, вплив наявності дітей, адаптація до материнства.

This article presents a study that aimed to examine the impact of having children on the psycho-emotional state of women mothers. By analysing various aspects of mental well-being, such as anxiety, self-esteem, emotional well-being, emotional acceptance, social approval and overall subjective social well-being, we investigated how women's psycho-emotional well-being changes depending on the number of children in the family. Using Scheffe's test for comparative analysis, we found that having children has a complex and multifaceted impact on mothers' psycho-emotional state. The results showed that women without children have significantly higher levels of personal anxiety, which may indicate the influence of social expectations or internal conflicts related to the role of motherhood. On the other hand, it was found that having children leads to an increase in self-esteem and confidence, but also increases dependency and decreases energy, especially with the third child. Interestingly, the number of children did not affect women's overall level of personal anxiety. However, subjective social well-being decreases with the birth of each subsequent child, indicating an increase in social and emotional stress. It was also found that the emotional state of women without children is worse, while that of women with children is good and stable. Our research highlights the complexity of the relationship between motherhood and psycho-emotional state, pointing to the need to develop targeted support programmes for women with children to improve their psychological well-being and overall quality of life, emphasising the importance of social support and educational programmes. Our study provides an in-depth look at the impact of motherhood on women's psychological well-being and opens up avenues for further research in this area.

Key words: motherhood, psycho-emotional state, anxiety, self-esteem, maternal support, impact of having children, adaptation to motherhood.

УДК [159.923:159.942.5-055.26:159.922.7]:316.362

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.29>

Пелех Г.Я.

магістр психології,
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Волошок О.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

У сучасному суспільстві психоемоційний стан людини є вирішальним фактором її загального благополуччя та здатності ефективно взаємодіяти з навколишнім світом. Жінки, які виховують дітей, особливо чутливі до впливу різноманітних соціальних, економічних та психологічних викликів, що можуть суттєво впливати на їхній психоемоційний стан. Завдання поєднання професійних амбіцій з сімейними обов'язками, соціальні очікування стосовно материнства та виховання дітей у різних вікових категоріях створюють додатковий тиск, який вимагає уваги та розуміння з боку дослідників та суспільства загалом.

Актуальність дослідження психоемоційного стану жінок-матерів зумовлена не тільки важливістю питання для індивідуального здоров'я жінок, але й для загального благополуччя сім'ї

та суспільства. Особлива увага в цьому контексті приділяється ідентифікації викликів та стратегій адаптації, які жінки використовують для підтримки свого психологічного благополуччя.

Метою статті є всебічний аналіз психоемоційного стану жінок-матерів, що виховують дітей, на основі вивчення наукових публікацій та аналізу результатів власного дослідження серед 140 жінок. Через призму отриманих даних ми прагнемо виявити ключові фактори, що впливають на психоемоційний стан цієї категорії населення та розробити рекомендації для його підтримки та покращення.

У нашому дослідженні ми висуваємо дві гіпотези. Перша гіпотеза полягає у тому, що у жінок з дітьми буде вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок

без дітей. Друга гіпотеза полягає у тому, що зі збільшенням кількості дітей у сім'ї буде зростати рівень особистісної тривожності у жінок.

Психоемоційний стан особистості охоплює широкий спектр емоційних переживань, настроїв та відчуттів, що виникають у відповідь на різноманітні внутрішні та зовнішні подразники. Він включає в себе як моментальні емоційні реакції на певні події, так і більш тривалі емоційні стани, що формують загальний настрій особи. Він впливає на здатність людини ефективно взаємодіяти з навколишнім світом, приймати рішення, будувати стосунки та адаптуватися до змін. Здоровий психоемоційний стан є ключем до підтримки високого рівня якості життя, стійкості перед стресами та здатності досягати особистісних та професійних цілей.

Наявність сім'ї та дітей впливає на емоційний та фізичний стан жінки, задовольняючи її життєві потреби. Структура сім'ї, а також соціальні та економічні умови на макрорівні мають значний вплив на особистісне фізичне та емоційне життя жінки.

У дослідженні, проведеному З. Фараджадеганом та колегами, було встановлено прямий зв'язок між добробутом жінок і певними аспектами сімейних функцій. Зокрема, виявлено, що в сім'ях з високим рівнем функціональності, де члени сім'ї відкрито діляться своїми емоціями та почуттями, панує єдність та згуртованість, а конфлікти та розбіжності зведені до мінімуму, рівень добробуту виявився вищим порівняно з іншими групами. Зокрема, акцент робиться на важливості емоційного вираження та обміну почуттями між батьками та дітьми, що сприяє підвищенню загального добробуту [5].

Оскільки одним з основних чинників тривожності і зниженого благополуччя жінки є проблеми з репродуктивною функцією, можна вважати, що наявність дітей позитивно впливає на психоемоційний стан жінок [6].

У сьогоденні суспільство часто очікує, що жінка буде мати дітей, проте материнство не є однозначним вибором для всіх жінок. Згідно з даними досліджень, приблизно 70 мільйонів жінок у віці репродуктивного здоров'я у світі стикаються з проблемами неможливості спонтанного зачаття. Небажана бездітність може викликати зниження самооцінки, соціальну ізоляцію, відчуття неповноцінності, а також проблеми у відносинах з партнером. І. Куперс та ін. у своєму дослідженні вказують, що кожна двадцята жінка у дітородному віці, яка не може завагітніти, переживає глибоку депресію, а кількість тих, хто відчуває тривогу, варіюється від 14 до 29%. Таким чином, бездітність суттєво погіршує психічне здоров'я жінок порівняно з тими, хто може мати дітей [6].

Між психосоціальними характеристиками жінок та їхнім репродуктивним здоров'ям існує безпосередній зв'язок, який зумовлений їх суб'єктивними емоційними станами та соціально-психологічними особливостями середовища, в якому вони живуть [1].

Наявність дітей може вважатися важливим фактором, що впливає на психоемоційний стан жінки. Вивчення дорослого населення у Великій Британії виявило, що наявність дітей у сім'ї пов'язана з підвищеним рівнем тривожності, причому роль матері по-різному впливає на психологічний добробут жінок [2].

Материнство характеризується зв'язком, прихильністю, теплотою, близькістю та взаємозалежністю «мати – дитина» протягом материнства. Незважаючи на позитивні аспекти материнства, відомо, що життєвий баланс жінок, які мають дітей, може постраждати, зокрема серед жінок з дітьми дошкільного віку та серед жінок, які мають більше однієї дитини. Зниження психологічного благополуччя було визнано важливим фактором, що негативно впливає на життєвий баланс матерів з дітьми віком до 12 років [6].

Матері маленьких дітей мають значний ризик таких проблем з психічним здоров'ям, як депресія та депресивні симптоми, причому кількість матерів, які повідомляють про два або більше депресивних симптоми, становить 19% [8].

Результати дослідження Р. Містрі та ін. показали, що матері, які мають маленьких дітей, особливо матері з низьким рівнем доходу та ті, хто належать до расових/етнічних меншин, зазвичай повідомляють про стресові фактори у вихованні, пов'язані із соціальними та фінансовими факторами та охороною здоров'я дитини. Соціальні та фінансові фактори батьківського стресу збільшують ризик поганого психічного здоров'я матері [8].

Деяким матерям важко виховувати дитину або спілкуватися з нею, що викликає почуття стресу та провини. Деякі матері описують негативну емоційну реакцію на материнство, коли відчувають негативні, парадоксальні або амбівалентні почуття до материнства та/або дитини. Погане емоційне здоров'я під час материнства може бути спричинене труднощами, пов'язаними із зобов'язанням виховувати іншу людину, динамікою та змінами стосунків і соціального контексту, а також втратою свободи та фінансової незалежності. Для багатьох жінок материнство поєднується з великими очікуваннями щодо кар'єри та підтримуючих стосунків, а багатозадачність може додати стресу [6].

У дослідженні, проведеному І. Куперсом та ін., було виявлено, що психологічний стан жінок без дітей залишається рівномірним, тоді як благополуччя матерів з часом знижу-

ється, досягаючи нижчого рівня, ніж у бездітних. Погіршення психологічного стану матерів можна пояснити різними факторами, включаючи кількість дітей, вік дитини або наявність у дітей проблем із здоров'ям, несподівані труднощі або важливі події в житті, зниження задоволеності відносинами, фінансові обмеження (через обмежену підтримку під час декретної відпустки), а також необхідність жонглювати домашніми та професійними обов'язками, що в кінцевому результаті веде до зниження психологічного благополуччя матерів [6].

На психоемоційний стан жінки впливає не лише наявність дітей а і їх кількість. У своєму дослідженні В. Лайдмає спочатку очікувала, що зростання кількості дітей у сім'ї та збільшення обсягу домашніх обов'язків призведуть до підвищення стресу серед батьків. Проте результати показали, що ні кількість дітей, ні їх повна відсутність безпосередньо не пов'язана з вищим рівнем стресу. Проте сам факт наявності дітей у сім'ї мав тенденцію до збільшення стресу, особливо серед жінок, а саме у випадку взаємодії з дітьми до 17 років. Згідно з подальшими висновками Лайдмає, важливість і час, витрачений на спілкування з дітьми, не має суттєвого зв'язку із зростанням стресу, а години, проведені з дітьми, здатні підвищувати задоволеність життям і здоров'ям матері, тим самим знижуючи стрес [7].

Варто зазначити, що взаємозв'язок між наявністю дітей у сім'ї та рівнем тривожності змінюється залежно від віку. Жінки старшого віку виявляють більшу стурбованість у зв'язку з наявністю великої кількості дітей, тоді як у молодших жінок це викликає менше занепокоєння [2].

Цікавим є і те, що психоемоційний стан матерів безпосередньо впливає на психоемоційний стан їхніх дітей. Наприклад, у шведському національному когортному дослідженні трьох поколінь, проведеному Г. Судсйо та ін., було виявлено безпосередній вплив психоемоційного стану матері на її дітей. Виявлено, що у матерів другого покоління з діагнозом «тривога» діти також частіше мали такий самий діагноз і більш імовірно зверталися за медичною допомогою як у стаціонарних, так і в амбулаторних умовах [10].

Особливого впливу на психоемоційний стан зазнають жінки, які виховують дітей з різними розладами. Наприклад, у дослідженні Д. Пападопулос матері, які доглядають дітей з розладами аутистичного спектру демонстрували вищий рівень психологічного стресу, тривоги та депресії, ніж матері дітей з іншими синдромами [9].

У роботі Е. Берант та ін. було виявлено довгостроковий вплив на матерів та на їхнє психологічне функціонування, а також психологічне функціонування їхніх дітей в 7-річному

дослідженні дітей з вродженою вадою серця. Материнське уникнення прихильності було предиктором погіршення психічного здоров'я матері та задоволеності шлюбом протягом 7-річного періоду, особливо в підгрупі, де діти мали важку ваду. Також було виявлено, що на початковому етапі дослідження невизначеність у відносинах між матерями та дітьми (як у формі тривожності, так і уникнення) корелювала з емоційними труднощами їхніх дітей, а через сім років з їх низькою самооцінкою [4].

У дослідженні Д. Бандейра та ін. було визначено основні фактори, які пов'язані з психічним здоров'ям матерів дітей до семи років. Змінними з найбільшою прогностичною силою є дохід, здоров'я матері під час вагітності, бажаність вагітності та задоволеність шлюбом [3].

У рамках нашого дослідження було опитано 140 жінок віком від 18 до 60 років. Серед досліджуваних 69 жінок не мають дітей і 71 жінка має дітей, з них – 36 мають одну дитину, 30 – мають двох дітей, 5 – мають трьох дітей. Збір емпіричного матеріалу був проведений у вересні – жовтні 2023 року.

Ми у своєму дослідженні беремо до уваги визначення психоемоційного стану та благополуччя жінок. Саме тому наш вибір методик зупинився на шкалі реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера – Ю.Л. Ханіна, шкалі стресу Т.Х. Холмса та Р.Х. Рея, методиці самооцінки емоційного стану А.Е. Уессмана – Д.Ф. Рікса, шкалі самооцінки М.Б. Розенберга, тесті міжособистісних відносин Т.Ф. Лірі, опитувальнику параметрів суб'єктивного соціального благополуччя Т.В. Данильченко.

Нами було проведено порівняльний аналіз досліджених жінок за допомогою тесту Шеффе при $p < 0,05$. Даний аналіз виявив відмінності за такими шкалами: «залежний – слухняний», «особистісна тривожність», «емоційне прийняття», «соціальне схвалення», «загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя (ССБ)», «самооцінка», «впевненість у собі – безпорадність», «енергійність – втомленість», «інтегральний показник емоційного стану».

За методикою міжособистісних відносин Т.Ф. Лірі досліджувані показали такі значення показника «залежний – слухняний»: жінки без дітей $M=7,41$; жінки з однією дитиною $M=8,31$; жінки з двома дітьми $M=8,77$; жінки з трьома дітьми $M=10,00$. Отже, з кожною наступною дитиною зростає їхня слухняність та безпорадність, адже значення після 9,00 балів говорять про боязкість, невміння чинити опір та про те, що інші, на їхню думку, завжди праві.

У аналізі попередніх досліджень нами було виявлено, що кількість дітей не впливає на рівень тривожності, тому значення особистіс-

ної тривожності є особливо цікавими в рамках нашого дослідження (рис. 1).

Жінки без дітей мають найвищі значення особистісної тривожності $M=52,65$, що вказує на емоційні або соціальні очікування, пов'язані з материнством, чи їх особистісні проблеми. Жінки з однією дитиною мають нижчий рівень тривожності $M=47,64$, що може бути пов'язано зі стабілізацією сімейного життя та зменшенням невизначеності. Жінки з двома або трьома дітьми показують схожі рівні тривожності $M=49,50$ та $M=49,20$, що вказує те, що після народження першої дитини збільшення кількості дітей в сім'ї не впливає на рівень особистісної тривожності. Даний аналіз спростовує другу гіпотезу, згідно з якою при збільшенні кількості дітей у сім'ї буде зростати рівень особистісної тривожності у жінок.

У результаті проведення порівняльного аналізу параметрів суб'єктивного соціального благополуччя ми побачили, що за показником емоційного прийняття жінки без дітей мають значення $M=36,04$, жінки з однією дитиною

$M=40,03$, з двома дітьми $M=39,30$, а з трьома дітьми $M=29,00$. Отже, наявність дитини підвищує соціальне емоційне прийняття жінки, проте з кожною наступною дитиною цей показник падає. Аналогічною є ситуація з соціальним схваленням, бо жінки без дітей мають $M=34,19$, жінки з однією дитиною $M=36,39$, з двома $M=35,67$, з трьома $M=26,60$. Загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя також підтримує цю тенденцію (рис. 2).

Цікавим є те, що для соціального благополуччя жінці потрібні діти, бо без дітей її показник становить $M=104,46$, а з однією і двома дітьми зростає і становить $M=116,11$, $M=111,07$ відповідно. З появою третьої дитини її благополуччя різко падає і стає лише $M=80,00$. Даний аналіз частково спростовує першу гіпотезу, згідно з якою у жінок з дітьми вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок без дітей, тому що загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя у жінок з дітьми вищий, ніж у жінок без дітей, але лише за наявності не більше двох дітей.

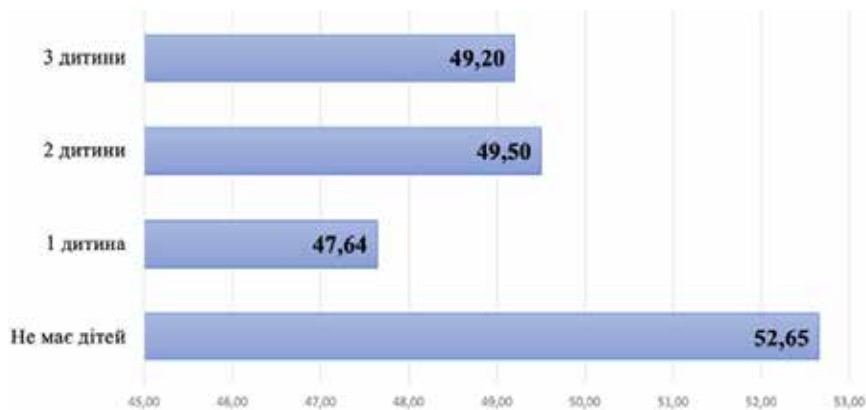


Рис. 1. Порівняльний аналіз показника «особистісна тривожність» відповідно до кількості дітей в сім'ї

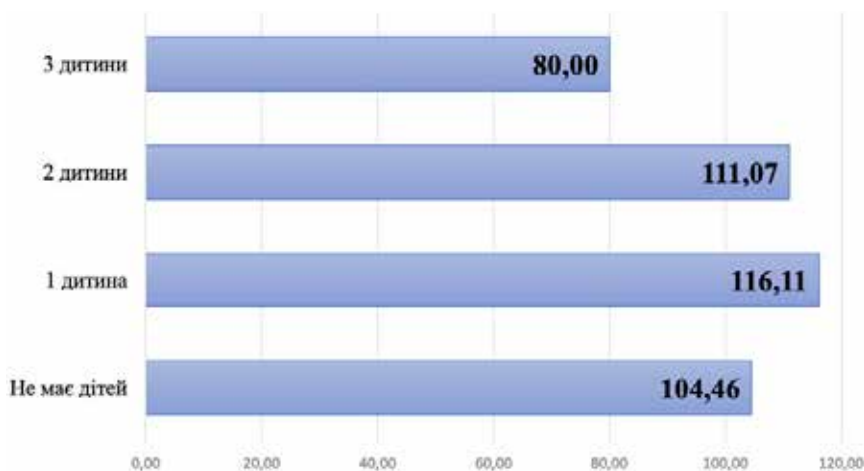


Рис. 2. Порівняльний аналіз показника «загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя» відповідно до кількості дітей в сім'ї

За показником самооцінки ситуація зовсім інша, адже тут найгірші значення були у жінок без дітей $M=16,94$. У жінок з однією дитиною $M=19,92$, з двома $M=19,17$, з трьома $M=18,40$. Можна сказати, що з кожною наступною дитиною показник самооцінки падає, проте це зниження не є вагомим порівняно з самооцінкою до появи дітей.

Показники самооцінки емоційного стану А.Е. Уессмана і Д.Ф. Рікса демонструють, що у жінок без дітей значення є нижчими і відповідають погіршеному стану, тоді як у жінок з дітьми значення є добрими та дуже добрими (від 6 до 10 балів), що може свідчити про позитивний вплив дітей на емоційний стан жінки (рис. 3).

За шкалою «впевненість у собі – безпорадність» жінки без дітей мають найнижчий показник $M=5,91$, що відповідає погіршеному значенню і характеризує їх як тих, хто відчуває, що їх вміння та здібності є дещо обмеженими. Найвищі значення за даним показником мають жінки з трьома дітьми $M=8,00$, що відповідає дуже доброму значенню та характеризує даних жінок як впевнених у собі та своїх звершеннях. За показником «енергійність – втомленість» результати дещо схожі, а саме жінки без дітей знову мають погіршені значення $M=5,07$, що свідчить про втому, лінощі та нестачу енергії. Проте за показником «енергійність – втомленість» вже немає чіткого лідера, адже значення у жінок з однією, двома та трьома дітьми є схожими ($M=6,00$; $M=6,50$, $M=6,20$ відповідно). Як ми бачимо, енергійність після другої дитини падає, проте далі залишається на доброму рівні і відповідає почуттю бадьорості та свіжості. Інтегральний показник емоційного стану підсумовує усі шкали і показує нам, що жінки без дітей мають погіршений результат $M=5,45$,

а жінки з дітьми мають добрі значення емоційного стану ($M=6,03$, $M=6,10$, $M=6,55$ відповідно).

Результати дослідження показали, що можна зробити кілька важливих висновків щодо впливу наявності дітей на психоемоційний стан жінок. Існують значимі відмінності між жінками з різною кількістю дітей за такими параметрами, як залежність, особистісна тривожність, емоційне прийняття, соціальне схвалення, загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя, самооцінка, впевненість у собі, енергійність та інтегральний показник емоційного стану.

Особливо важливим є те, що з кожною наступною дитиною зростає залежність та слухняність жінок, що може свідчити про збільшення емоційного тиску. Проте цікаво, що кількість дітей не показала прямого впливу на рівень особистісної тривожності. Жінки без дітей відчувають найвищий рівень особистісної тривожності, що може бути пов'язано з соціальними очікуваннями або особистісними питаннями.

Що стосується суб'єктивного соціального благополуччя, то наявність дітей спочатку покращує емоційне прийняття та соціальне схвалення, але з появою третьої дитини ці показники знижуються. Це може вказувати на те, що більша кількість дітей вносить додатковий стрес та емоційні виклики, що впливає на загальне відчуття благополуччя.

Водночас наші результати показують, що жінки з дітьми мають кращі показники самооцінки та емоційного стану, ніж жінки без дітей, що свідчить про позитивний вплив материнства на психологічне благополуччя. Зокрема, збільшення кількості дітей сприяє підвищенню впевненості у собі та загального емо-

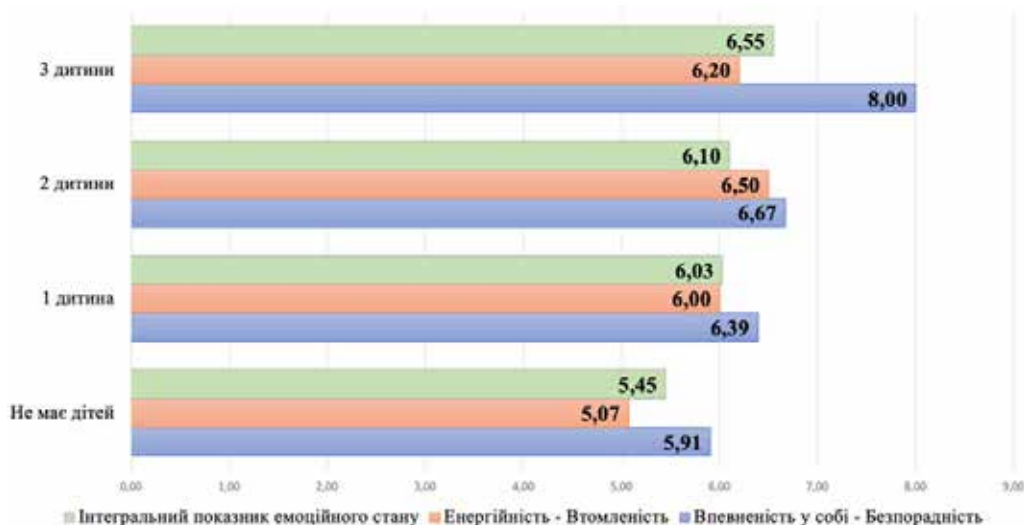


Рис. 3. Порівняльний аналіз показників самооцінки емоційного стану А.Е. Уессмана і Д.Ф. Рікса відповідно до кількості дітей в сім'ї

ційного стану, хоча і впливає на зменшення енергійності.

У нашому дослідженні ми висували дві гіпотези, які припускали, що у жінок з дітьми буде вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок без дітей, та що зі збільшенням кількості дітей у сім'ї буде зростати рівень особистісної тривожності у жінок. Першу гіпотезу було частково спростовано тому, що у жінок з дітьми вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок без дітей, але лише за наявності не більше двох дітей. Другу гіпотезу було спростовано тому, що після народження першої дитини збільшення кількості дітей в сім'ї не впливає на рівень особистісної тривожності.

У цілому дані нашого дослідження підкреслюють важливість впливу наявності дітей на психоемоційний стан жінок. Вони вказують на те, що материнство може бути джерелом збільшення самооцінки та покращення загального психологічного благополуччя, але також вносить певні виклики, зокрема збільшену емоційну залежність та знижену енергійність, особливо з появою більшої кількості дітей. Цікаво, що сам факт наявності дітей має важливіше значення для психоемоційного стану, ніж конкретна кількість дітей. Це підкреслює значення материнських відносин і взаємодії з дітьми.

На основі цього дослідження можна зробити висновок, що підтримка жінок у їхній материнській ролі є ключовою для підвищення їхнього психологічного благополуччя. Це може включати забезпечення доступу до ресурсів, які допомагають вирішувати економічні та емоційні виклики, пов'язані з вихованням дітей, а також заходи для зміцнення соціального схвалення та емоційного прийняття серед матерів. Важливо створити простір для вільного обміну досвідом між матерями, щоб вони могли ділитися власними історіями й отримувати поради та підтримку. Надання доступу до ресурсів, які допомагають жінкам ефективно поєднувати роботу та сімейне життя, може знизити емоційний та фізичний тиск. Окрім цього, підвищення обізнаності про значення психічного здоров'я у суспільстві допоможе

зменшити стигму та покращити загальне ставлення до психологічної допомоги.

Таким чином, наше дослідження підкреслює важливість розуміння різних аспектів впливу наявності дітей на жінок і необхідність адекватної підтримки з боку сім'ї, суспільства та держави для забезпечення їхнього психологічного благополуччя та розвитку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Шведова К.І., Шевченко Є.О. Особливості соціально-психологічної адаптації жінок репродуктивного віку у зоні ООС. *Вісник Донецького національного медичного університету*. 2019. С. 227–230.
2. Avery A.R., Tsang S., Seto E.Y.W. Differences in Stress and Anxiety Among Women With and Without Children in the Household During the Early Months of the COVID-19 Pandemic. *Front Public Health*. 2021. Vol. 1. № 9. P. 14.
3. Factors associated with mental health in mothers with children under seven / R.D. Bandeira, C.E. Azevedo, C.B. Cattani, M.A. Silva, F.E. Mendonca, B.G. Frizzo. *Psicothema*. 2020. Vol. 32. № 3. P. 346–351.
4. Berant E., Mikulincer M., Shaver P. R. Mothers' attachment style, their mental health, and their children's emotional vulnerabilities: a 7-year study of children with congenital heart disease. 2007. Vol. 76. № 1. P. 31–66.
5. Farajzadegan Z., Koosha P., Sufi G.J., Keshvari M. The relationship between family function and women's well-being. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2013. Vol. 18. № 1. P. 9–13.
6. Kuipers Y.J., Beeck E.V., Cijssouw A. The impact of motherhood on the course of women's psychological wellbeing. *Journal of Affective Disorders Reports*. 2021. Vol. 6. P. 8.
7. Laidmae V.I. Woman in the family: the sources of stress. *European journal of Health*. 2015. P. 21.
8. Mistry R., Stevens G.D., Sareen H., De Vogli R., Halfon N. Parenting-related stressors and self-reported mental health of mothers with young children. *Am J Public Health*. 2007. Vol. 97. № 7. P. 8.
9. Papadopoulos D. Impact of Child and Family Factors on Caregivers' Mental Health and Psychological Distress during the COVID-19 Pandemic in Greece. *Children*. 2023. Vol. 11, no. 1. P. 7.
10. Sydsjo G., Agnafors S., Bladh M. et al. Anxiety in women – a Swedish national three-generational cohort study. *BMC Psychiatry*. 2018. Vol. 18. № 1. P. 11.

PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF UKRAINIANS DURING WAR

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

The article examines the characteristics of the psycho-emotional state of different groups of the population of Ukraine during the war: residents of front-line territories, internally displaced persons (IDPs), Ukrainian refugees who went abroad. It has been determined that in conditions of war, a person's psycho-emotional state is characterized predominantly by negative emotions (high levels of anxiety, depression, despair, negative perception of the environment, etc.) and has a destructive effect on the mental activity of an individual located in a zone of armed conflict, the consequence of which is growth risk of post-traumatic, depressive and behavioural disorders. A psychodiagnosic study of the characteristics of the psycho-emotional state of the Ukrainian population revealed the following: 1) the population has a predominant level of psychological well-being below average, and among the low indicators, the most important components are personal growth, environmental management and goals in life; 2) the emotional state of the population of Ukraine is associated, on the one hand, with the experience of anxiety, frustration and tension and the predominance of positive affect, on the other, which can act as a resource for an optimistic focus on the future; 3) the main emotions that prevail in the mood of Ukrainian citizens are tension, hope, fatigue, anger, pride, fear, which is associated with the level of satisfaction of security needs and belonging to a similar social community.

Key words: war, psycho-emotional state, emotions, internally displaced persons (IDPs), refugees, post-traumatic stress disorder (PTSD), psychological well-being.

У статті досліджено особливості психоемоційного стану різних груп населення України в умовах війни, а саме: мешканців прифронтових територій, внутрішньо переміщених осіб (ВПО), українських біженців, які виїхали за кордон. Визначено, що в умовах війни психоемоційний стан людини характеризується переважно негативними емоціями (високий рівень тривожності, депресія, відчай, негативне сприйняття оточення тощо) і має деструктивний вплив на психічну діяльність особистості, яка знаходиться в зоні збройного конфлікту, наслідком якого є зростання ризику виникнення посттравматичних, депресивних і поведінкових розладів.

Психодіагностичне дослідження особливостей психоемоційного стану населення України дозволило виявити таке: 1) у населення переважає рівень психологічного благополуччя нижче середнього, а серед низьких показників більше всього мають такі складники, як особистісне зростання, управління середовищем і цілі в житті; 2) емоційний стан населення України пов'язаний, з одного боку, із переживанням тривожності, фрустрації і напруженості, з іншого боку, з переживанням позитивного афекту, що може виступати як ресурс оптимістичної спрямованості у майбутнє; 3) основними емоціями, які переважають в настроях громадян України, є напруженість, надія, втома, гнів, гордість, страх, що пов'язано із рівнем задоволеності потреб у безпеці і приналежності до схожої соціальної спільноти.
Ключові слова: війна, психоемоційний стан, емоції, внутрішньо переміщені особи (ВПО), біженці, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), психологічне благополуччя.

УДК 159.942:316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.30>

Saveliuk N.M.

DSc (Psychology),

Professor at the Department

of Psychology

National University Zaporizhzhia

Polytechnic

Zelenkova V.V.

Student

National University Zaporizhzhia

Polytechnic

Statement of the problem in general terms.

War as a stress factor is fraught with catastrophic consequences for any society and is reflected in the spread of destructive psycho-emotional states both at the individual and at the collective (at the level of the entire society) levels.

The negative experience of war entails the spread among the population of a high level of anxiety and social tension, depressive and behavioural disorders, post-traumatic stress syndrome, increased intensity of psychological and social fears, disrupts the psychological well-being of children who have experienced aggression, violence, loss of loved ones [13], as a consequence, quite have a long-term impact on a generation exposed to the negative experience of armed conflict – being under occupation, torture and violence, being in captivity, losing loved ones, forced displacement and loss of home [6].

Full-scale Russian armed aggression on February 24, 2022 disrupts the economic and social development of the state and has a catastrophic negative impact on the life and health of citizens. The consequences of war cause lasting physical

and psychological damage to adults and children. The number of segments of the population affected by the fighting has increased significantly, among which the most affected are: 1) internally displaced persons (IDPs), who suffered both material and psychological losses, which affected their level of psychosocial well-being; 2) children with traumatic experiences (being in occupied territories, war zones, loss of loved ones and parents, violence from the occupiers), for whom the risk of developing post-traumatic stress disorder (PTSD) is quite high; 3) combatants, for whom the incidence of PTSD is even higher [7, p. 5]; 4) Ukrainian refugees abroad (of which there are already more than 5 million people), who are faced with the acute problem of socio-psychological adaptation and social integration in the new socio-cultural environment. Therefore, of particular relevance for Ukraine is the creation of an effective system for overcoming the negative psychosocial consequences of military aggression, which involves taking into account and analysing the social and psychological problems faced by Ukrainian society, the destructive influence of

psychological changes in the emotional state of different categories of the population of Ukraine.

Analysis of the latest research and publications. Among domestic researchers studying the problem of the influence of negative psychosocial and psycho-emotional consequences of a full-scale war in Ukraine, the following should be noted: A. Golotenko, A. Dovgan, A. Evdokimova, Y. Korokhod, V. Lefterov, I. Nechitailo, M. Slyusarevsky, V. Tyurina, L. Solokhina, A. Umanets, S. Shostakovskaya, A. Chaban, A. Khaustova, V. Yushchenko and others.

Statement of the objectives of the article.

The purpose of the study is to identify the characteristics of the psycho-emotional state of different groups of the population of Ukraine: residents of front-line territories, internally displaced persons (IDPs), Ukrainian refugees who have travelled abroad.

Presentation of the main research material. In modern psychological science there is no single definition of the concept of “psycho-emotional state,” but many researchers identify key features: the emotional response of the individual according to the dominant type; arises as a result of the interaction of the individual with the environment (in conditions of war, the environment is considered as a threat at the biological, psychological and social levels); may not be realized by a person due to the catastrophic stress load on the psyche; depends on the development of emotional intelligence [8; 10]. Consequently, the basic category of the concept of “psycho-emotional state” is “emotion” or “emotional state”.

As V. Gavrilkevich and A. Firstova note, “the emotional state of a person is an internal emotional situation, conditioned by certain circumstances and conditions; a set of emotional signs, traits that characterize a person at a given moment in accordance with certain requirements for quality, degree of readiness, etc.; emotional well-being or mood of an individual. This definition reflects the formal characteristics of an emotional state, namely that each emotional state is manifested in two aspects, such as: external (external manifestations that both the person and other people can evaluate in accordance with certain requirements) and internal (internal manifestations that which only the personality itself perceives with its consciousness through its feelings and describes its emotional state as its mood)” [1, p. 43].

The full-scale war in Ukraine that began on February 24, 2022 had a significant impact on the psycho-emotional state of Ukrainian society. As Ukrainian scientists note, with the duration of hostilities, the psycho-emotional state of the population goes into a depressive phase with the dominance of such states as a constant feeling of anxiety, apathy, pessimism, hopelessness [9, p.89]; increased panic. The negative impact of the armed conflict acutely affected the psycho-emo-

tional state of the population of Ukraine, which is reflected as a loss of autonomy, subjectivity, violation of identity, a feeling of insecurity, the state of the victim, PTSD [4, p. 291].

The main and widespread consequence of war is a decrease in the level of psychological well-being of the population. In conditions of emergency situations and military conflict, the homeostatic state of personality functioning is disrupted and the level of psychological well-being decreases and the positive subjective attitude towards oneself and others changes, and at the objective level, living and activity conditions worsen. In modern psychology, a multidimensional model of psychological well-being was proposed by K. Rieff, in which psychological well-being concerns both the organization and content of a person’s inner world, as well as his behaviours and activities that determine this feeling and illustrate his experiences [12, p. 719–727]. Modern concepts of psychological well-being are aimed at integrating two approaches that combine in the concept of psychological well-being the emotional aspect (satisfaction with life, positive perception of reality) and the activity-semantic aspect (meaningfulness of life, self-actualization, focus on activity-based transformations of oneself and the world around us). The situation of the unfolding of an armed conflict is characterized by high stress and poses a serious threat to the psychological well-being of the population, especially those forced to leave their usual places of residence to escape the military threat.

In war conditions, a person’s psycho-emotional state is characterized predominantly by negative emotions (high levels of anxiety, depression, despair, negative perception of the environment, etc.) and has a destructive effect on the mental activity of an individual located in a zone of armed conflict, which results in an increased risk of post-traumatic, depressive and behavioural disorders. An individual’s response to emergency and stressful situations associated with combat operations may entail an increase in the level of anxiety, manifestation of aggression, frustration as emotional and volitional tension due to blocking of the basic needs of the individual, rigidity as non-recognition of war as a reality and changes in one’s own situation.

To study the psycho-emotional state of Ukrainians during the war, a psychodiagnostics examination was conducted through the social network Facebook (September 2023 – January 2024). The sample of respondents was 62 people. Of these, 41 are women and 21 are men. The sample of respondents is represented by the following categories: 1) 25 respondents are residents of the front-line city of Zaporizhzhia (the average age of respondents is 32.4 years, of which 62% are women and 38% are men); 2) 21 respondents are internally displaced persons (the average

age of respondents is 42.1 years, of which 69% are women and 31% are men); 3) 16 forcibly displaced persons from Ukraine who received temporary protection status in Germany and Poland (the average age of respondents is 39.8 years, of which 74% are women and 26% are men). The sample is random, formed according to the criterion of accessibility and the established level of confidence.

The main parameters and psychodiagnostics methods of the study were:

1) level of psychological well-being – Methodology “Psychological Well-Being Scale” (K. Rieff). A version of the questionnaire the scale of psychological well-being, adapted by M. Lepeshinsky and translated into Ukrainian by S. Karskanova [3]. There are several options for the questionnaire. In this study, we use the most common and recognized version with 84 questions reflecting different components of psychological well-being. This technique consists of six scales that make up the components of psychological well-being according to K. Rieff: self-acceptance, autonomy, goals in life, personal growth, positive relationships with others (positive relationships), environmental management;

2) emotional state of the civilian population: a) Scale of positive and negative affect [13]. This technique was developed based on the PANAS technique and is aimed at diagnosing positive and negative emotional states. The theoretical basis of the PANAS scale is the hierarchical model of emotions by D. Watson and A. Tellegen, the upper level of which includes two factors that correspond to two signs of the valence of emotions (negative and positive), and the lower level includes factors corresponding to emotions of different content.

(hostility, joy, fear, despondency, etc.). According to D. Watson, positive and negative effects are a subjective reflection of the actions of two separate, albeit interrelated systems of behaviour control; b) results of the questionnaire; c) method “Self-assessment of mental states” by G. Aizenko.

3) Assessing the level of psychological well-being (Methodology “Psychological Well-Being Scale” (K. Rieff). In general, for the entire group of respondents, the level of psychological well-being is below average – 335 points. Among the low indicators, the components that have the most are personal growth, environmental management and goals in life Figure 1 shows the distribution of groups of respondents according to the scales of the methodology (in %).

The results we obtained do not reflect an assessment of the level of psychological well-being at the national level, but their trend coincides with the results of a study by the Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, carried out using an online survey on the Kantar Ukraine online panel, covering people aged 18–55. years in Ukrainian cities with a population of more than 50 thousand [2]. So, the psychological consequences of war include a long-term negative impact on the psycho-emotional well-being and purposeful activity of the individual against the background of disorders of social adaptation and social behaviour.

In Figure 2 presents a comparative analysis of psychological well-being indicators (based on low levels of severity) among different categories of respondents.

The results of the study indicate that among internally displaced persons (IDPs) low indicators

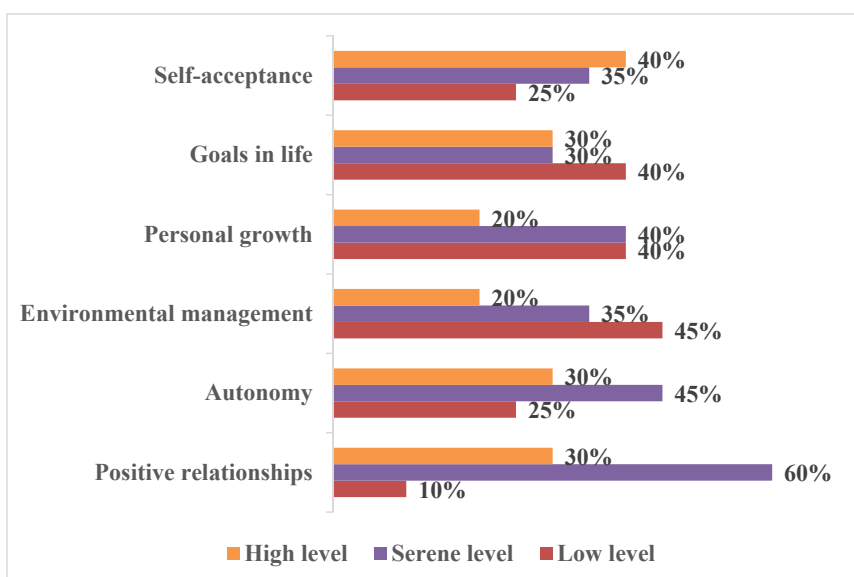


Fig. 1. Distribution of respondents` groups according to the scales of the psychological well-being method by K. Ryff (in%)

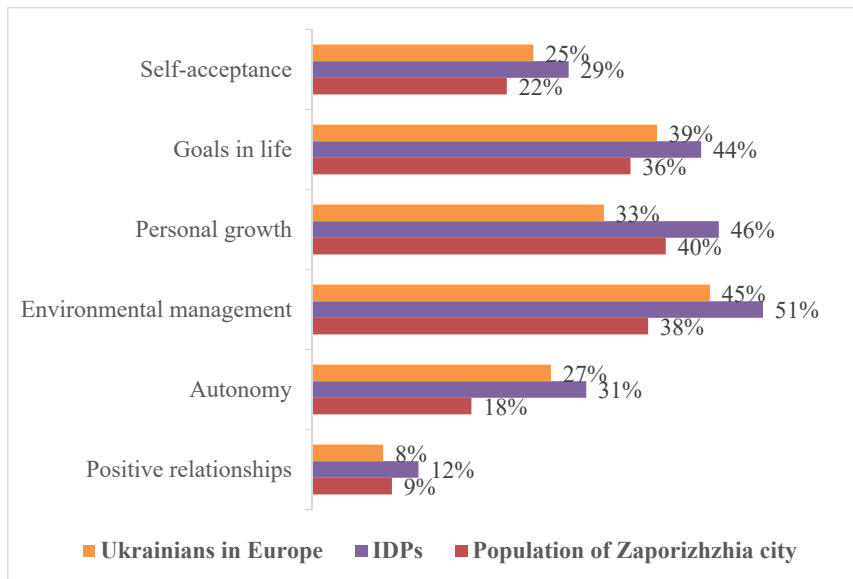


Fig. 2. Distribution of respondents' categories according to the scales of K. Ryff's psychological well-being method by low level of severity (in%)

of the components of psychological well-being dominate, and most of all this concerns the processes of social and psychological adaptation in newsocialconditions (environmental management, personal growth, goals in life). Among forced migrants in Europe, there are also problems with reintegration into a new sociocultural environment, which is reflected in the subjective assessment of life satisfaction. Residents of Zaporizhzhia are more optimistic, despite the relative proximity to the zone of active hostilities.

The results on the Positive and Negative Affect Scale indicate the predominance of positive emotional states of Ukrainians (Fig. 3).

To determine the characteristics of the psycho-emotional state of the population under martial law, Aizenko's "Self-Assessment of Mental States" technique was used. The Figure 4 shows the levels of expression of indicators (in % of respondents) for all respondents.

According to the results of the study, the highest indicator of psycho-emotional state is anxiety, manifested in a feeling of anxiety, danger and uncertainty in the future. Almost half of the respondents showed an average level of anxiety, which was predominantly situational in nature. The frustration indicator is also more pronounced, which indicates the impossibility or complexity

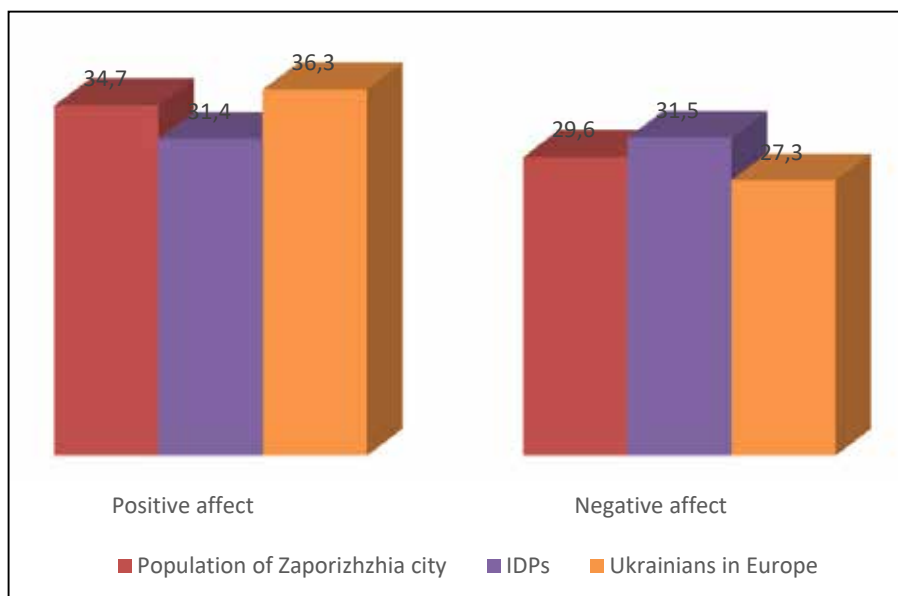


Fig. 3. Average indicators of positive and negative emotional states of different categories of Ukrainians surveyed

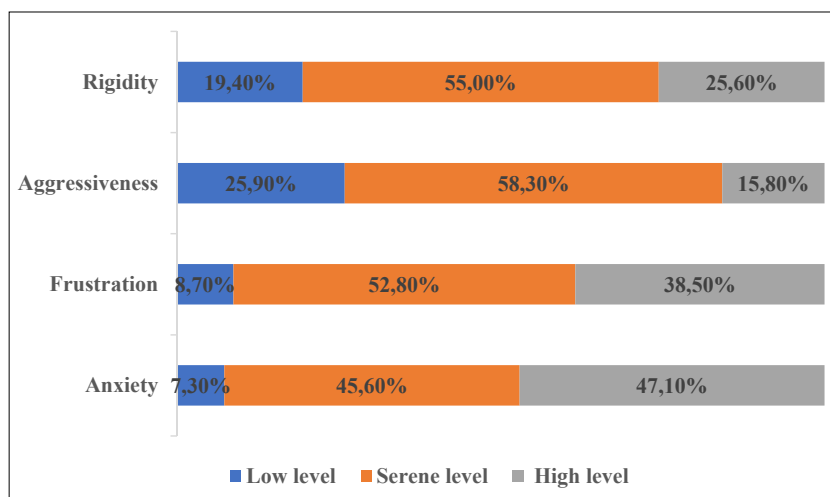


Fig. 4. Indicators of the psycho-emotional state of the civilian population according to the results of the “Self-assessment of mental states” method by G. Aizenko (% of respondents)

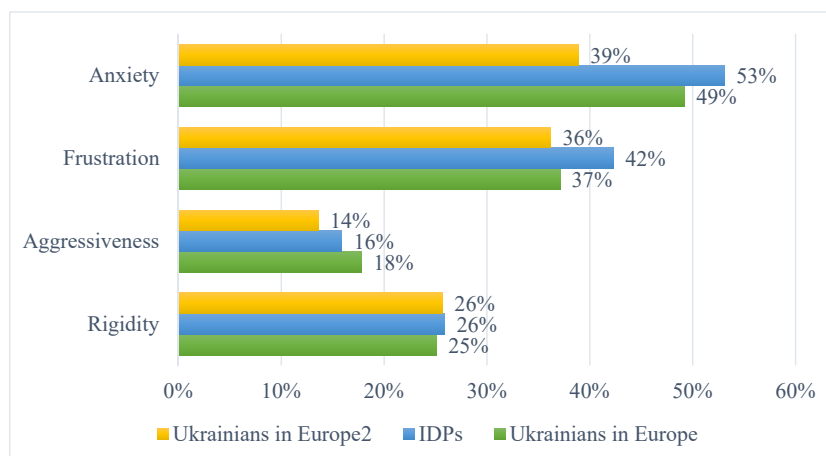


Figure 5. Indicators of the psycho-emotional state of citizens of Ukraine according to the results of the “Self-assessment of mental states” method by G. Aizenko, depending on the groups of respondents

of satisfying needs. Aggression as an indicator of psycho-emotional state has average values, although 12–15% of respondents show a high level of aggression in their environment. Rigidity as an emotional rejection of war and changes in one’s own situation is demonstrated by 25.6% of respondents, which indicates the inability to experience stress and the inability to independently find internal resources (individual resilience) to reassess one’s attitude towards oneself, other people and the world as a whole.

The Figure 5 presents the results of a survey of different groups of Ukrainian citizens on high indicators of the methodology scales. Thus, among the population of Zaporozhzhia, a high rate of aggressiveness was found, among IDPs – anxiety and frustration, among refugees in European countries – rigidity.

As can be seen from the results of the study, the main emotions that prevail in the mood of Ukrainian citizens are tension, hope and fatigue, coinciding

with the results of the study “Mental health and the attitude of Ukrainians to psychological help during the war”, conducted in September 2022 by Gradus Research Company. It should be noted that there is a high level of anger and at the same time pride, which is associated with fatigue and stress from the duration of active hostilities (almost 2 years).

It should be noted that there are some differences in the experience of emotions among different groups of respondents. Thus, for the population of Zaporizhzhia and IDPs, the dominant emotions of experiencing war are tension, fatigue, irritation, fear and caution, and for people who went abroad – hope, pride, loneliness. In our opinion, this distribution of emotions is associated with the level of satisfaction of the needs for security and belonging to a similar social community.

Conclusions and prospects for further research. Based on the results of a psychodiagnostics study of the characteristics of

the psycho-emotional state of the population of Ukraine, the following conclusions were made:

– firstly, in the entire group of respondents, the prevailing level of psychological well-being is below average, and among the low indicators, such components as personal growth, environmental management and goals in life are the most important, with the lowest indicators among IDPs and Ukrainian refugees abroad. associated with the processes of socio-psychological adaptation in new socio-cultural conditions;

– secondly, the emotional state of the population of Ukraine is associated, on the one hand, with the experience of anxiety, frustration and tension and the predominance of positive affect, on the other, which can act as a resource for an optimistic focus on the future;

– thirdly, the main emotions that prevail in the mood of Ukrainian citizens are tension, hope, fatigue, anger, pride, fear (for Ukrainian refugees abroad, a more optimistic and positive emotional orientation should be noted), which is associated with the level of satisfaction of needs in security and belonging to a similar social community.

A promising direction for further research could be constant monitoring of the psycho-emotional state of the population of Ukraine, depending on the socio-economic and socio-political situation in the country and in the combat zone.

BIBLIOGRAPHY:

1. Гаврилькевич В., Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену. *Психологічні травелоги*. 2023. № 2. С. 41–50.
2. Дослідження психологічного стану населення в умовах повномасштабної війни (13.09.2022р.) / Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. URL: <https://ispp.org.ua/2022/09/13/doslidzhennya-psixologichnogo-stanu-naselennya-v-umovax-povnomashtabnoii-vijni/>.
3. Карсаканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. Вип. 1. С. 1–10.
4. Лефтеров В.О., Короход Я.Д. Психоемоційний стан та психологічна адаптація вимушено перемі-

щених осіб в Україні. *Європейський вибір України, розвиток науки та національна безпека в реаліях масштабної військової агресії та глобальних викликів XXI століття (до 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права)* : матеріали Між-нар.наук.-практ. конф., м. Одеса, 17 червня 2022 р. : у 2 т. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2022. Т. 1. С. 291–294.

5. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни. *Gradus Research Company*. URL: <https://gradus.app/>.

6. Тюріна В.О., Солохіна Л.О. Вплив військових конфліктів на психічне здоров'я людини: короткий огляд зарубіжних досліджень. *Особистість. Суспільство. Війна*. Харків, 2022. С. 116–118.

7. Чабан О.С., Хаустова О.О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги? *Український медичний часопис*. 2022. № 4 (150). С. 1–11.

8. Контроль психоемоційного стану студентів як важливий елемент успішної навчальної та професійної діяльності / С.В. Черевко, Н.В. Лутаєва, В.А. Дорош, А.Д. Черевко. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. 2022. Випуск 5 (150). С. 119–124.

9. Ющенко І.М. Специфіка стратегій адаптації молоді в умовах невизначеності, спричиненої війною. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. Випуск 6. С. 18–22.

10. Extremera N., Rey L. Ability emotional intelligence and life satisfaction: Positive and negative affect as mediators. *Personality and Individual Differences*. 2016. Vol. 102. P. 98–101.

11. Jawad M., Hone T., Vamos E.P. (2020). *Estimating indirect mortality impacts of armed conflict in civilian populations: panel regression analyses of 193 countries, 1990–2017*. *BMC Med.*, 18: 266.

12. Ryff C. The Structure of Psychological Well Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69. № 4. P. 719–727.

13. Watson D., Clark L.A., Tellegen A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988. 54 (6), P. 1063–1070.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВИМУШЕНИМ МІГРАНТАМ ПІД ЧАС ПОШУКУ РЕСУРСІВ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В РАЗІ ТРАВМІВНОЇ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ СИТУАЦІЇ

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO FORCED MIGRANTS IN FINDING RESOURCES FOR COPING WITH STRESS DURING A TRAUMATIC PSYCHOSOCIAL SITUATION

У статті розглядається явище вимушеної міграції з погляду невідмінної травматизації психіки як у минулому (визначається історією міграції), так і в новому соціокультурному середовищі. Описано наукові погляди дослідників вимушеної міграції, окреслено вимоги адаптації й інші труднощі, що виникають після переїзду та перевищують психофізіологічні можливості людини.

Метою статті визначено теоретичний аналіз проблеми психологічної допомоги вимушеним мігрантам, які переживають травмівну психосоціальну ситуацію, і розкриття можливості пошуку ресурсів додання стресу. Зазначено розріз проблеми виживання й інтеграції в новому просторі. Теоретично розкрито різні категорії вимушених мігрантів, що створює необхідність детального вивчення й аналізу умов для їх адаптації, а також пошуку ресурсів для успішного подолання психотравмівної стресової ситуації, якою невідмінно є вимушена міграція.

Визначено ключові напрями надання психологічної допомоги вимушеним мігрантам. Розглянуто основні аспекти стратегії психологічної допомоги, що дає змогу вимушеним мігрантам віднайти ресурси для успішної адаптації та ефективного додання стресових ситуацій.

Виявлено, що професійна діяльність практичного психолога з вимушеними мігрантами потребує вирішення певних завдань з урахуванням усіх значущих аспектів. Психологічна допомога полягає передусім у сприянні прийняттю змін та асиміляції отриманого досвіду, у пристосуванні до нового середовища, тобто соціально-психологічній адаптації. Відповідна робота містить консультативну й психотерапевтичну допомогу, якій невідмінно передують етапи стабілізації, під час якого поступово розгортається процес виведення людини зі стресового стану та початок сприйняття нею травматичного досвіду, разом із цим запускаючи процес інтеграції в соціум, що приймає.

Ключові слова: *вимушена міграція, психологічна допомога, психотравмівна психосоціальна ситуація, кризова життєва ситуація, ресурси додання стресу.*

The article examines the phenomenon of forced migration from the point of view of the inevitable traumatization of the psyche both in the past (determined by the history of migration) and in the new socio-cultural environment. The scientific views of researchers of forced migration are described, the requirements of adaptation and other difficulties that arise after moving and exceed the psychophysiological capabilities of a person are outlined.

The purpose of the article is to provide a theoretical analysis of the problem of psychological assistance to forced migrants who are experiencing a traumatic psychosocial situation and to reveal the possibilities of finding resources to overcome stress. The section of the problem of survival and integration in the new space is indicated. Theoretically, various categories of forced migrants are revealed, which creates the need for a detailed study and analysis of the conditions for their adaptation, as well as the search for resources to successfully overcome the psycho-traumatic stressful situation that forced migration inevitably is.

The key areas of providing psychological assistance to forced migrants have been determined. The main aspects of the strategy of psychological assistance, which allows forced migrants to find resources for successful adaptation and effective overcoming of stressful situations, are considered.

It is revealed that the professional activity of a practical psychologist with forced migrants requires solving certain tasks, taking into account all significant aspects. First of all, psychological assistance consists in promoting the acceptance of changes and assimilation of the experience gained, in adapting to the new environment, that is, socio-psychological adaptation. The relevant work includes counseling and psychotherapeutic assistance, which is necessarily preceded by a stabilization stage, during which the process of bringing a person out of a stressful state and beginning to perceive traumatic experience gradually unfolds, while also starting the process of integration into the host society.

Key words: *forced migration, psychological assistance, psychotraumatic psychosocial situation, crisis life situation, resources for coping with stress.*

УДК 159.944.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.31>

2024.59.31

Савінок А.В.

аспірант кафедри практичної та клінічної психології

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Соціальне явище вимушеної міграції з упевненістю можна зарахувати до низки екстремальних і таких, що входять до важких, стресових ситуацій, коли перед особистістю ставиться проблема подолання надскладних життєвих обставин, які включають аспект виживання. Факт вимушеної міграції вимагає від індивіда зусиль, що знаходяться на межі його адаптивних можливостей або навіть перевершують ті резерви, що є в нього на момент

часу. Разом із цим саме загострена інтенсивність відчуття небезпеки та загрози самому мігранту, а також членам його сім'ї, які є значущими, визначає виражене прагнення впоратися з труднощами, що виникають, долати перешкоди й мовні бар'єри. Звідси впливає необхідність пошуку ресурсу та формування власної внутрішньої опори. На нашу думку, ці виокремлені фактори визначають значущість, затребуваність, важливість і необхідність про-

фесійної психологічної допомоги вимушеним мігрантам під час травмівної ситуації [1].

Обґрунтовуючи актуальність цієї теми, варто зазначити, що психологічна допомога вимушеним мігрантам являє собою структурований і відповідальний процес, під час якого практичний психолог повинен володіти належним рівнем знань, умінь і навичок, забезпечуючи, відповідно, емоційну, смисловою й екзистенційну підтримку людини в складних обставинах, у яких неодмінно опиняються клієнти. Визначаючи психосоціальну ситуацію вимушеної міграції як кризову (навіть екстремальну), можемо підкреслити, що, на відміну від добровільної міграції, вона становить загрозу здоров'ю та життю під час прийняття суб'єктом свідомого рішення й докладання зусиль для зміни місця проживання [8].

За Ф. Василюком, тлумачення поняття кризи в соціальній психології означає «створення потенційної або реальної загрози для задоволення базових потреб, водночас вона розуміється як життєва подія, що несе із собою проблеми, які є неминучими для особистості і які не можуть бути вирішені за короткий час і звичним способом». Проведені наукові дослідження підкреслюють, що травматичний досвід і життєві труднощі вимушених мігрантів зумовлюють порушення їхньої цілісності й особистісної інтеграції, тому комплекс проблем, що відображають особистісну трансформацію, можна охарактеризувати як кризу ідентичності [16].

Важливо зазначити, що, на відміну від добровільної міграції, яка в більшості випадків покращує соціальний статус людини, вимушена міграція призводить до його значного погіршення, що спричиняє часткову або повну втрату добробуту й раніше зароблених доходів. Під вимушеним переміщенням ми розуміємо відсутність позитивних стимулів до міграції та зміну умов життя, які унеможливають нормальне життя або створюють реальну загрозу безпеці без перспективи нормалізації. Ці питання розглядають Рада Міністрів України, Федерація профспілок України, громадські організації та інші державні органи, зацікавлені у вирішенні проблеми [15].

Загалом кінець ХХ століття накопичує доволі велику кількість міжнародних досліджень щодо вимушених міграцій, що є зумовленим фактом збільшення масштабів вимушеної міграції у світовому розрізі. Вимушена міграція, пов'язана зі збройними конфліктами, – це значна проблема як минулого, так і сьогодення. Уперше поняття «міграція» ввійшло в наукове середовище в кінці ХІХ ст. в Англії. Його засновником вважають німецько-англійського вченого Е.Г. Равенштайна, який у роботі «Закони міграції» (1876 р.) запропонував розглядати міграцію як безперервний процес, що

включає дію чотирьох груп чинників: початкового місця проживання, стадії переміщення, місця приїзду й чинників особистого характеру мігранта.

Подальше дослідження цього поняття відображено в працях В. Покришевського, котрий визначав міграційний процес як спосіб функціонування циклу формування мігрантів, переміщених від місця попереднього проживання до пункту нового проживання. О. Малиновська розглядає міграційний процес як сукупність подій, пов'язаних із територіальним переміщенням, тобто фактів вибуття, прибуття чи переселення [7]. У свою чергу, О. Позняк підкреслює важливість визначення міграційного процесу у вигляді зміни станів (структури й способу функціонування, організації) в часі, що зумовлена особливостями розвитку суспільства та впливом середовища й зберігає певні закони розвитку.

Натомість В. Олефір не виділяє окремо вимушену міграцію, а зараховує її до переміщень і переселень населення, які сплановані в просторі та часі, зумовлені в деяких випадках дією стихійних і спонтанних сил, проте згодом набувають упорядкованого й цілеспрямованого характеру. Видатними дослідниками, що в наукових працях висвітлюють питання вимушеної міграції, є Є. Кулішер, Е. Лі, М. Цернеа, Дж. Марсія, Н. Майерс, В. Петерсен, Х. Фейрчайлд, М. Херсковіц, Д. Массей, М. Бозоргмер, М. Мід, Г. Сабах, Р. Лінтон, К. Бретель, Дж. Беррі, Е. Кохен та інші [6]. Варто особливо відзначити роботи вітчизняних учених: Л. Смокової, В. Гриценко, К. Коростеліної, Н. Лебедевої, Л. Орбан-Лембрик, В. Павленко, М. Пірен, Т. Стефаненко, Н. Фрейкман-Хрустальової, М. Шульги.

Директор Центру вивчення проблем біженців Оксфордського університету С. Кастлс розглядає міграційні процеси через призму типологічного підходу, проте наголошує, що на сучасному етапі людського розвитку майже стерлися чіткі межі між формами міграції: вони стали тісно взаємопов'язаними, взаємозалежними [14]. Міжнародна організація з міграції, Центр моніторингу за внутрішніми переміщеннями ґрунтовно досліджують проблему вимушеної міграції у світовому й регіональному масштабах, намагаються спільними з урядами країн зусиллями її вирішити, що висвітлено в щорічних звітах цих інституцій.

Міжнародна організація з міграцій за критерієм добровільності виокремлює три види міграції, зокрема добровільну, примусову (вигнання або виселення) і вимушену. За умови добровільної міграції рішення про переміщення приймає індивід добровільно в результаті економічних, сімейних, психологічних мотивів. Примусова міграція являє собою насильницьке переселення осіб дер-

жавою (депортація), міграцію в межах пенітенціарної системи, міграцію, яка управляється силовими методами. Вимушена міграція полягає в зміні місця проживання назавжди чи на невизначений час у випадку війни, голоду, стихійного лиха, переслідувань тощо. Саме останній вид міграції привертає особливу увагу науковців у рамках психологічних досліджень і під час створення психологічних проектів, підготовки консультантів і розроблення комплексних підходів задля полегшення процесу адаптації вимушених мігрантів у нове середовище, а також сприяння в пошуку їхнього особистісного ресурсу, долання стресових ситуацій [9].

Наукова психологічна спільнота зазначає, що прикладне значення процесу психологічної допомоги залежить від трьох аспектів, які визначають її характер і напрям: актуальність психологічної допомоги й готовність до її прийняття, що є необхідною психологічною умовою загалом для її надання; готовність надавати психологічну допомогу; теоретико-методологічна база, яка є підґрунтям проведення психологічної допомоги, визначаючи її специфіку та спрямування [13].

У свою чергу, Т. Титаренко розглядає соціально-психологічний супровід як вид психологічної допомоги мігрантам у вигляді комплексу специфічних довготривалих і системних заходів психологічної підтримки й соціального сприяння інтеграції таких осіб у місцеву спільноту. Серед основних видів психологічної допомоги найбільш широкоживаними є консультування, профілактика, корекція, адаптація та реабілітація, діагностика тощо. Науковець О. Войтенко в працях визначає, що надання консультацій сім'ям вимушених мігрантів найкраще здійснювати у формі зустрічей та індивідуальних бесід із дорослими й дітьми шкільного віку. Якщо розглядати групове консультування як процес, то він може відбуватися із застосуванням різноманітних тренінгових груп: груп розвитку вмінь і навичок у процесі формування комунікації та розв'язання конфліктів, гештальтгруп чи арт-терапевтичних груп.

Автори наукових праць Т. Дуткевич та О. Савицька визначають одним із ключових аспектів соціально-психологічну профілактику як систему заходів, що спрямовані на охорону психічного здоров'я, запобігання неблагополуччю в розвитку індивіда чи групи осіб, а також створення психологічних умов, сприятливих для цього розвитку [17]. Форми психопрофілактики вимушених мігрантів містять індивідуальні консультації, розглядаючи аспекти психодіагностичної та психокорекційної діяльності особистості. Під час психокорекційної роботи з вимушеними мігрантами психолог надає такий вид психологічної допомоги, що включає активний цілеспрямований вплив на осо-

бистісний, поведінковий та інтелектуальний рівень функціонування особистості, що може відбуватися як в індивідуальній, так і в груповій формі робочих зустрічей, використовуючи при цьому психодіагностичний інструментарій [12]. В умовах індивідуальної психокорекції фахівець працює з клієнтом тет-а-тет, у разі групової психокорекції психолог діє з групою клієнтів зі схожими проблемами, унаслідок чого результат досягається за рахунок міжособистісної взаємодії та вміння фахівця створювати довірливу атмосферу в груповій спільноті. Необхідно враховувати й те, що в разі вимушеної міграції для особистості виникає суперечність між звичним заданим образом світу, відповідними моделями поведінки сталого життєвого устрою та нездатністю цих моделей ефективно реалізовуватися в нових умовах життя, які ще не мають чіткої форми, відповідно, викликаючи тривогу, занепокоєння й відсутність чіткого уявлення про подальше перебування. Психологічна допомога необхідна, якщо вимушеному мігрантові не вистачає наявних ресурсів самоорганізації для входження в новий спосіб життя, тобто притаманної людині складної системи інформаційного, енергетичного й матеріального обміну з новим середовищем. У цьому випадку можемо розглянути процес консультування як такий, що передбачає надання допомоги людині в переході від адаптації до нового середовища – тут і зараз до майбутнього – вільного й активного входження в нове середовище. Для цього навколишнє середовище має бути якомога швидше перетворено на придатні для життя умови та зробити процес адаптації ефективним [5].

На думку науковців, якщо під час здійснення психологічної допомоги є запит або скарга на формування ефективної адаптації вимушених мігрантів до нових умов життя, то психологу надзвичайно важливо акцентувати увагу на таких етапах адаптації, як розчарування та загострення дратівливості й агресивної поведінки, тобто проводити психоедукацію та роз'яснення всіх емоційних станів, що турбують у певний момент часу [11]. Це необхідно для того, щоб клієнт, переживаючи процес вимушеної міграції, не приховував істинних емоційних проявів і переживань, адже за відсутності відповідної підтримки вимушені мігранти наражаються на такі ризики: розвиток психологічного стресу внаслідок зміни місця проживання та звичного середовища; скрутне матеріальне становище, безробіття; відсутність соціальних гарантій і соціального захисту; відсутність або обмеженість доступу до медичної допомоги і, як наслідок, розвиток хвороб, викликаних соціальним неблагополуччям. Випадки дезадаптації мігранта до нового середовища й умов життя можуть спричиняти

негативні наслідки психологічного характеру: емоційне виснаження, панічні атаки; проблеми зі сном і здоров'ям, страждання, тривога, агресія, відчуття непотрібності й самотності, бажання повернутися додому тощо [18]. Усі вищеперераховані наслідки потребують залучення фахівців із психології, соціальної роботи, медичних працівників, оскільки, опинившись у такому стані, людина не в змозі самотужки вирішувати життєві проблеми загалом, особливо враховуючи психічний стан вимушених мігрантів.

Сучасні вітчизняні науковці-психологи Т. Дуткевич, Ю. Гундертайло, Л. Карамушка, Т. Кузьмич, О. Чуйко, С. Уварова, Л. Смокова зауважують, що провідну роль у сприянні адаптації вимушених мігрантів до нових умов життя відіграють соціально-психологічні служби, які беруть над ними опіку; місцеві волонтерські та благодійні організації, що допомагають у забезпеченні основних потреб мігрантів; групи взаємодопомоги та взаємопідтримки, що є важливим колом однодумців задля покращення долання стресу й загального формування психологічного благополуччя [4].

Під час вивчення цього питання дослідники наголошують, що взаємодопомога та взаємопідтримка вимушених мігрантів мають бути організовані відповідним чином компетентними координаторами, серед яких є психологи, соціальні працівники й інші експерти, які створюють регулярні зустрічі та довірливу міжособистісну взаємодію, що надалі формуватиме можливість самостійного вирішення проблем і долання стресу. У цьому випадку члени групи стають один для одного ресурсом для подолання складних життєвих ситуацій, сприяючи адаптації до незвичних умов життя в новому соціальному середовищі.

Водночас одним із дієвих видів психологічної допомоги є реабілітація вимушених мігрантів. Психологи І. Ушакова й О. Чернова визначають психологічну реабілітацію як систему заходів, спрямованих на відновлення й корекцію психологічних функцій, якостей і властивостей людини, створення сприятливих умов для розвитку і становлення здорової особистості. Науковці вважають, що психологічне відновлення є процесом, у якому людина свідомо й активно бере участь у доланні стресових ситуацій і пошуку ресурсу для підтримки комфортного самопочуття. Разом із цим метою психосоціальної реабілітації є відновлення прав, соціального статусу, здоров'я та здібностей людей, забезпечення соціального захисту постраждалих, контроль за здійсненням соціального забезпечення, формування позитивної громадської думки. Окремо варто сказати про діагностику, яка, безперечно, є актуальним видом психологічної допомоги для вимушених мігрантів [3]. Діагностичній

проблематиці в працях приділяли увагу психологи Л. Бурлачук, І. Галян, Т. Дуткевич та інші. За допомогою цієї галузі психологічної науки розробляється зміст, принципи й засоби оцінювання та вимірювання індивідуально-психологічних особливостей індивідів і соціального середовища, у якому вони перебувають, формується можливість об'єктивно описати стан особистості на певний момент часу й прогностично передбачити можливі варіанти розвитку цього стану.

Одним із ефективних методів психологічної підтримки, який широко розглядається в психологічній літературі та практично застосовується фахівцями з метою надання допомоги вимушеним мігрантам, науковці визначають розроблення спеціальних тренінгових програм і технологій навчання, які можуть включати аспекти як етнокультурної компетентності, так і толерантності. Разом із цим виникає необхідність формування ефективного способу оптимізації міжкультурної взаємодії, розглядаючи моделі культурних асиміляторів (техніки підвищення міжкультурної чутливості), тому можна пропонувати розроблення програм надання психологічної допомоги вимушеним мігрантам (індивідуальне та сімейне консультування, групові тренінги для дітей і дорослих), оскільки ці групи особливо потребують уваги й допомоги.

Розглядаючи суть проблеми психологічної допомоги у вигляді консультування, можна стверджувати, що вона полягає в організації переходу від сьогодення, тобто теперішнього, яке має перманентний характер (адаптація до нового середовища тут і зараз), до майбутнього, яке є вільним, активним (гетерогенним, нормативним) становленням людини в новому середовищі. Для цього індиферентний стан потрібно якомога швидше перетворити на таке життєве середовище, у якому є місце новим сенсам і пошуку ресурсів, формування внутрішньої опори. Як показують емпіричні дослідження, активізація психічної діяльності клієнта під час психологічного консультування, спрямована на рефлексію цінностей і смислів нового способу життя, сприяє розвитку образу світу та сприйняття як психічного явища. Завдання для фахівця в цьому випадку полягає в тому, щоб з'ясувати, яку позицію зайняти задля максимально ефективної допомоги людині в постановці запиту і його вирішенні. На нашу думку, найбільш продуктивною та ефективною є позиція посередництва, адже в психологічній практиці з вимушеними мігрантами ми говоримо про ситуацію, коли зв'язок людини зі старим середовищем розірваний, а з новим ще не сформований у тому вигляді, щоб це не викликало прояву стресових реакцій, тому це середовище вже можна назвати

«навколишнім», але таким, яке ще не закріплено відповідно до людини у вимірах її особистісних цінностей і сенсових значень.

Науковий підхід І. Дроздової узагальнює ключові напрями надання психологічної допомоги вимушеним мігрантам у вигляді психологічної підтримки, мета якої – у намірі знизити емоційне напруження та агресію, створити умови для опрацювання травматичного досвіду. Не менш важливим аспектом є оцінювання психоемоційного стану вимушених мігрантів, оскільки ситуація вимушеної міграції є травматичною і ненормальною для людей, тож їхні емоційні реакції, переживання й поведінку можна вважати нормальною реакцією на ненормальну ситуацію. У цьому випадку межа між нормальним і патологічним стає менш чіткою [9]. Варто оцінювати стан психологічного благополуччя, наявність або відсутність дистресового психічного напруження, зрілість емоційно-чуттєвої та когнітивної сфер особистості, адаптивність у мікросоціальних відносинах, здатність керувати поведінкою, уміння ставити життєві цілі й підтримувати рівень активності, необхідний для їх досягнення, тощо.

Якщо ми звертаємо увагу на психічне здоров'я вимушених мігрантів, то важливо забезпечити своєчасну корекцію проявів емоційних, мотиваційних, когнітивних і поведінкових розладів, оскільки порушення в різних сферах психічного здоров'я можуть накладатися одне на одного і призводити до глобальних проблем особистості, що, у свою чергу, впливатиме на розвиток адаптаційного потенціалу та серйозних проблем у міжособистісних взаєминах, адже інтеграція в нове середовище вимагає емпатії й толерантності, уміння приймати у надавати підтримку, конструктивно вирішувати конфлікти, тому будь-яка взаємодія зі спеціальними державними службами, представниками приймаючої громади, а в деяких випадках і шлюбно-сімейних стосунків є неминучою [2].

Водночас необхідно врахувати дослідницькі аспекти роботи психологів, адже в роботі з вимушеними мігрантами варто пам'ятати специфіку причини міграції та її соціально-політичні детермінанти. Це пов'язано з тим, що особливості психоемоційного стану мігрантів можуть бути пов'язані з особливостями їхньої міграційної ситуації. Тому психологічна допомога й підтримка вимушених мігрантів має бути своєчасною, систематичною та кваліфікованою. Тобто можемо стверджувати, що психологічна допомога людям, які кардинально змінюють свій спосіб життя, а разом із ним і всю систему, на якій базуються особистісні цінності й життєві сенси, що гарантували їхнє реальне існування, ураховує практичні механізми перебудови життєвого світу

вимушених мігрантів, ступінь відкритості чи закритості людини як системи, що самостійно організується [10]. Якщо ця система базується на психотерапевтичній установці в процесі роботи з фахівцем з урахуванням реальних механізмів перебудови життєвого світу вимушених мігрантів, ступінь відкритості або закритості людини як системи може відрізнятися залежно від її можливості відповідати на виклики суспільства демонстрацією поведінки чи діяльності.

Узагальнюючи результати теоретичного аналізу, можемо зробити висновок, що професійна діяльність практичного психолога з вимушеними мігрантами потребує вирішення певних завдань з урахуванням усіх значущих аспектів. Психологічна допомога полягає передусім у сприянні прийняття змін та асиміляції отриманого досвіду, у пристосуванні до нового середовища, тобто соціально-психологічній адаптації. Відповідна робота містить консультативну й психотерапевтичну допомогу, якій неодмінно передують етап стабілізації, під час якого поступово розгортається процес виведення людини зі стресового стану та початок сприйняття нею травматичного досвіду, разом із цим запускаючи процес інтеграції в соціум, що приймає.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блинова О.Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених мігрантів. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Випуск 9. Київ : Талком, 2016. Том IX : Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. С. 58–66.
2. Внутрішньо переміщені особи: від подолання перешкод до стратегії успіху : монографія / за ред. О.Ф. Новікової, О.І. Амоши, В.П. Антонюк. Київ, 2016. 448 с.
3. Інтеграція внутрішньо переміщених осіб у територіальні громади: діагностика стану та механізми забезпечення : монографія / за ред. О.Ф. Новікової, В.П. Антонюк, О.В. Панькової. Київ, 2018. 244 с.
4. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати. URL: https://lib.iitta.gov.ua/730974/1/%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BC%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B0%20%D0%9B._%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%20%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%97.pdf.
5. Логвинова М.О. Внутрішньо переміщені особи як категорія вимушених мігрантів: поняття та ознаки. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Географічні науки»*. 2019. № 11. С. 44–50.
6. Логвинова М.О. Міждисциплінарні дослідження внутрішньо переміщених осіб зі Сходу України у працях українських науковців. *Регіональні проблеми Укра-*

їни : географічний аналіз та пошук шляхів вирішення : матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю). 2019. С. 148–152.

7. Малиновська О.А. Міграційна політика: глобальний контекст та українські реалії : монографія. Київ : НІСД, 2018. 472 с.

8. Михайловський В.І. Внутрішньо переміщені особи – особливості національного та міжнародно-правового забезпечення. *Адміністративне право і процес. Серія «Фінансове право»*. 2016. № 16. С. 151–155.

9. Міжнародна асоціація з вивчення вимушеної міграції. URL: <http://iasfm.org>.

10. Наслідки міграційних процесів : нові виклики та можливості для регіонів : монографія / за ред. У.Я. Садової. Львів : НАН України, Інститут регіональних досліджень імені М.І. Долишнього, 2015. 252 с. (Серія «Проблеми регіонального розвитку»). URL: <http://ird.gov.ua/irdp/p20150804.pdf>.

11. Надрага В.І. Проблеми вимушеної внутрішньої міграції населення в контексті концепції «суспільства ризику». *Український соціум*. 2015. № 1 (52). С. 135–140.

12. Вимушені внутрішні міграції в Харківській області: структурно-динамічні та регіональні особливості / Л.М. Немець та інші. *Часопис соціально-економічної географії*. 2018. Вип. 25. С. 81–97.

13. Шиманська К.В. Міграція людських ресурсів в умовах геоекономічних трансформацій: регіональний вимір. Київ, 2017. 588 с.

14. Федоренко Р.П., Шкарлатюк К.І. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології : навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. III–IV рівнів акредитації. Луцьк : Східноєвроп. нац. університет імені Лесі Українки, 2012. 237 с. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/770/3/psychkons.pdf>.

15. Фролова О. Перша психологічна допомога вимушеним переселенцям. URL: <http://iqholding.com.ua/articles/persha-psikhologichna-dopomogavimushenim-pereselentsyam>.

16. Berry J.W. Global psychology: implications for cross-cultural research and management. *Cross Cultural Management*. 2015. № 22 (3). P. 342–355.

17. Cohen E. Impact of the Group of Co-migrants on Strategies of Acculturation: Towards an Expansion of the Berry Model. *International Migration*. 2011. № 49 (4). P. 1–22.

18. Forced Internal Displacement In Ukraine: Realities, Socio-Economic Problems, Perspectives / L. Niemets et al. *Proceedings of the 33rd International Business Information 258 Management Association Conference (IBIMA)* / Editor Khalid S. Soliman, 10–11 April, Granada, Spain, 2019. P. 3064–3081.

ВПЛИВ ТОЛЕРАНТНОСТІ Й ІНТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ НА САМОАКТУАЛІЗАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ: ЕМПІРИЧНИЙ ВИМІР

THE INFLUENCE OF TOLERANCE AND INTOLERANCE TO UNCERTAINTY ON THE SELF-ACTUALIZATION OF THE PERSONALITY: AN EMPIRICAL DIMENSION

У статті представлено результати емпіричного дослідження особливостей впливу толерантності й інтолерантності до невизначеності на самоактуалізацію особистості дорослих. Установлено, що серед досліджуваних низького, середнього й високого рівнів самоактуалізації більшість має середній рівень толерантності до невизначеності. Наголошено на тому, що отримані результати вказують на антиномічний процес розвитку особистості, де толерантність до невизначеності може мати мінімальний, оптимальний і максимальний рівні прояву в різноманітних ситуаціях. Це може стимулювати нові аспекти особистісного зростання, прагнення особистості до самоактуалізації.

Констатована відсутність досліджуваних із високим рівнем інтолерантності до невизначеності в групі осіб високого рівня самоактуалізації, що засвідчує тісний зв'язок між здатністю приймати невизначеність і розвитком особистості до самоактуалізації.

Виявлено, що більшість досліджуваних високого рівня самоактуалізації має високий рівень міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Зрештою, можна зазначити прагнення особистості до чіткості й прозорості у взаємодії з іншими, відмову від невизначеності в стосунках і водночас здатність проявляти гнучкість у спілкуванні, бути відкритими в міжособистісних взаєминах, що є ознаками самоактуалізації.

Проаналізовано особливості взаємозв'язку між інтолерантністю до невизначеності й самоактуалізацією особистості. За результатами коефіцієнта кореляції Спірмена виявлено наявність позитивних і негативних кореляційних зв'язків між окремими діагностичними шкалами цих феноменів. Загальний показник самоактуалізації має негативний статистично значущий зв'язок із загальним показником інтолерантності до невизначеності.

Окреслено перспективи подальших досліджень у контексті розроблення програми психологічного супроводу особистості на шляху її самоактуалізації.

Ключові слова: толерантність до невизначеності, інтолерантність до невизначеності,

міжособистісна інтолерантність до невизначеності, особистість, самоактуалізація, самореалізація, потенціал особистості.

The article presents the results of empirical research of peculiarities of influence of tolerance and intolerance to uncertainty of self-actualization of personality of adults. Among the low, medium and high levels of self-actualization studied the vast majority have been found to have a moderate level of uncertainty tolerance. It is noted that the obtained results indicate an antinomic process of personality development where tolerance to uncertainty can have a minimum, optimal and maximum level of manifestation in various situations. This can provoke the newest aspects of personal growth, the eagerness of the individual to self-actualization.

The absence of subjects with a high level of intolerance to uncertainty in a group of persons with a high level of self-actualization is noted which indicates a close link between the capacity to accept uncertainty and the development of the personality for self-actualization.

It has been shown that most of the high level of self-actualization studied has a high level of interpersonal intolerance up to uncertainty. After all it is possible to note the personality's desire for clarity and transparency in interaction with others, the rejection of uncertainty in relationships and at the same time the ability to be flexible in communication, to be open in interpersonal relationships which are signs of self-actualization.

The article analyses peculiarities of interrelation between intolerance to uncertainty and self-actualization of personality. Based on the results of the correlation coefficient of Spearman the presence of positive and negative correlation relationships between individual diagnostic scales of these phenomena was found. The overall rate of self-actualization has a statistically negative correlation with the overall rate of uncertainty.

The prospects of further research in the context of the development of a program of psychological support of the person on the way of its self-actualization have been identified.

Key words: tolerance to uncertainty, intolerance to uncertainty, interpersonal intolerance to uncertainty, personality, self-actualization, self-realization, potential of personality.

УДК 316.612:316.647.5](045)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.32>

Хілько С.О.

к. психол. н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Постановка проблеми. Глобалізаційні процеси сучасного суспільства викликають безпрецедентний рівень невизначеності й різноманіття в культурних, соціальних, політичних та економічних сферах. Це ставить перед людьми завдання знаходження нових та ефективних методів для успішного вирішення життєвих і професійних завдань. Такі ситуації потребують здатності не тільки долати суб'єктивні труднощі, пов'язані з невизначеністю, а й розвивати гнучкість у реагуванні на

непередбачені обставини. Це важливі етапи особистісного розвитку, які в контексті самоактуалізації потребують адаптації до змін і прийняття невизначеності й ризиків як невід'ємної частини реальності.

Так, П. Лушин аналізує особливості адаптації особистості в сучасному світі, розглядаючи два типи середовищ: VUCA-world (тривожний, нелінійний, некерований) і BANI-world (такий, що не піддається осмисленню). У випадку VUCA світу важливим фактором виживання

є толерантність до невизначеності, тоді як у ВАНІ світі основними характеристиками психіки є резильєнтність, гнучкість, чутливість до контексту, інтуїція та готовність до радикальних змін [2]. Такий підхід дає змогу краще розуміти потреби особистості в різних умовах сучасного світу.

Толерантна до невизначеності особистість більш відкрита до нових можливостей у різних аспектах життя, натомість інтолерантна – має тенденцію до закритості стосовно нових ідей, культури та переконання, що може обмежувати її шанси на самоактуалізацію. Вплив толерантності й інтолерантності до невизначеності на самоактуалізацію особистості може бути складним і неоднозначним, що зумовлює актуальність дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові дослідження толерантності до невизначеності й самоактуалізації особистості відзначаються значною кількістю робіт зарубіжних українських учених. С. Андерсон, С. Баднер, С. Бакаліс, К. Дурхайм, П. Клампітт, А. Мак-Дональд, Р. Нортон, Д. Фостер, Е. Френкель-Брунsvік та ін. приділяли значну увагу аналізу толерантності до невизначеності (далі – ТН) та інтолерантності до невизначеності (далі – ІТН), намагаючись розкрити змістові та структурні характеристики цих феноменів. Українські вчені розглядали проблеми як невизначеності, так і ТН і пов'язаних із нею феноменів та особливостей ставлення особистості до неї (А. Гусев, Г. Громова, О. Євокімова й І. Ламаш, С. Кузікова, П. Лушин, С. Максименко, О. Саннікова й О. Санніков, В. Турбан та ін.), що сприяє розкриттю важливих аспектів цього питання в українському суспільстві.

Розуміння процесу самоактуалізації можна відстежити в роботах відомих екзистенційних філософів і мислителів (Ф. Брентано, М. Бубер, Е. Гуссерль, А. Камю, С. К'єркегор і Жан-Поль Сартр), які підкреслювали її важливість як ключового елемента існування й розвитку особистості. Дослідження проблем самоактуалізації як важливої форми розвитку людини представлено в роботах А. Адлера, У. Дембера, Д. Мак-Клелланда, Г. Мюррея, Ж. Піаже, Г. Саллівана, К. Хорні, Е. Фромм та ін. Варто відмітити колективний внесок гуманістичних психологів, таких як А. Маслоу, Р. Мей, Г. Оллпорт, Ф. Перлз, К. Роджерс, В. Франкл та ін., у розуміння самоактуалізації, які перетворили це поняття з абстрактної філософської концепції в практичний інструмент для розвитку особистості.

У вітчизняній психології самоактуалізація вважається ключовим складником становлення цілісної особистості й успішного саморозвитку, що відображає не лише процес особистісного зростання та змінювання, а й надзвичайно важливий аспект самореалізації, що

включає глибоке осмислення й вираження власних потенційних можливостей (О. Бондарчук, І. Данилюк, П. Лушин, С. Максименко, В. Моляко, В. Татенко, Т. Титаренко, М. Ткалич та ін.). Водночас здійснюються дослідження щодо важливості ТН в контексті розвитку ідентичності, психічного здоров'я, стратегій життєтворення, психологічного/суб'єктивного благополуччя, особистісного розвитку особистості. Однак вплив ТН, ІТН на самоактуалізацію особистості залишається малодослідженим і вимагає уваги дослідників.

Мета статті полягає у висвітленні результатів емпіричного дослідження впливу ТН, ІТН на самоактуалізацію особистості дорослих.

Організація та методи дослідження. Для досягнення мети емпіричного дослідження використано комплекс теоретичних та експериментальних методів: *теоретичні*: аналіз та узагальнення даних експериментальних досліджень, рефлексивний аналіз; *емпіричні*: методика «Новий опитувальник толерантності до невизначеності» (НТН) (у модифікації Т. Корнілової), метою якої є встановлення рівнів ТН, ІТН, МІТН; методика «Толерантність до невизначеності» (С. Баднера), мета якої полягає у виявленні джерел інтолерантності до невизначеності, таких як «новизна», «складність», «нерозв'язність»; методика САМОАЛ (англомовна версія POI (Personal Orientation Inventory) застосовано для встановлення рівня розвитку самоактуалізації досліджуваних; математично-статистичні методи комп'ютерної програми «SPSS Statistics» (версія 25.0).

В експерименті взяли участь 150 дорослих осіб віком від 21 до 60 років, серед яких – 47,3% чоловіків, 52,7% жінок; 54% осіб від 21 до 35 років, 46% віком від 36 до 60 років.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перший крок емпіричного дослідження полягав у виявленні психологічних особливостей впливу ТН на самоактуалізацію дорослих за методикою «Новий опитувальник толерантності до невизначеності». Зокрема, виявлено статистично значущі відмінності в розподілі показників ($p \leq 0,001$), досліджуваним із високим рівнем самоактуалізації притаманний високий і середній рівень ТН (рис. 1).

На рисунку 1 представлено особливості розподілу досліджуваних із різними рівнями розвитку самоактуалізації й ТН. Група досліджуваних *низького рівня самоактуалізації* має 13,3% високий рівень ТН, 70% – середній, 16,7% – низький. Досліджувані цього рівня часто проявляють залежність від соціального середовища, виявляють закритість до нового досвіду. Вони орієнтуються більше на недоліки, замість того щоб акцентувати увагу на своїх сильних сторонах. Проблемні питання щодо розрізнення мети і засобів досягнення цілей ускладнює процес самоактуалізації.

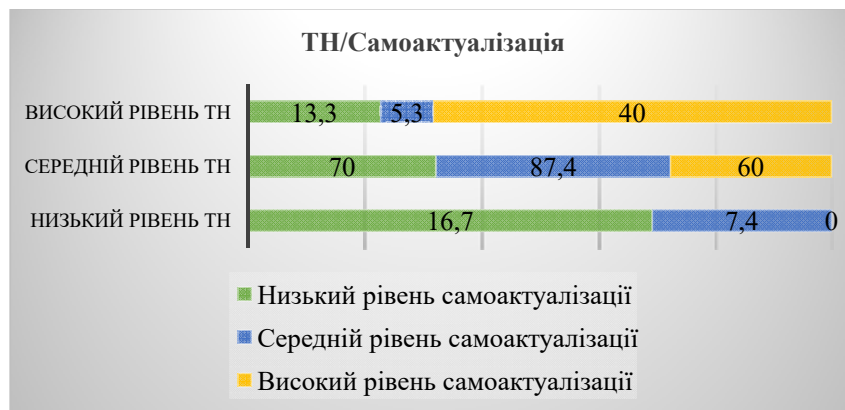


Рис. 1. Розподіл досліджуваних за рівнем самоактуалізації особистості залежно від ТН

У групі досліджуваних *середнього рівня самоактуалізації* зменшується кількість осіб із високим і низьким рівнем ТН, натомість збільшується кількість осіб середнього рівня ТН: 5,3% виявили високий рівень ТН, 87,4% – середній, 7,4% – низький. Ця група досліджуваних усвідомлює свої сильні та слабкі сторони, свій потенціал, але відчуття дискомфорту або тривоги в невизначених ситуаціях може відображати баланс між бажанням досягти нового та потребою в стабільності й безпеці.

Група досліджуваних *високого рівня самоактуалізації* характеризується високим (40%) і середнім (60%) рівнем ТН. Такі досліджувані виявляють спонтанність і щирість у стосунках з іншими, проявляють ТН і шукають ефективні способи реалізації своїх можливостей. Чим вищий рівень ТН, тим вищі показники самоактуалізації, що виявляється в прагненні досягати висот особистісного розвитку свого потенціалу навіть у складних або нестабільних умовах.

Разом із тим наявність у цій групі осіб із різним рівнем ТН указує на різноманітність індивідуальних стратегій самореалізації. Це свідчить про складний процес розвитку особистості, де важливу роль відіграє суб'єктивне сприйняття ситуації, її значущість, складність і наявні ресурси особистості. Такі результати вказують на антиномічний процес розвитку особистості, де виявляється мінімальний, оптимальний і максимальний рівні ТН залежно від суб'єктивної значущості ситуації, її цінності в контексті феноменології індивідуальної картини світу. Це припущення суголосне з результатами емпіричного дослідження Ю. Мельник щодо психологічних стратегій життєдіяльності в умовах ситуаційної невизначеності, яка зазначає, що ціннісно-смысловий рівень найбільше активується в ситуації невизначеності [3]. Особистість дорослого, яка активно розвиває свій ціннісно-смысловий рівень у ситуаціях невизначеності, усвідомлює проблеми свого досвіду, має можливість більш глибоко розкрити

себе, виявити свої справжні цінності й направи самоактуалізації.

Окрім того, самоактуалізація дорослої особистості набуває різних форм. Провідні вчені, такі як Дж.А. Кремс, Д.Т. Кенрік і Р. Ніл, у дослідженнях індивідуальних уявлень про самоактуалізацію дорослих підкреслюють різноманіття цього явища в житті людей. Наприклад, для художників вона проявляється у творчості, для спортсменів – у спорті, а для батьків – у батьківстві й турботі, а для когось – це мотив прагнення статусу. Цей процес залежить від унікальних життєвих історій кожної людини [9]. Самореалізовані особистості, на думку Ш. Дака, не бояться невідомого, вони не скаржаться на дрібні неприємності, а йдуть до своєї мети, яка виходить за межі їх самих, і їхня місія зазвичай пов'язана з вищим благом. Співчуття, безкорисливість і гуманізм – їхні риси [7]. Також самоактуалізації особистості дорослого сприяють задоволеність професійною діяльністю, професійною кар'єрою. За результатами емпіричного дослідження високий рівень самоактуалізації переважно спостерігався серед осіб з вищою освітою й більшим стажем трудової діяльності [4].

Наступний крок емпіричного дослідження полягав у виявленні особливостей впливу ІТН на самоактуалізацію особистості дорослих. Так, на рівні статистичної значущості ($p \leq 0,001$) встановлено, що серед високого рівня самоактуалізації відсутні досліджувані з високим рівнем ІТН, що є суголосним із попередньо розглянутими результатами. Такий факт указує на тісний зв'язок між здатністю приймати невизначеність і розвитком особистості до самоактуалізації (див. рис. 2).

Як зазначено на рисунку 2, переважна кількість досліджуваних – 96% – *високого рівня самоактуалізації* виявляють середній рівень ІТН, що характеризується балансом між бажанням досягти особистісного розвитку та необхідністю в стабільності, прагненням до ясності й упорядкованості в усьому, що сприймається

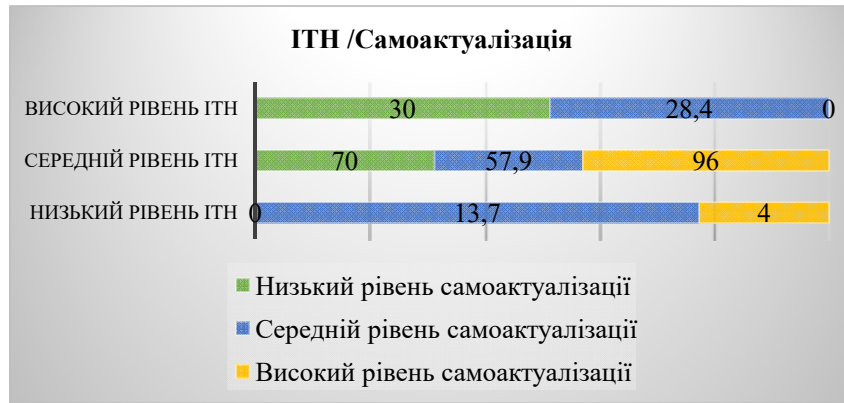


Рис. 2. Розподіл досліджуваних за рівнем самоактуалізації особистості залежно від ІТН

як суб'єктивно складне, значуще або невизначене. У групі досліджуваних із *середнім рівнем самоактуалізації* 28,4% виявили високий рівень ІТН, 57,9% – середній, 13,7% низький (тобто це ТН досліджувані). У групі досліджуваних *низького рівня самоактуалізації* більшість -70% середнього, 30% – високого рівнів ІТН.

Таким чином, прийняття дихотомічного розподілу між правильними й неправильними способами дій, думок і цінностей (ІТН) може бути характерним для осіб з високим рівнем самоактуалізації. Варто зазначити, що замикання на дихотомічному мисленні може ускладнювати процес розвитку особистості, оскільки воно обмежує можливості для творчого або альтернативного мислення, що є показником креативності в структурі самоактуалізації. Водночас результати дослідження засвідчили можливість поєднання в структурі особистості різних її характеристик, що пояснюється антинормічністю її атрибутів, наявністю внутрішньої єдності й протиріччя (В. Рибалка, 2015). У контексті екофасилітативного підходу розвитку особистості всі переживання особистості утворюють нероздільну систему або екосистему, де кожен елемент взаємодіє та впливає на інший. Спроба виокремити лише позитивні

аспекти й вилучити негативні є не екологічною, адже це порушує баланс системи, яка саморегулюється та саморозвивається [1]. Крім того, як зазначає Скотт Баррі Кауфман, жодна окрема ознака самоактуалізації не може слугувати визначальним критерієм для самоактуалізованої особистості. Оцінюючи рівень самоактуалізації, важливо розглядати її показники в комплексі, тобто цілісно [8].

Аналіз результатів дослідження впливу міжособистісної інтолерантності до невизначеності (далі – МІТН) на самоактуалізацію особистості дорослого виявив цікавий з погляду інтерпретації статистично значущий розподіл даних ($p \leq 0,001$). Зокрема, більшість досліджуваних високого рівня самоактуалізації виявила високий рівень МІТН (рис. 3).

На рисунку 3 графічно представлено, що 80% досліджуваних, які прагнуть до ясності й контролю в міжособистісних стосунках, монологічності й статичності в стосунках з іншими, виявили *високий рівень самоактуалізації*. У зазначеній групі 16% мають середній рівень міжособистісної МІТН, тоді як лише 4% виявили високий рівень цього показника. У групі *середнього рівня самоактуалізації* 55,8% досліджуваних із високим рівнем МІТН,

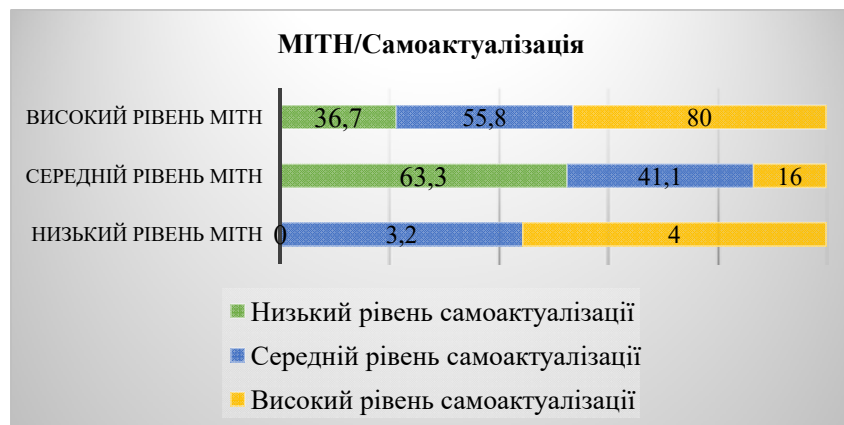


Рис. 3. Розподіл досліджуваних за рівнем самоактуалізації особистості залежно від МІТН

41,1% – із середнім, 3,2% – з високим. У групі *низького рівня самоактуалізації* 36,7% досліджуваних із високим рівнем ІТН і 63,3% – із середнім.

Отримані результати вказують на зв'язок між потребою особистості в ясності й контролі в міжособистісних стосунках і її самоактуалізацією. Це викликає інтерес до аналізу, як ці чинники взаємодіють, зокрема, як прагнення до чіткості й відмова від невизначеності в міжособистісних стосунках впливають на самоактуалізацію, включаючи гнучкість у спілкуванні та автентичну взаємодію з іншими.

Для дослідження взаємозв'язку між ІТН за методикою «Толерантність до невизначеності» (С. Баднера) і самоактуалізацією особистості застосовано коефіцієнт кореляції Спірмена, який засвідчив наявність позитивних і негативних кореляційних зв'язків між цими феноменами, зокрема загальний показник самоактуалізації має негативний статистично значущий зв'язок із загальним показником ІТН ($p < 0,01$) (таблиця 1).

Результати дослідження (таблиця 1) показали наявність позитивного статистично значущого зв'язку між «контактністю» й «нерозв'язністю проблеми невизначеності» ($p < 0,05$); між загальним показником ІТН і низкою таких шкал самоактуалізації, як «орієнтація в часі» ($p < 0,01$), «аутосимпатія» ($p < 0,05$), «контактність» ($p < 0,05$).

Ці дані підтверджують, що особистість із чітким уявленням про себе, свою «Я-концепцію» («аутосимпатія») може насолоджуватися актуальним моментом і має здатність жити сьогодні («орієнтація в часі»), а також проявляє товариськість у взаєминах з іншими, виявляє вищий рівень ІТН. Це виявляється у відчутті

дискомфорту перед невизначеністю й негативних емоціях, що можуть ускладнювати процес пошуку продуктивних рішень [6]. Тим не менше це не заважає позитивній самооцінці власного потенціалу, завдяки налагодженню комунікації з іншими шукати способи розв'язання проблеми невизначеності.

Крім того, виявлено негативний статистично значущий зв'язок між окремими шкалами самоактуалізації і джерелами ІТН: між «новизною проблеми невизначеності» і шкалами «цінності» ($p < 0,05$), «погляд на природу людини» ($p < 0,05$); між «складністю проблеми невизначеності» й шкалами «цінності» ($p < 0,01$), «погляд на природу людини» ($p < 0,05$), «автономність» ($p < 0,05$) і загальним показником самоактуалізації ($p < 0,05$); між загальним показником ІТН і шкалою «цінності» ($p < 0,05$). Ураховуючи оберненість кореляційного зв'язку, можемо узагальнити: сформованість гуманістичних цінностей, віра в могутність людських можливостей, розвинута незалежність від думки інших сприяють зосередженості особистості на пошуку рішень у ситуаціях невизначеності, незважаючи на її новизну або складність.

Так, за результатами дослідження О. Саннікової й О. Саннікова, особистість із високим рівнем ІТН у незнайомій обстановці може діяти більш продуктивно і приймати рішення без тривалих сумнівів та остраху невдачі, тоді як особистість із високим значенням ІТН більш схильна приймати незвичні й складні ситуації як загрозові [5]. У дослідженні впливу ІТН на перспективи майбутнього часу зазначається, що особистість із вищими показниками ІТН схильна обирати негайні винагороди, навіть із меншою ймовірністю, замість більших відкла-

Таблиця 1

Взаємозв'язок між ІТН і самоактуалізацією особистості (коефіцієнт кореляції rs)

Показники самоактуалізації особистості	Джерела інтолерантності до невизначеності (ІТН)			
	Новизна	Складність	Нерозв'язність	Загальний показник ІТН
Орієнтація в часі	-0,119	-0,021	0,062	0,217**
Цінності	-0,167*	-0,270**	0,158	-0,178*
Погляд на природу людини	-0,192*	-0,200*	0,112	0,086
Потреба в пізнанні	0,064	0,044	0,034	0,117
Креативність	0,248	0,141	0,115	0,074
Автономність	-0,099	-0,204*	-0,153	-,0148
Спонтанність	0,070	0,119	0,079	0,058
Саморозуміння	-0,095	-0,192*	-0,021	0,107
Аутосимпатія	0,159	0,084	0,036	0,164*
Контактність	-0,064	-0,013	0,168*	0,162*
Гнучкість у спілкуванні	-0,126	-0,009	-0,117	-0,003
Загальний показник самоактуалізації	-0,087	-0,167*	-0,009	-0,377*

Примітка: кореляція значуща на рівні * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

дених, оскільки очікування в стані невизначеності може бути для нею мукою [10].

Таким чином, особистість із високими показниками ТН витрачає більше часу, енергії та ресурсів на пошук рішень в ситуації невизначеності, прагнучи до об'єктивності й уникнення ризиків. Натомість особистість із високими показниками ІТН може виявляти більшу схильність до імпульсивних рішень, спрямованих на зменшення відчуття дискомфорту або невизначеності. Варто зазначити, що самоактуалізація відображає довгострокову перспективу особистісного розвитку, що включає постійне самовдосконалення та вирішення життєвих і професійних завдань дорослої особистості в різноманітних ситуаціях невизначеності, що зумовлює необхідність їх толерування.

Висновки. За результатами емпіричного дослідження встановлено, що не лише високий рівень ТН, а й середній рівень ІТН і високий рівень МІТН мають вплив на процес самоактуалізації особистості в дорослому віці. Такі дані вказують на антиномічний процес розвитку особистості, де ТН може мати мінімальний, оптимальний і максимальний рівні прояву в різноманітних ситуаціях, що констатовано в процесі емпіричного дослідження. Таким чином, певні аспекти особистісного зростання можуть включати протилежні або навіть конфліктні цінності, цілі або напрями самоактуалізації. Особистість може відчувати напруженість, стрес між прагненням до бажання зберегти свою ідентичність і бажанням змінюватися, між прагненням до стабільності й потребою в інноваціях і змінах. Водночас такі антиномії можуть стимулювати нові аспекти особистісного зростання, її прагнення до самоактуалізації.

Виявлені особливості різного рівня ТН, ІТН, МІТН, які можуть мати різний вплив на самоактуалізацію особистості дорослого, підкреслюють значення більш глибокого розуміння різноманітних аспектів такого впливу в контексті особистісного зростання й самореалізації свого потенціалу, що сприятиме розробленню ефективних стратегій психологічного супроводу особистості на шляху її самоактуалізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Лушин П.В. Екофасилітація як інноваційна модальність психологічної допомоги. *Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та*

підвищення кваліфікації фахівців в умовах трансформації освіти : збірник матер. Х Міжнар. науково-практ. конф. (25 травня 2021 р., м. Київ). Київ : ДЗВО «УМО», 2021. 304 с. С. 187-195.

2. Лушин П.В. Підготовка майбутніх психологів у світі, що змінюється (rehl-world). *REHL-світ: особистісний розвиток та психолого-педагогічна допомога в сучасних умовах* : методичні рекомендації / за ред. П. Лушина, Я. Сухенко. Полтава : ФОП Мирон І.А., 2021. С. 7-20.

3. Мельник Ю.В. Психологічні стратегії життєдіяльності в умовах ситуаційної невизначеності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2020. 25 с.

4. Нежинська О.О., Хілько С.О. Емпіричне дослідження психологічних особливостей самоактуалізації особистості зрілого віку. *Вчені записки Університету «КРОК»* : збірник наукових праць. Київ : Університет «КРОК», 2023. № 1 (69). 2023. С. 213-222.

5. Саннікова О.П., Саніков О.І. Толерантність до невизначеності як предиктор прийняття рішень особистістю. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2020. Вип. 12 (41). С. 98-123. DOI: [https://doi.org/10.32405/2522-9931/2522-9958-2020-12\(41\)-98-123](https://doi.org/10.32405/2522-9931/2522-9958-2020-12(41)-98-123).

6. Хілько С.О. Особливості формування толерантності до невизначеності в майбутніх психологів. *REHL-світ: особистісний розвиток та психолого-педагогічна допомога в сучасних умовах* : методичні рекомендації / за ред. П. Лушина, Я. Сухенко. Полтава : ФОП Мирон І.А., 2021. С. 50-65.

7. Dhaka S. A study of self-actualization among adults. *Scholarly Research Journal for Humanity Science and English Language*. 2021. Vol. 9. № 47. DOI: <https://doi.org/10.21922/srjhsel.v9i47.7695>.

8. Kaufman S.B. Self-actualizing people in the 21st century: Integration with contemporary theory and research on personality and well-being. *Journal of Humanistic Psychology*. 2018. P. 1-33. URL : <https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2018/11/Kaufman-self-actualization-2018.pdf>.

9. Krems J.A., Kenrick D.T., Neel R. Individual Perceptions of Self-Actualization: What Functional Motives Are Linked to Fulfilling One's Full Potential. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2017. № 43 (9):014616721771319. P. 1-16. DOI: 10.1177/0146167217713191.

10. Qing Yang, Kees van den Bos, Yaqin Li. Intolerance of uncertainty, future time perspective, and self-control. *Personality and Individual Differences*. 2021. Volume 177. URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110810>.

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ У ЗНИЖЕННІ ЧОЛОВІЧОЇ СТАТЕВОЇ ФУНКЦІЇ

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL FACTORS IN DECREASING MALE SEXUAL FUNCTION

Стаття присвячена дослідженню впливу психологічних факторів на чоловічу статеву функцію. У статті описано змістові характеристики феномена сексуальності й чоловічої сексуальності. Установлено, що сексуальність являє собою спосіб вираження статевого потягу особистості. При цьому особливостями сексуальності чоловіків є її менша емоційна залученість, нижча потреба в інтимності, душевній близькості, вища гострота потягу, що пов'язано з вищим лібідозним ефектом андрогенів; вища інтенсивність сексуальних фантазій і їх змістовий характер; вплив гендерної стереотипізації, частіше виникнення сексуальних проблем, які перешкоджають сексуальній близькості. Проведено класифікацію соціально-психологічних аспектів формування сексуальності в сучасному світі. Біологічні чинники сексуальності мають тісний зв'язок із психологічними чинниками сексуальності, такими як емоції, почуття, переживання, фантазія, сприйняття партнера. Виявлено, що психологічний аспект є найбільше впливає в процесі формування статевої функції. Розкрито теоретичні аспекти чоловічої сексуальності та її складників. До них зараховують силу потягу, сексуальну селективність, мотивацію, інструментальність, пластичність, агресивність тощо. Обґрунтовано сутність впливу на чоловічу статеву функцію психологічних станів. Виявлено, що серед чоловіків переважають нормативні значення сексуальної функції та сексуального здоров'я, а також середній рівень стресу, депресії і тривожності. Доведено, що стрес, депресія і тривожність знижують статеву функцію чоловіків. При цьому найбільш негативний вплив чинить стрес. У разі сильного стресу значно знижується сексуальна функція чоловіків і їхнє сексуальне здоров'я.

Ключові слова: сексуальне здоров'я, сексуальна функція, чоловіча сексуальність, стрес, депресія, тривожність.

The article is dedicated to the investigation of the influx of psychological factors on the human sexual function. The essential characteristics of the phenomenon of sexuality and human sexuality are described. It has been established that sexuality is a way of expressing the desire for specialness. Due to the peculiarities of human sexuality, there is less emotional arousal, a lower need for intimacy, emotional closeness, and a greater desire for desire, which is associated with the greater libidinal effect of androgens.; the greater intensity of sexual fantasies and their violent nature; the influx of gender stereotyping, more often the cause of sexual problems that interfere with sexual intimacy. A classification of social and psychological aspects of the formation of sexuality in the everyday world has been carried out. The biological agents of sexuality are closely related to the psychological agents of sexuality, such as emotions, feelings, experiences, fantasies, and partner's feelings. It has been revealed that the psychological aspect is the greatest influence in the process of forming the state function. Openly theoretical aspects of human sexuality and warehouses. They include traction, sexual selectivity, motivation, instrumentality, plasticity, aggressiveness, etc. The essence is infused with the human state function of psychological factors. It was found that most people value the normative values of sexual function and sexual health, as well as the average level of stress, depression and anxiety. It has been proven that stress, depression and anxiety reduce the normal functioning of people. When the greatest negative influx occurs, it causes stress. With severe stress, the sexual function of people and their sexual health significantly decreases.

Key words: sexual health, sexual function, human sexuality, stress, depression, anxiety.

УДК 159.923

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

2024.59.33

Чорнокульський І.С.

к.мед.н.,

асистент кафедри внутрішньої медицини

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Свиридов Д.В.

здобувач вищої освіти 2 курсу за спеціальністю 053. Психологія

Київський національний університет

імені Тараса Шевченка

Вступ. Сучасне суспільство відзначається численними стресогенними факторами, що впливають на особистість, визначаючи її фізичний і психічний стан. У таких умовах зберегти повноцінну функціональну здатність стає дедалі важче. Ураховуючи стан війни, що триває в Україні вже третій рік, доцільно відзначити, що постійна дія стресу може порушувати практично всі сфери життєдіяльності. Особливо це стосується чоловіків, як більшою мірою, ніж жінки, беруть участь у бойових діях і постійно зазнають стресогенних впливів. Коли чоловіки переживають стресові події, у них може зменшуватися сексуальний потяг, порушуватися сексуальна функція, знижуватися репродуктивність. Це є особливо актуальним, коли чоловікові потрібно бути зібраним, мобільним, сильним, забезпечувати репро-

дуктивну функцію, будувати сексуальні взаємини із жінкою.

Сексуальність як біологічне явище є властивістю різних за статевою ознакою організмів, здатних до злиття з метою продовження роду. Але для побудови міцних взаємин і сім'ї недостатньо лише сексуального потягу. Потрібні взаємоповага, підтримка, розуміння, бажання розвиватися тощо. Тобто сексуальність завжди йде поряд із психологічним розвитком людини. І чим позитивнішим є психологічний стан чоловіка, тим краще його сексуальне здоров'я.

Мета дослідження полягає у виявленні впливу психологічних факторів на зниження чоловічої статевої функції.

Теоретичний аналіз наукових підходів до поняття «сексуальність» дає підстави ствер-

дживати, що це комплексний багатофункціональний феномен, який включає природні біологічні процеси, фізіологічні потяги та психологічні стани. У сукупності вони гармонійно співіснують і забезпечують суб'єктивне благополуччя індивіда. Як біологічне явище сексуальність є властивістю різних за статеву ознакою організмів, здатних до злиття чоловічих і жіночих гамет як генетичного матеріалу з метою продовження роду [1]. Сексуальність як психологічна характеристика являє сукупність поведінкових активностей і якостей, пов'язаних із сексуальним збудженням і реалізацію сексуальної функції [5].

За визначенням А. Шиделко, «сексуальність – це площина людського життя, де, зважаючи на стать, гендерні особливості, сексуальну просвіту та статеве виховання, сексуальну орієнтацію, репродуктивну функцію та інше, особистість проявляє себе в розрізі поведінкового, емоційного та ціннісно-смиислового аспектів, які наповнені психологічними складовими: інстинктами, потягами, бажаннями, мріями, фантазіями, вподобаннями, уявленнями, емоціями, еротизмом, задоволенням, спрямованістю тощо» [7, с. 98].

Водночас сексуальність має два полюси: позитивний (сексуальне здоров'я) і негативний (сексуальні розлади й порушення). Сексуальне здоров'я може бути визначено не тільки як відсутність будь-яких хворобливих змін в організмі людини, які можуть призвести до зниження сексуальних функцій, а і як невід'ємний комплекс взаємодіючих компонентів сексуальності – біологічного (анатомо-фізіологічного) соціально-психологічного, що забезпечує сексуальну поведінку, складну систему взаємин, що призводить до оптимальної сексуальної адаптації до протилежного полу, сексуальної гармонії відповідно до норм соціальної та особистої моралі [8].

Останніми десятиліттями значного поширення набувають саме сексуальні розлади й порушення внаслідок дії соціально-психологічних факторів. Зокрема, розлад сексуальної функції чоловіків унаслідок дії психологічних факторів може проявлятися у вигляді зниження, відсутності статевого потягу або його підвищення (посилення). Також потяг знижується в разі перевтоми внаслідок постійного фізичного навантаження, порушення міжособистісних стосунків із партнером [3].

Психологічний аспект проявляється в афективній сфері (емоціях, почуттях, переживаннях, фантазіях тощо), тісний взаємопов'язаний із самовираженням і сприйняттям партнера. Цей аспект виявляє найбільший вплив на формування статевої ідентифікації людини в процесі психосексуального розвитку. Психосоціальні фактори головним чином визначають належність до певної статі. У взаємозв'язку з пси-

хологічним аспектом виступає аспект соціального, оскільки сексуальність, її сприйняття, а також сексуальна поведінка здійснюються залежно від чинних у суспільстві соціальних норм, цінностей і заборон. Тому не лише психологічний стан впливає на сексуальну функцію, а й соціально-рольові очікування [5].

Серед найбільш вагомих психоемоційних станів, що здатні впливати на сексуальне здоров'я чоловіків, доцільно виділити стрес, тривожність і депресію.

Стрес являє собою сукупність адаптаційно-захисних реакцій організму людини на дії, які ініціюють фізичну чи психічну травму [6]. У стані стресу людина особливо гостро реагує на наявні порушення. Сексуальне порушення може спостерігатися на будь-якій стадії стресу, але, чим раніше відбувається порушення, тим гіршими є наслідки, оскільки порушуються також усі подальші стадії.

Зв'язок депресивних станів з патологією в сексуальній сфері був предметом уваги багатьох дослідників. Р. Крафт-Ебінг писав, що хворий у депресивному стані перестає відчувати бажання, оскільки мета стає недосяжною [3]. З. Фрейд відзначав, що особливо потужним астенізуючим фактором у разі афективних порушень із сексуальними розладами стає переключення всього психічного реєстру індивіда на галузь крайніх тривог щодо зниження або втрати своєї чоловічої сили [10].

Аналізуючи зв'язок депресії та сексуальної дисфункції, необхідно відзначити, що на початку сексологічних досліджень більшого значення надавали самим сексуальним порушенням, а розлади настрою вважали їх наслідком. І лише в кінця XIX століття порушення в сексуальній сфері стали розглядати не як причину, а як наслідки психологічних хвороб [6]. Це відбулося на основі робіт, присвячених психосоматичним аспектам депресивних розладів, маскованим депресіям і соматичним еквівалентам депресій, у рамках яких сексуальні порушення описувалися як прояви порушених функцій автономної нервової системи.

Сучасні дослідження більш глибоко описують вплив психологічних чинників на сексуальну функцію чоловіків. Зокрема, Н. Калька й Л. Кузьо виділили певні параметри чоловічої сексуальності, які відрізняються від жіночої сексуальності [2]:

- 1) сила сексуального бажання – це мотивація до сексуального задоволення;
- 2) екстенсивність і селективність – спрямованість на більшу кількість сексуальних партнерів;
- 3) мотивація й легітимізація – слабша репродуктивна спрямованість і знижена емоційність порівняно із жінками;
- 4) інструментальність – для чоловіків секс не тільки задоволення, а й робота, яка

передбачає успіх, завершення й досягнення чогось;

5) пластичність і різноманітність – для чоловіків характерна більша варіабельність сексуальних сценаріїв;

6) життєвий шлях – існують відмінності в початку та завершенні сексуального життя в чоловіків і жінок. Чоловіки здебільшого раніше починають статеве життя й пізніше його закінчують;

7) насильство й агресія – чоловіча сексуальність більше характеризується агресивними тенденціями і насильством, ніж у жінок;

8) сексуальне здоров'я та суб'єктивне благополуччя: чоловіки є більш активними у сексуальному житті й отримують від нього більше задоволення, ніж жінки.

Виділені параметри є не лише характеристикою сексуальності чоловіків, а й показником ефективності їхньої сексуальної функції. Будь-які порушення цих параметрів призводять до зниження лібідо в чоловіків і проблем із сексуальним здоров'ям.

Сьогодні вагомим психологічним чинником зниження чоловічої статевої функції є стрес. Реакції мобілізації при стресі супроводжуються підвищенням рівня адреналіну, рівня цукру, активізацією симпатичного відділу нервової системи та збільшенням рівня надниркових гормонів тощо. При цьому, відповідно, знижується рівень статевих гормонів: чим більше надниркових гормонів, тим менше статевих і навпаки. І в момент стресу сексуальність гальмується як за цими гормональними, так і психологічними механізмами [11]. Тривалий стрес може вплинути на вироблення тестостерону, що призводить до зниження статевого потягу або лібідо й може викликати еректильну дисфункцію або імпотенцію.

Учені виділили низку факторів психологічного характеру, що знижують сексуальну функцію чоловіків. Так, А. Кушнір і Ю. Кушнір виявили, що висока тривожність зумовлює низьку сексуальну задоволеність [4]. Є. Кришталь, О. Луценко та В. Марченко з'ясували, що майже в усіх чоловіків із депресивними розладами спостерігалася патологія сексуальної функції [3]. А. Молотокас та А. Проскурня також зазначають, що «депресія може впливати на різні аспекти сексуального життя, включаючи бажання, відчуття задоволення від сексу та інтимні відносини партнерів» [5, с. 181].

У роботі С. Альтофа показано, що чоловічі сексуальні дисфункції, включаючи еректильну дисфункцію, гіпоактивний розлад статевого потягу, передчасну еякуляцію та затримку еякуляції, є складною сумішшю взаємопов'язаних біологічних, психологічних і контекстуальних змінних. Автор наводить алгоритм лікування легких і помірних психосоціальних

проблем, які впливають на чоловічу статеву функцію [8].

Ю. Лу зі співавторами встановив, що чоловіки, у яких спостерігається зниження сексуальності, мають низькі показники психоемоційних станів і задоволеності життям. Автори довели, що під впливом негативних емоцій, низької якості й задоволеності життям відбувається зниження статевої функції в чоловіків (віком <60 років). Ґрунтуючись на результатах дослідження, ми виявили, що зниження сексуальності пов'язано з депресією, тривогою та погіршенням задоволеності та якості життя [11].

Схожі результати отримано в дослідженні В. Чачо. Дослідниця з'ясувала, що тривога, депресія та конфлікти у стосунках можуть спричинити сексуальну дисфункцію чоловіків і впливати на неї [9].

Таким чином, на основі теоретичного аналізу наукових досліджень можна стверджувати, що психологічні фактори відіграють важливу роль у зниженні чоловічої статевої функції. На цій підставі проведено дослідження, у якому взяли участь 50 чоловіків у віці від 21 до 45 років. Дослідження проведено на платформі Google forms. Для діагностики використано шкалу психологічного стресу PSM-25, анкету для оцінювання сексуального здоров'я чоловіка, шкалу діагностики сексуальної чоловічої форми, шкалу депресії Бека (BDI) й особистісну шкалу проявів тривоги Тейлора (TMAS). Статистичний аналіз передбачав використання описових статистик, кореляційного та регресійного аналізу.

Отримані результати показали, що серед досліджуваних чоловіків більшість мають функціональну норму (рис. 1).

72% досліджуваних чоловіків виявили норму сексуального здоров'я. Тобто фізіологічно в них немає порушень у сексуальній сфері, проте 28% мають ознаки сексуальної дисфункції. Це говорить про те, що в чоловіків можуть спостерігатися такі порушення, як проблеми з ерекцією, статевая слабкість або імпотенція. Ослаблена ерекція, або еректильна дисфункція, може з'явитися внаслідок дії стресових ситуацій. До проблем сексуального здоров'я також варто зарахувати зниження лібідо. У цьому випадку сексуальна дисфункція відсутня, але спостерігається відсутність статевого потягу. Це спричиняють стреси, психоемоційні навантаження й навіть неправильний спосіб життя, шкідливі звички.

Виявлення показників сексуальної функції показало, що досліджувані чоловіки в більшості мають нормативні значення (рис. 2).

За даними рисунку бачимо, що в 34% чоловіків переважає показник нижче норми, у 38% – норма та у 28% – вище норми. Такі дані свідчать, що більша частина чоловіків мають



Рис. 1. Показники сексуального здоров'я чоловіків



Рис. 2. Показники сексуальної функції чоловіків

повноцінне сексуальне функціонування без порушень, проте також є ті, хто мають певні порушення в сексуальній сфері, зокрема в процесі статевого акту.

Дослідження психологічного стану чоловіків виявило, що є особи з вираженими ознаками негативних емоційних станів (таблиця 1).

Таблиця 1

Показники психоемоційних станів чоловіків (N=57)

Рівень	стрес	депресія	тривожність
Низький	16%	22%	18%
Середній	60%	48%	54%
Високий	24%	30%	28%

За даними таблиці, 16% чоловіків мають низький рівень стресу, 60% – середній, 24% – високий. Емоційні прояви стресу передусім проявляються в загальному емоційному тлі, який набуває негативного характеру. За умови тривалої дії стресу зростає рівень тривожності, невіра у власні сили та зниження самооцінки, у разі затяжного впливу стресу може призвести до депресії, сексуальних порушень. За умови такого емоційного фону частішають прояви неадекватних емоційних реакцій (гнів, агресія, дратівливість).

У 22% чоловіків виражена низька депресія, у 48% – середній рівень, у 30% – високий.

18% чоловіків мають низький рівень тривожності, 54% – мають середній, 28% – високий. Тривожність може виникати стосовно різних сфер, але в будь-якому випадку вона деструктивно позначається на статевому потязі, викликаючи зниження чоловічого лібідо. Тривога може блокувати сексуальність, і в більшості випадків вона не усвідомлюється. Помітити її буває непросто, тому що переживання тривоги некомфортне для людини, вона несвідомо починає робити якісь дії, щоб її зняти. У разі тривоги відбувається активація лобових часток, яка може пригнічувати лібідо.

Кореляційний аналіз показав наявність зв'язку між сексуальним здоров'ям чоловіків,

сексуальною функцією та психологічними станами (таблиця 2).

Таблиця 2

Кореляційний зв'язок між сексуальним здоров'ям чоловіків, сексуальною функцією та психологічними станами

Показники психологічних станів	Сексуальне здоров'я		Сексуальна функція	
	r	p	r	p
Стрес	-0,761	0,001	-0,795	0,000
Депресія	-0,664	0,000	-0,481	0,000
Тривожність	-0,643	0,002	-0,831	0,001

У ході кореляційного аналізу виявлено, що існує зворотній сильний зв'язок між сексуальним здоров'ям чоловіків і стресом ($r=-0,761$, $p\leq 0,01$), депресією ($r=-0,664$, $p\leq 0,01$), тривожністю ($r=-0,643$, $p\leq 0,01$). Такі зв'язки свідчать про те, що високі показники стресу, депресії і тривожності знижують сексуальне здоров'я чоловіків. За наявності таких емоційних станів знижуються фізичні показники сексуального здоров'я: сексуальний потяг, сексуальне збудження тощо.

Також встановлено, що існує зворотній зв'язок між сексуальною функцією і стресом ($r=-0,795$, $p\leq 0,01$), депресією ($r=-0,481$, $p\leq 0,01$), тривожністю ($r=-0,831$, $p\leq 0,01$). Це знову ж таки доводить, що такі негативні стани знижують сексуальну функцію чоловіків.

З метою визначення впливу негативних психологічних станів на зниження чоловічої статевої функції проведено лінійний регресійний аналіз (таблиця 3).

Отже, отримані результати показують, що сексуальне здоров'я чоловіків на 72% ($R^2=0,716$) пояснюється визначеними психологічними факторами, причому найбільшу вагу має стрес ($\beta=-0,72$), чим він вищий, тим нижче сексуальне здоров'я. Сексуальна функція чоловіків на 66% ($R^2=0,658$) пояснюється психологічними станами, найбільший вплив має також стрес ($\beta=-0,83$).

Регресійний аналіз впливу медіа на ставлення до тіла й ризик розладів харчової поведінки молоді

Психологічні стани	β	SD	t	p-value	R	R ²
Сексуальне здоров'я						
Стрес	-0,72	0,032	-6,86	0,000	0,846	0,716
Депресія	-0,63	0,011	-4,7	0,000		
Тривожність	-0,57	0,24	-3,4	0,000		
Сексуальна функція						
Стрес	-0,83	0,021	-7,7	0,000	0,811	0,658
Депресія	-0,64	0,017	-2,9	0,000		
Тривожність	-0,78	0,014	-3,5	0,000		

Це говорить про те, що психологічний стан чоловіків є частково стресовим, що негативно позначається на їхній статевій функціональності. Зважаючи на стан війни в Україні, можна стверджувати, що стрес є постійним явищем, тому постає необхідність розроблення дієвих методів боротьби зі стресом, що сприятиме покращенню чоловічої статевої функції.

Висновки. Основна функція органів чоловічої статевої системи – репродуктивна, тобто основною функцією чоловіка є розмноження шляхом статевого акту. При цьому успішність цього процесу залежить не лише від фізіологічних даних, а й від психологічних чинників. Установлено, що такі стани, як стрес, депресія і тривожність, можуть негативно впливати на чоловічу статеву функцію. Стрес і тривожність можуть призвести до виснаження, розпачу, протесту, розчарування, незадоволеності, драгтивності, антигуманістичних настанов. Такі характеристики негативно впливають на сексуальну функцію чоловіків, знижують їхній статевий потяг, порушують нормальне сексуальне функціонування.

Ми довели, що сексуальне здоров'я та сексуальна функція передусім обумовлюються стресом. Стрес призводить до зниження статевого потягу, еректильної дисфункції, порушення статевих відносин загалом. При цьому тривога й депресія є також значимими факторами зниження статевої функції, вони порушують психологічний баланс, що знижує сексуальний інтерес.

Отримані результати є корисними щодо розуміння природи функціональних порушень статевого здоров'я чоловіків і розроблення дієвих методів подолання цих порушень.

Перспективами дослідження є вивчення особливостей статевої функції чоловіків різного віку та шлюбного статусу (одружені/неодружені).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гупаловська В.А., Володимирець О.І. Психологічні особливості сексуальності чоловіків. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 18. С. 247–259.
2. Калька Н.М., Кузьо Л.І. Психологічні детермінанти чоловічої сексуальності в сучасному світі (результати факторного аналізу емпіричного дослідження). *Габітус*. 2021. Вип. 32. С. 84–90.
3. Кришталь Є.В., Луценко О.Г., Марченко В.Г. Сексуальні розлади та особливості поведінки у хворих на депресію. *Медична психологія*. 2014. Т. 9. № 1. С. 9–13.
4. Кушнір А.Т., Кушнір Ю.В. Тривожність як детермінанта низького рівня сексуальної задоволеності. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2020. № 12. С. 142–148.
5. Молотокас А.А., Проскурня А.С. Сексуальна дисфункція в осіб із депресивними розладами. *Габітус*. 2023. № 5. С. 178–184.
6. Психологічний стрес: розвиток і подолання : комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки аспірантів за спеціальністю 053 «Психологія» / укл. : Г.В. Ложкін, І.О. Блохіна. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2016. 32 с.
7. Шиделко А.В. Особливості чоловічої сексуальності: психологічний аспект. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 1. С. 97–100.
8. Althof S.E., Needle R.B. Psychological factors associated with male sexual dysfunction: screening and treatment for the urologist. *Urol Clin North Am*. 2011. Vol. 38 (2). P. 141–146.
9. Ciaccio V., Di Giacomo D. Psychological Factors Related to Impotence as a Sexual Dysfunction in Young Men: A Literature Scan for Noteworthy Research Frameworks. *Clin Pract*. 2022. Vol. 12 (4). P. 501–512.
10. Freud S. Some neurotic mechanisms in Jealousy, Paranoia and Homosexuality. *Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. 1920–1922. Vol. 18. P. 221–232.
11. The decline in sexual function, psychological disorders (anxiety and depression) and life satisfaction in older men: A cross-sectional study in a hospital-based population / Y. Lu et al. *Andrologia*. 2020 Vol. 52 (5). P. 327–243.

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЬОТЧИКІВ ШТУРМОВОЇ АВІАЦІЇ ДО ВЕДЕННЯ МАНЕВРЕНИХ ПОЛЬОТІВ З ВЕЛИКИМИ ПЕРЕВАНТАЖЕННЯМИ

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ATTACK AIRCRAFT PILOTS FOR MANOEUVRE FLIGHTS WITH HIGH OVERLOADS

У статті проведено аналіз дії стресогенних факторів гравітаційного перевантаження на психологічний та психофізіологічний стан льотчиків штурмової авіації. Проаналізовано джерела та публікації, а також розглянуто особливості спеціальної психологічної підготовки льотчиків штурмової авіації до ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями. Проведений теоретичний аналіз підходів досліджень у поєднанні з опрацюванням комплексу методів спеціальної та цільової психологічної підготовки дозволяє сформувати цілісне уявлення про модель підготовки льотчиків штурмової авіації до ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями. Особливістю психологічної підготовки льотного складу є відновлення функціонування їх організму після перебування у екстремальних ситуаціях, що передбачає постстресову, постдепресивну та посттравматичну підготовку. Вирішальну роль в успішності адаптування льотчиків до екстремальних умов відіграють процеси тренування з функціональними, психічними та моральними навантаженнями. При цьому весь комплекс підготовки льотчика до виконання бойових завдань в умовах ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями, окрім заходів загальної психологічної, медичної, фізичної, теоретичної і практичної підготовки, обов'язково повинен включати спеціальну психологічну підготовку та елементи психофізіологічного тренінгу (супроводу діяльності) льотного складу. Особливу увагу в ході проведення психофізіологічного тренінгу льотного складу необхідно приділяти навчанню спеціальним м'язовим і дихальним протиперевантажувальним прийомам. Проведене дослідження надасть додаткові можливості для формування, підтримання та відновлення в льотного складу психологічної готовності, емоційно-вольової стійкості

до негативних психологічних чинників, зниження психогенних втрат та збереження психічного здоров'я.

Ключові слова: перевантаження, льотний склад, психофізіологічний стан, психологічний стан, спеціальна психологічна підготовка.

The article analyses the effect of stress factors of gravity overload on the psychological and psychophysiological state of attack aircraft pilots. The sources and publications are analysed, and the peculiarities of special psychological training of attack aircraft pilots for manoeuvre flights with high overloads are considered. The theoretical analysis of research approaches in combination with the development of a set of methods of special and targeted psychological training allows us to form a holistic view of the model of training of attack aircraft pilots for manoeuvre flights with high overloads. The peculiarity of psychological training of flight personnel Training processes under functional, mental and moral stress play a crucial role in the successful adaptation of pilots to extreme conditions. In addition to general psychological, medical, physical, theoretical and practical training, the whole complex of pilot training for combat missions in conditions of manoeuvre flights with high overloads must include special psychological training and elements of psychophysiological training (activity support) of flight personnel. Particular attention in the course of psychophysiological training of flight personnel should be paid to training in special muscle and respiratory anti-overload techniques. The study will provide additional opportunities for the formation, maintenance and restoration of psychological readiness, emotional and volitional resistance to negative psychological factors, reduction of psychogenic losses and preservation of mental health in flight personnel.

Key words: overload, flight personnel, psychophysiological state, psychological state, special psychological training.

УДК 159.9:358.43(477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.34>

Короп С.В.

слухач кафедри внутрішніх комунікацій
Національний університет оборони
України

Рудич К.В.

слухачка кафедри внутрішніх
комунікацій
Національний університет оборони
України

Діяльність льотчика штурмової авіації під час виконання бойових завдань в ході російсько-української війни зумовлена низкою факторів, серед яких особливе місце посідають маневрені польоти на низьких висотах з великими перевантаженнями. Гравітаційні перевантаження в процесі польоту є значним психологічним та психофізіологічним фактором, який негативно впливає на функціонування таких психічних функцій льотчика, як рухова

координація, процеси сприйняття, увага, уява, пам'ять, мислення тощо. Дослідження показують, що під впливом перевантаження у льотного складу реактивної авіації змінюється адекватність оцінювання ситуації, гальмується швидкість реакції, збільшується ймовірність помилок та знижується загальна надійність системи «людина – машина – середовище» [2].

Проведений психологічний аналіз професійної діяльності льотного складу у досліджен-

нях сучасних українських науковців (М. Корольчук, В. Стасюк, О. Ковальчук, В. Ягупов та ін.) щодо вивчення питання зниження впливу стресових факторів на військово-професійну діяльність льотного складу надає можливість стверджувати, що це комплексний процес, який включає психологічну, медичну, тренажерну, фізичну, теоретичну і практичну підготовку. Свої наукові пошуки зарубіжні та українські науковці здебільшого зосереджують на питаннях реалізації повного комплексу заходів підтримання психічного здоров'я льотчиків, підвищення надійності системи «людина – машина – середовище», психофізіологічного та медичного супроводу льотних заходів, спеціальної та цільової психологічної підготовки напередодні польотів, а також на психоемоційних особливостях переживання стресу та методах вольового самоконтролю в екстремальних ситуаціях польоту.

Завдання, які ставляться перед льотчиком штурмової авіації, мають відмінності від завдань інших родів авіації, таких як винищувальна, бомбардувальна, розвідувальна та транспортна авіація. При польотах на бойове застосування по наземним цілям на малих та гранично малих висотах діяльність льотчика характеризується енергійним маневруванням, високою інформаційною завантаженістю, високим темпом виконавчих дій і різних задач (пілотування, просторове орієнтування, пошук, виявлення цілі і її атака, відхід від цілі), підвищеною відповідальністю за точність ураження цілі і необхідність дотримання заходів безпеки. Польотам на гранично малих висотах притаманні мінімальний резерв часу на прийняття рішення і виконання необхідних дій при ускладненні обстановки [1].

Перевантаження на літаках-штурмовиках Су-25 характеризуються величиною до 6,5 одиниць (для винищувальної авіації показник може перевищувати 9 од.), але, що особливо важливо, вони відрізняються великою тривалістю (десятки секунд) і швидкістю наростання (до 4–6 од/с), їх вплив на психічні процеси льотчика є вельми значущим.

Під час маневрів, швидких змін траєкторії та кута атаки льотчику доводиться долати великі фізичні навантаження, які можуть викликати серйозний стрес та впливати на його психічний стан [2].

Психофізіологічні небезпечні фактори польоту зумовлені такими особливостями: функціонуванням психіки (домінантний, дрімотний стан, передчасна психічна мобілізація, низька психічна та психологічна готовність до діяльності, помилкове реагування, зневажання безпеки польотів); роботою аналізаторних систем (порушення працездатності провідних аналізаторів організму); функціонуванням організму в цілому (порушення працездатності

і функціонування резервів, монотонія, виникнення стресу); професійною діяльністю (заколювання, негативне перенесення навичок, порушення взаємодії) [5].

Експериментально встановлено, що за дії прискорення зростає величина заданого м'язового зусилля та помітно змінюються амплітуда і ритм рухів рукою. Рухи для керування літаком змінюються як під час дії прискорення, так і протягом найближчої хвилини після нього. Уповільнюється і погіршується процес мислення, помітно зростає відсоток помилкових рішень, знижується якість читання показників приладів, збільшується час мовленнєвої реакції. Льотчики свідчать про психічні порушення не лише під час дії прискорення, а й протягом певного періоду після його припинення. Феномен наслідку, або залишкової дії, перевантаження проявляється в тому, що в перші декілька секунд після нього реакція льотчика уповільнена, координація погіршена, виникають труднощі у встановленні режиму горизонтального польоту, дії можуть виконуватися з помилками. При тривалому впливі великого перевантаження, особливо при швидкому його наростанні, можуть виникати серйозні порушення функціонального стану льотчика аж до втрати свідомості, у деяких випадках навіть без попередніх зорових порушень (сірої і чорної завіси) [5].

Швидкоплинність польоту на малих і гранично малих висотах, обмеження можливостей ефективного використання візуальної інформації у польоті з великою швидкістю, жорсткий ліміт часу для ухвалення рішення на маневр, збільшення небезпеки зіткнення з перешкодами – усе це призводить до значного психічного напруження. Особливі випадки в польоті можуть викликати негативні психічні реакції та стани, які супроводжуються звуженням обсягу уваги, погіршенням пам'яті, мислення, скутістю або нерозмірністю рухів, помилковими діями у льотчиків тощо [2]. Професійна надійність діяльності льотчика виявляється у здатності льотчика виконувати службово-бойову діяльність з необхідною якістю протягом певного часу не тільки в заданих умовах, а й у разі ускладнення обстановки. Професійна надійність льотчика передбачає забезпечення психологічної установки, необхідної для виконання конкретного польотного завдання. Для цього льотчиківі необхідні професійне здоров'я, достатній психічний та психофізіологічний потенціал, високий рівень професіоналізму. Професійне здоров'я відображає здатність організму зберігати необхідні захисні механізми, що забезпечують професійну надійність і працездатність в усіх умовах професійної діяльності. На рівень професійного здоров'я впливають умови, організація і зміст професійної діяльності, соціаль-

но-побутові умови, ефективність заходів, які проводяться для збереження і зміцнення здоров'я льотного складу. На психофізіологічні можливості льотчика несприятливо впливають різноманітні небезпечні фактори польоту [5]. Так, перевантаження викликає обмеження руху органів управління, збільшує час реакції, звужує поле зору і погіршує гостроту зору. Шум послаблює увагу, знижує точність і швидкість реакцій, ускладнює радіообмін. Чинники польоту прискорюють розвиток стомлення, знижують психофізіологічні резерви, а отже, спричиняють появу помилкових дій. Знання льотним складом цих факторів дозволяє підвищити психологічну готовність та забезпечити високу надійність професійної діяльності.

З цією метою в Повітряних силах Збройних сил України згідно з вимогами наказу ГК ЗС України від 23.10.2020 року № 173 «Про затвердження Інструкції з організації психологічної підготовки у ЗС України», Стандартів індивідуальної психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України та інших керівних документів проводиться психологічна підготовка льотного складу як складова частина військово-педагогічного процесу, що має закінцевий результат формування психологічної готовності військовослужбовця і емоційно-вольової стійкості до виконання бойових завдань.

Функціональна надійність та завадостійкість психіки льотного складу в ході занять підвищуються шляхом набуття таких навичок: формування високої чутливості аналізаторів, точної і швидкої реакції на зміни в обстановці (в тому числі й при прийнятті рішення на катапультування), координації рухів і дій у нестандартних ситуаціях; розвиток здібностей правильного оцінювання відстані і часу, розміру об'єктів ураження, швидкості руху; розвиток здібностей зберігати в ході бою необхідний обсяг уваги, високу стресостійкість і концентрацію уваги. Особливістю психологічної підготовки льотчиків є відновлення функціонування їх організму після перебування в екстремальних ситуаціях, що передбачає постстресову, постдепресивну та посттравматичну підготовку. Вирішальну роль в успішності адаптування льотчиків до екстремальних умов відіграють процеси тренування при функціональних, психічних і моральних навантаженнях [3]. Досвідом організації психологічної підготовки льотного складу країн НАТО (Німеччини) є, зокрема, комплекс теоретичних і практичних питань забезпечення психологічної підготовки, якими займається відділ Р-II-4 МО ФРН на підставі «Рамкової концепції подолання психічних навантажень, що виникають у військовослужбовців під час підготовки, участі і після бойових дій та особливих закордонних місій», а для фахівців льотного складу ці питання розглядаються в «Концепції психофізичного подолання стресу в межах гострих

і хронічних стресових реакцій, що виникають у льотного складу Бундесверу» [4].

Відповідно до керівних документів психологічна підготовка льотного складу Повітряних сил Збройних сил України є важливим фактором у забезпеченні виконання польотного завдання та являє собою інтегральну властивість і складне психологічне утворення особистості військового льотчика, що проявляється як психічний стан його готовності до льотної діяльності та забезпечує оптимальне функціонування психіки й надійність знань, навичок і вмій керування технічними системами бойового літака у різноманітних умовах польоту. У структурі психологічної готовності військових льотчиків виділяються мотиваційний, когнітивний, операційний, емоційно-вольовий компоненти та професійно-важливі якості особистості військового льотчика. Але при цьому весь комплекс підготовки льотчика до виконання бойових завдань в умовах ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями, окрім заходів загальної психологічної, медичної, фізичної, теоретичної і практичної підготовки, обов'язково повинен включати спеціальну психологічну підготовку з елементами психофізіологічних вправ.

У ході аналізу досліджень в даному напрямі автори пропонують таку методіку проведення спеціальної психологічної підготовки з метою формування адаптивності льотчиків штурмової авіації до виконання бойових завдань в умовах ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями, яка включає до себе вищевказані спеціальну психологічну підготовку льотного складу та елементи психофізіологічного тренінгу (супроводу діяльності) льотного складу та має такі складники.

1. Спеціальна психологічна підготовка льотного складу:

а) психоедукація (навчання психології льотної діяльності, дій в нештатних ситуаціях, фізіології та психології впливу перевантажень на організм та психіку льотчика, психологічних методів саморегуляції та самоконтролю);

б) засвоєння методик психо-тілесної релаксації та зняття м'язових напружень (АТ Шульца, МПМР Якобсона, ДКВ Бахтіярова, EMDR, точковий масаж, кінезіологія тощо);

с) когнітивно-поведінкова терапія (індивідуальні консультації з психологом та групові тренінги щодо формування стійкості до дії стресогенних факторів перевантаження, створення позитивних установок та конструктивних копінг-стратегій на виконання військово-професійної льотної діяльності, підвищення мотивації на успіх та підтримання базових аксіологічних моделей);

д) лекції, семінари, бесіди, кіноперегляди (зустрічі з льотчиками, які мають досвід роботи в екстремальних умовах, перегляд фільмів

про важливість психологічної підготовки, про порядок дій в нештатних ситуаціях тощо).

При цьому дуже важливо дотримуватись таких правил:

- індивідуальний підхід (кожен льотчик має свої особливості, тому важливо підбирати методи підготовки з урахуванням його особистих якостей);

- постійність (психологічна підготовка повинна бути постійною, а не разовою акцією);

- контроль ефективності (обов'язково регулярно оцінювати ефективність психологічної підготовки та вносити необхідні корективи).

2. Елементи психофізіологічного тренінгу (супроводу діяльності) льотного складу:

а) тренування на тренажерах (тренування на центрифусі, імітація різних типів перевантажень, вправи на витривалість, координацію, гнучкість, розвиток вестибулярного апарату, навчання в екстремальних умовах, відпрацювання дій в нештатних ситуаціях, тренування на прийняття рішень в умовах невизначеності і дефіциту часу);

б) гіпоксичні вправи (тренування в барокамері, використання апаратів гіпоксичної стимуляції, ВЛГД Бутейко, абдомінальне дихання, заняття в басейні тощо);

в) регулярне проведення психофізіологічної діагностики (донозологічний контроль стану здоров'я, механічна, оптична, фізико-хімічна діагностика рівня стресу тощо);

г) профілактичні заходи збереження адаптаційних ресурсів (дотримання режиму дня, харчування, сну, прийом вітамінів, БАДів, утримання від стресів повсякденного життя тощо);

д) реабілітаційні заходи відновлення адаптаційних ресурсів (термопроцедури, реабілітаційний масаж, культурно-просвітницькі заходи, спілкування з сім'єю, друзями тощо);

е) ідеомоторні тренування в кабіні літака (мисленнєве проживання прогностичних елементів польоту, задіяння кінестетичних та пропріорецепторних відчуттів);

ж) відпрацювання спеціальних протиперевантажувальних вправ у ході навчальних польотів з поступовим збільшенням перевантажень.

Особливу увагу в ході проведення психофізіологічного тренінгу (супроводу діяльності) льотного складу необхідно приділити навчання спеціальним м'язовим і дихальним прийомам.

Захисні м'язові і дихальні протиперевантажувальні прийоми – це ефективний засіб захисту від перевантажень. Вони підвищують стійкість до перевантажень в середньому на 3,6 одиниць. Однак такі прийоми – це складно координовані рухові акти, що виконуються на тлі активних робочих операцій пілотування і потребують спеціальної підготовки льотчика.

Розповсюдженим захисним протиперевантажувальним прийомом є напруження м'язів ніг, черевного преса і в певній мірі рук і плечового пояса. При цьому, оскільки в польоті перевантаження постійно змінюються за величиною, необхідне відповідне змінення рівня м'язового напруження. Захисний ефект напруження м'язів залежить від того, наскільки точно льотчик відслідковує своїм м'язовим напруженням зміну перевантаження. Щоб успішно впоратися з великими і тривалими перевантаженнями, потрібно не лише створювати тонічне напруження м'язів черевного преса і нижніх кінцівок, але і рівномірно збільшувати тиск ніг на педалі з плином часу перевантаження, утримуючи цей тиск під час виконання маневру на рівні, що забезпечує працездатність зорового апарата.

Велике значення для подолання перевантажень має вміння льотчика правильно дихати і при цьому виконувати захисні протиперевантажувальні дихальні прийоми. На літаках третього покоління льотчики, як правило, переносили перевантаження на затримці дихання, оскільки вони були короткочасними (до 3–4 сек). Під час впливу великих і тривалих перевантажень льотчик обов'язково повинен дихати, адже затримка дихання понад 5 секунд у поєднанні з помітним підвищенням споживання кисню може призвести до серйозного погіршення стану організму внаслідок кисневого голодування головного мозку. При цьому необхідно переходити на грудний тип дихання – вдих і видих виконуються грудьми за збереження напруження м'язів черевного преса.

Методика виконання дихальних захисних протиперевантажувальних прийомів полягає в тому, що після дуже швидкого (менше 1 секунди) вдиху слід зробити посилений видих через стиснену голосову щілину (для створення опору видиху), що триває до 2 секунд. Дихальні прийоми слід виконувати на тлі максимального м'язового напруження і застосовувати при перевантаженнях більше 6 одиниць, коли інші засоби недостатні. Захисні м'язові протиперевантажувальні прийоми повинні виконуватися швидко, енергійно, випереджаючи на 1–2 секунди вплив перевантаження з урахуванням його очікуваної величини і темпу наростання. Завчасне виконання прийому при однаковому захисному ефекті дозволяє знизити рівень м'язового напруження приблизно в 1,5 раза. При впливі високих рівнів перевантажень «догнати» м'язовим напруженням дію стресового фактору дуже складно, а великий темп її наростання робить це практично неможливим. Добре підготовлені льотчики-випробовувачі, ефективно застосовуючи захисні протиперевантажувальні прийоми, успішно переносять перевантаження величиною до

9 одиниць тривалістю 30–40 секунд зі швидкістю наростання 5,0–5,5 од/с при використанні протиперевантажувального костюму.

Послідовність засвоєння навчальних польотів щодо дій у маневреному повітряному бою з великими тривалими і швидко наростаючими перевантаженнями складається з початкового етапу складного пілотажу з перевантаженнями до 3 одиниць тривалістю до 10 секунд. Основне їх призначення – виробити у льотного складу міцні навички пілотування літака в цих умовах, а також навчитися застосовувати захисні м'язові і дихальні протиперевантажувальні прийоми, контролювати свій психофізіологічний стан.

Проведений у статті теоретичний аналіз підходів у дослідженні впливу стресогенних факторів гравітаційного перевантаження на психологічний та психофізіологічний стан льотчиків штурмової авіації у поєднанні з опрацюванням комплексу досліджених методів спеціальної та цільової психологічної підготовки дозволяє сформулювати цілісне уявлення про наукове обґрунтування і розуміння особливостей психологічної підготовки льотчиків штурмової авіації щодо ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями. При цьому весь комплекс підготовки льотчика до виконання бойових завдань в умовах ведення маневрених польотів з великими перевантаженнями, окрім заходів загальної психологічної, медичної, фізичної, теоретичної та практичної підготовки, обов'язково повинен включати спеціальну психологічну підготовку та елементи психофізіологічного тренінгу (супроводу діяльності) льотного складу. Особливу увагу в ході

проведення психофізіологічного тренінгу льотного складу необхідно приділяти навчанню спеціальним м'язовим і дихальним протиперевантажувальним прийомам. Розширення інструментарію діагностичних та психокорекційних спроможностей фахівців у галузі авіаційної військової психології за рахунок засвоєння теорії та практики спеціальної психологічної підготовки з елементами психофізіологічного тренінгу надасть додаткові можливості для формування, підтримання і відновлення в льотного складу психологічної готовності, емоційно-вольової стійкості до негативних психологічних чинників, зниження психогенних втрат та збереження психічного здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ковальчук О.П. Психологічні особливості професійної мотивації офіцерів Повітряних сил Збройних сил України : дис. ... канд. психол. наук : 26.10.13. Київ, 2013, 135 с.
2. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності : підручник для студентів вищих навчальних закладів. 2-е вид., випр. та доп. Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2004. 400 с.
3. Організація психологічної підготовки у Збройних силах України : навчально-методичний посібник / за редакцією генерал-майора В. Клочкова. Київ : НДЦ ГП ЗС України, 2023. 325 с.
4. Психологічне забезпечення Збройних сил України : навчально-методичний посібник / за заг. ред. генерал-майора В. Клочкова. Київ : НДЦ ГП ЗС України, 2023. 213 с.
5. Стасюк В.В. Військова психологія видородової діяльності : підручник для слухачів та студентів вищих навчальних закладів. Київ : ПП «Золоті Ворота», 2012. 458 с.

ПРАКТИЧНІ НАПРЯМИ ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ У ВІЙСЬКОВИХ КЕРІВНИКІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

PRACTICAL DIRECTIONS OF FORMATION AND DEVELOPMENT OF LEADERSHIP POTENTIAL OF MILITARY LEADERS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE UNDER MARTIAL LAW

У статті проаналізовані практичні напрями формування та розвитку лідерського потенціалу військових керівників Збройних сил України в умовах воєнного стану, які визначають провідну функціональну роль лідерства у військових керівників (командирів), найбільше впливаючи на загальну ефективність її функціонування через утвердження нових моделей поведінки, процедур, принципів і цінностей. Лідерський потенціал розкриває та відображає сутність та зміст здатності військових керівників (командирів) до самостійного й адекватного узгодження зовнішніх і внутрішніх умов діяльності для досягнення оптимального способу вирішення професійних завдань в реаліях сьогодення. Здійснюється характеристика лідерського потенціалу військовослужбовців, у тому числі військових керівників, які виконують завдання за призначенням у Збройних силах України в умовах воєнного стану. У статті встановлено, що лідерський потенціал є соціально-психологічною властивістю особистості. В основі лідерського потенціалу лежать принципи вільного спілкування, взаєморозуміння й добровільного підпорядкування у професійній життєдіяльності військовослужбовців. Окремо підкреслюється, що процес формування та розвитку лідерського потенціалу забезпечує послідовний рух лідера та його команди до досягнення мети та реалізації поставлених завдань. Висвітлено та теоретично обґрунтовано основні віхи розвитку лідерського потенціалу у військових керівників Збройних сил України в умовах воєнного стану. Підкреслено, що важливо практично формувати та розвивати лідерський потенціал за допомогою різноманітних способів та методів. Встановлено що переосмислення завдань військових керівників в умовах воєнного стану висуває на передній план завдання підвищення лідерського потенціалу через комунікацію, формування здатності до конструктивного діалогу з усіма верствами населення. Військові керівники мають зробити все можливе для підвищення своєї комунікативної майстерності.

Ключові слова: лідер, лідерський потенціал, військовий керівник, військово-професійна

діяльність, військовослужбовець, воєнний стан.

The article analyzes the practical directions of formation and development of the leadership potential of the military leaders of the Armed Forces of Ukraine in the conditions of martial law, which determine the leading functional role of leadership of military leaders (commanders), having the greatest impact on the overall effectiveness of its functioning through the adoption of new models of behavior, procedures, principles and values. Leadership potential reveals and reflects the essence and meaning of the ability of military leaders (commanders) to independently and adequately coordinate external and internal conditions of activity in order to achieve the optimal way of solving professional tasks in today's realities. Characterization of the leadership potential of military personnel, including military leaders, who perform assigned tasks in the Armed Forces of Ukraine under martial law conditions, is carried out. The article establishes that leadership potential is a socio-psychological property of an individual, the principles of free communication, mutual understanding and voluntary submission in the professional life of military personnel are the basis of leadership potential. It is emphasized separately that the process of formation and development of leadership potential ensures the consistent movement of the leader and his team towards the achievement of the goal and the implementation of the set tasks. The main milestones in the development of leadership potential of the military leaders of the Armed Forces of Ukraine under martial law are highlighted and theoretically substantiated, it is emphasized that it is important to practically form and develop leadership potential using various methods and methods. It has been established that rethinking the tasks of military leaders in the conditions of martial law brings to the fore the task of increasing leadership potential through communication, forming the ability to have a constructive dialogue with all strata of the population. Military leaders should do everything possible to improve their communication skills.

Key words: leader, leadership potential, military leader, military professional activity, serviceman, martial law.

УДК 355:159.9 (477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.35>

Полтева Н.В.
підполковник,
слухач кафедри внутрішніх комунікацій
Національний університет оборони
України

Постановка проблеми. Нові умови військово-професійної діяльності висувають підвищені вимоги до військовослужбовців, істотно також змінюється роль військового керівника. Вимоги до військовослужбовців, зокрема військових керівників, є високими незалежно від кількості підлеглих та умов військової служби. У сьогоднішніх умовах воєнного стану виняткове значення має професійна компетентність під час виконання завдань за призначенням,

розуміння суті поставлених бойових завдань. Зустрічаються військовослужбовці, чия компетентність цілком задовольняє вимоги ситуації, вони є хорошими професіоналами, але не мають здібностей до керівної діяльності в умовах воєнного стану. Крім того, на практиці при зміні завдань за призначенням, які стоять перед військовими, а отже, при зміні ситуації, дуже частої зміни лідерів не відбувається. У реаліях сьогодення, коли ЗС Укра-

їни беруть активну участь у відбитті збройної агресії російської федерації, а військовослужбовці боронять власну державу, її суверенітет і територіальну цілісність, лідерський потенціал керівників, зокрема і військовослужбовців ЗС України, вимагає свого переосмислення та наповнення його новим змістом та потребує розвитку.

Аналіз наукових публікацій. Проблему лідерства досліджували вітчизняні та зарубіжні дослідники, зокрема В. Алещенко, В. Міляєва, Дж. Морган, О. Бойко, М. Пірен, С. Нестуля, Е. Робертс, Д. Віллінк, Дж. Уоррен та ін. [1; 2; 10].

Лідерський потенціал виступає «соціально-психологічною властивістю особистості, яка відображає як ситуаційно зумовлену, так і незалежну від ситуації здатність індивіда до успішного здійснення лідерства» [8]. Питання військового лідерства в ЗС України вивчаються у різних аспектах. Зокрема, теоретичні та методичні засади формування лідерської компетентності майбутніх офіцерів ЗС України визначає О. Бойко (2021); О. Підлущий піднімає дуже складні та важливі питання щодо ролі особистості в історії людської цивілізації, бо саме лідери виводили свої етноси на перші позиції (2020) [11]. С. Харві пропонує концепцію Кайдзен (у перекладі з японської – «хороші зміни», «покращення»). Ця концепція допомагає, не ламаючи себе, змінити свої установлені звички і спосіб життя заради досягнення більшого (2022). Характеристику лідерства в часи війни надає Е. Робертс. Він стверджує, що особисті риси характеру та державницький масштаб мислення здатні надихати та вести за собою (2021) [14]. Розкриває сутність та зміст поняття справжнього лідера С. Сінек (2022) [15]. Концепцію лідерства за стандартами армій країн НАТО та на засадах доктринальних документів морської піхоти США розвиває військовий капелан, співзасновник Української академії лідерства А. Зелинський (2023). Теорія та ідея Дж. Моргана щодо лідерів 2030 року ґрунтується на тому, що великі лідери змінюють світ і навіть створюють світ та роблять його кращим. Це надзвичайна відповідальність, але й неймовірний привілей (2022) [9]. Систему поглядів щодо розвитку військового лідерства у ЗС України, основні принципи його розвитку, стандарти, рівні, цінності, чесноти, властивості характеру і базові компетентності військових лідерів визначено у Доктрині розвитку військового лідерства у ЗС України (2020) [2]. Разом з тим, питання лідерського потенціалу в умовах воєнного стану потребує подальшого вивчення.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні лідерського потенціалу у військових керівників Збройних сил України в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. Кожний військовий має розвивати характер і професіоналізм, досягаючи досконалості. Військовий керівник має морально, психологічно та професійно готувати себе і підлеглий особовий склад до виконання завдань за призначенням, згуртовувати його і вести за собою до визначеної мети. Необхідно розуміти систему поглядів щодо лідерського потенціалу у ЗС України, основні принципи його розвитку, стандарти, рівні, цінності, чесноти, властивості характеру і базові компетентності військових керівників, оскільки оборона України, захист її суверенітету, територіальної цілісності і недоторканності покладаються на ЗС України [7].

М. Пірен розглядає лідерство як універсальний феномен суспільного буття, що і спричиняє проблеми лідерської діяльності, які стають ключовими для досягнення організаційної ефективності та ефективного реалізації себе. Лідерство і керівництво – тісно пов'язані між собою поняття, проте вони не ототожнюються [12].

Як відзначає А. Зелинський, змістовне та емоційно-позитивне спілкування з бойовими побратимами, з рідними та друзями не лише допомагає, а й творить якісну атмосферу в колективі [5].

Отже, вирішення складних професійних або життєвих задач суттєво відрізняється від розв'язання простих навчальних задач тим, що часто у індивіда відсутнє ясне розуміння сутності вирішуваної проблеми, власної мети (бажаного майбутнього), умов та засобів її досягнення. Певною мірою це стосується фахівців професій типу «людина – людина». Їхні професійні завдання часто не мають чіткого визначення, вони динамічно змінюються та переосмислюються, при їх розв'язанні необхідно враховувати активність іншої людини, яка вирішує власні завдання, успіх одного подеколи може означати поразку іншого.

У контексті цієї теорії комунікативний потенціал розглядається як спроможність усвідомлювати наявність проблемної ситуації, цілеспрямовано вирішувати визначені комунікативні завдання, спираючись на розуміння конкретних умов та цілей спілкування – всього того, що може роз'єднувати або зближати учасників комунікації, обираючи оптимальні засоби комунікації. Комунікативні здібності є важливими для розвитку особистості з метою реалізації особистісного потенціалу. Важливо адекватно доносити накази до підлеглих, а також ефективно аналізувати їх мотиви, потреби та інтереси. Не можна припиняти накопичувати та осмислювати нову інформацію. Справжнє знання приходить із досвідом, тому необхідна постійна практика та застосування вивченого [6].

Таким чином, розвиток комунікативних здібностей військових керівників – це мета

розвитку професійних умінь лідерського потенціалу.

Результати аналізу літератури, спостережень дають підстави для ствердження, що комунікативна компетентність військових керівників допомагає в процесі спілкування з підлеглими, особливо, в умовах воєнного стану. Комунікація позитивно впливає на адекватне сприйняття інформації, управління поведінкою оточуючих за допомогою використання різних методів комунікативного психологічного впливу, підвищення рівня взаємодії та виконання завдань за призначенням. Уміння встановлювати психологічний контакт зі співрозмовниками є важливим допоміжним завданням, без вирішення якого спілкування навряд чи буде продуктивним.

Отже, військовому керівнику для вирішення різноманітних конкретних завдань за призначенням необхідні комунікативні вміння. Спілкування з певними категоріями військовослужбовців та цивільними особами в різних обставинах та умовах воєнного стану є одним із напрямів розвитку лідерського потенціалу. Військові керівники зазнають впливу різних негативних психологічних факторів, пов'язаних із проходженням військової служби, тому проблема психологічної підготовки військових керівників є особливо актуальною. Вміння використовувати методи психологічного впливу на особовий склад є ще одним напрямом розвитку лідерського потенціалу військових керівників, особливо в умовах воєнного стану.

Ефективною формою для розвитку лідерського потенціалу є професійна підготовка військових керівників, зокрема самоосвіта, яка полягає у вивченні літератури, спостереженні й аналізі роботи своїх колег, постійному ускладненні завдань. Самостійне навчання здійснюється з метою безперервного, систематичного поповнення і поглиблення знань, умінь і навичок, набутих військовими керівниками у навчальних закладах і за місцем служби у ході професійної підготовки, підвищення кваліфікації, перепідготовки, стажування тощо.

Успішне виконання військовим керівником поставлених перед ним завдань залежить від його лідерського потенціалу та особистих якостей самого керівника. Як вірно відзначає Д. Віллінк, особистість може розвиватися, тим самим розвивати в собі лідерські якості [3]. Це підтверджує нашу теорію про те, що військові керівники не народжуються з лідерським потенціалом, а формують та розвивають його протягом усього життя. Водночас вчені дослідили, що люди мають більше можливостей для безперервного навчання та розвитку мозку, ніж вони могли подумати. Звісно, кожна людина має унікальні спадкові обдарування. Індивіди починають життєвий шлях із різними

темпераментами й талантами, та, очевидно, подальший розвиток залежить від досвіду, навчання й особистих старань. Коли формується особистість, гени взаємодіють з оточенням, але приносять плоди лише за умови постійного впливу середовища.

Історія людства позначена незліченними збройними конфліктами. Війни, на жаль, часто ставали способом розв'язання, здавалася б, цілком банальних питань. Причин розпочинати їх було доволі. Люди вбивали один одного за ресурси, території, політичні інтереси, особисту гідність, за минуле і майбутнє. Однак війна – це не лише смерть, а ще й народження особливого типу людини – воїна [13].

Дослідження показують, що діяльність військового керівника в умовах ускладнення оперативної обстановки пов'язана із переживанням низки інтенсивних емоційних станів, зокрема почуттів загрози власному життю і життю інших людей, агресивності, люті, безпорадності, страху, пригніченості тощо. Встановлено, що до чинників, які перетворюють управлінську ситуацію на екстремальну, належать такі: дефіцит часу, коли важливі рішення управлінець має приймати дуже швидко, іноді без змоги ретельно обдумати ситуацію або з ким-небудь проконсультуватись; небезпека для життя і здоров'я, за якої зростання усвідомленої загрози або позитивно впливає на діяльність військового керівника, або викликає дезорганізацію поведінки та емоційного реагування; інформаційні переважання, коли зростання обсягу інформації може призвести до пропуску певних інформаційних сигналів, переключення сприймання, прийняття рішень, відмови від необхідних у даній ситуації дій; раптовість виникнення екстремальної ситуації, коли відома незворотність її настання, але ще відсутня програма дій або невідомі час настання і характеристики можливої екстремальної ситуації під час виконання завдань за призначенням. Військовий керівник має виховувати в собі справжнього лідера.

С. Харві пропонує концепцію Кайдзен (у перекладі з японської – «хороші зміни», «покращення»). Ця концепція допомагає, не ламаючи себе, змінити свої усталені звички і спосіб життя заради досягнення більшого. Цю концепцію підтримує багато інших сучасних науковців та дослідників, зокрема В. Алещенко, Д. Віллінк, Дж. Морган, Д. Еспрі, М. Гоулстон, К. Двек. Вони погоджуються з тим, що особистість може розвиватися, тим самим розвивати в собі лідерський потенціал. Це підтверджує нашу теорію про те, що військовими лідерами не народжуються, а стають [4; 16].

Проаналізувавши загальні риси здатностей успішних людей, учені дійшли висновку, що їх поєднує знання себе, тобто уміння контролювати свої емоції й розуміти почуття інших,

здатність вирішувати конфлікти таким чином, щоб не було постраждалої сторони, сміливість брати на себе відповідальність у вирішенні важких питань і передбачення прихованих наслідків, здатність розвивати ділові контакти тощо. Цей набір властивостей узагальнено можна позначити як психологічну готовність до управлінської діяльності військового керівника. При цьому слід мати на увазі, що всі ці здібності не дані людині з самого початку, а формуються у ході оволодіння військово-професійною діяльністю та визначаються функціональними завданнями за призначенням.

Спираючись на дослідження В. Міляєвої (2014), можна сказати, що лідерський потенціал є «соціально-психологічною властивістю особистості, яка відображає як ситуаційно зумовлену, так і незалежну від ситуації здатність індивіда до успішного здійснення лідерства. Рівень зазначеної компетентності визначається ступенем розвитку його індивідуальної (здібності, особистісні риси, цінності) та універсальної (досвід, навички, стилі лідерства, рольовий репертуар) складових частин» [8].

Так, практичними напрямками формування та розвитку лідерського потенціалу є такі: емоційне позитивне спілкування та мотивація до успіху; контроль емоцій і емпатія; готовність до ризику та відповідальність; комунікабельність і культура спілкування; цілеспрямованість і наполегливість; урівноваженість і розсудливість; позитивне самоставлення та впевненість у собі; розвиток інтуїції та саморозвиток; рішучість до прийняття складних рішень; інноваційність і критичне мислення.

Виходячи з цього, можна зробити характеристику формування та розвитку лідерського потенціалу сучасного військового керівника в умовах воєнного стану: професійна підготовка, уміння сполучати діяльність довіреного йому підрозділу з актуальними (бойовими) завданнями, які стоять перед ним відповідно до інтересів та захисту держави; компетентність, наявність достатнього досвіду військового керівництва; здатність орієнтуватися в постійно змінній оперативній обстановці і передбачати її розвиток; уміння своєчасно і самостійно приймати рішення і наполегливо домагатись їх виконання шляхом відповідного впливу на підлеглих; моральні якості – чесність, справедливість, скромність, доброта, висока вимогливість до себе та інших; уміння розподілити обов'язки між підлеглими й об'єктивно оцінювати їх, створювати у військовому колективі сприятливий морально-психологічний стан; здатність піклуватися про потреби військового колективу й окремих військовослужбовців; уміння правильно організувати свою працю, вірно розподіляти робочий час. Військовий керівник в умовах воєнного стану повинен бути неабиякою особистістю, яка

майстерно володіє мистецтвом спілкування, переконання і діалогу, має гострий і неординарний розум, солідну інтуїцію у всіх сферах людського життя та знань, є інноваційною та має критичне мислення.

Висновок. З урахуванням вищезазначеного можна дійти висновку, що в умовах воєнного стану формування та розвиток лідерського потенціалу у військових керівників дасть нам змогу підняти людське бачення на рівень більш широкого світогляду, вивести ефективність діяльності людини на рівень більш високих стандартів, а також сформувати особистість, здатну досягти великих результатів за допомогою своїх неординарних здібностей. Процес розвитку лідерського потенціалу дасть змогу вдосконалити управлінську структуру відносин у військових організаціях (підрозділах), забезпечити постійний рух вперед для досягнення найкращих результатів під час виконання завдань за призначенням в умовах воєнного стану.

При цьому потрібно наголосити, що в умовах дії правового режиму воєнного стану в Україні вимоги до військового керівництва високі, що, на нашу думку, спонукає та вимагає поставити пріоритетним завданням формування та розвитку лідерського потенціалу військового керівництва в умовах сьогодення.

Отже, ми вважаємо, що формування та розвиток лідерського потенціалу військового керівника має здійснюватися протягом усієї військової кар'єри через освіту, навчання та узагальнення досвіду. Ключовим компонентом цього процесу має стати системний і прогресивний процес розвитку лідерського потенціалу.

Перспективи подальших досліджень. Перспективним напрямом для дослідження вважаємо уявлення про практичні напрями формування та розвитку лідерського потенціалу в реаліях воєнного стану, його місце і роль у перемозі над ворогом та подальший розвиток лідерського потенціалу в ЗС України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алещенко В. Особливості професіогенези військового керівника – від загальних і національних культурних наративів до управлінської культури військового професіонала. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ, 2023. Вип. 1 (57).
2. Бойко О. Офіцер-лідер – дійсна потреба чи черговий міф? URL: <http://gurt.org.ua/blogs/4850/811/>.
3. Віллінк Дж. Книга екскомандира морських котиків, підприємця і автора бестселерів Джоко Віллінка «Стратегія і тактика лідерства». Київ : Форс Україна, 2021.
4. Еспрі Д. Змінюючи правила гри. Як лідери, новатори і візіонери перемагають у житті. Харків, 2021.
5. Зелінський А. Вести. Боротися. Перемагати. Етос морської піхоти України. Київ, 2017.
6. Зелінський А. Анатомія Воїна: Дух, Шлях, Сила. Київ : Коло життя, 2023.

7. Конституція України : Закон України від 28 червня 1996 р. № 254к/96-ВР / Верховна Рада України. *Відомості Верховної Ради України*. 1996. № 30. Ст. 141. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254D/96>.
8. Міляєва В. Розвиток лідерського потенціалу в процесі формування управлінської компетентності керівників навчальних закладів. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Педагогічні науки»*. 2014. Випуск 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2014_1_10.
9. Морган Дж. Лідер майбутнього. 9 навичок та ідей, що зроблять вас успішним в наступні 10 років / пер. з англ. І. Возняка. Харків : Віват, 2022. 320 с.
10. Нестуля С. Структурні компоненти лідерської компетентності майбутніх бакалаврів з менеджменту. *Теорія і практика управління соціальними системами. Серія «Філософія, психологія, педагогіка, соціологія»*. 2018. № 4. С. 62–71.
11. Підлуцький О. Лідери, що змінили світ. Харків : Фоліо, 2020. 448 с.
12. Пірен М. Лідерство: сутність та реалізація в українському суспільстві : навчальний посібник. Київ, 2012. 232 с.
13. Прессфілд С. Вогняні брами: героїчний епос про битву під Термопілами. Київ : Наш формат, 2023. 432 с.
14. Робертс Е. Лідерство в часи війни. Головні уроки від творців історії. Київ : КМ-Букс, 2021. 216 с.
15. Сінек С. Справжні лідери їдять останніми. Як створити команду мрії. Харків : Видавництво «Vivat», 2022. 416 с.
16. Харві С. Кайдзен. Японський підхід до поступової зміни звичок. Київ : КМ-БУКС. 2022. 296 с.
17. Доктрина розвитку військового лідерства у Збройних силах України. URL: <https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2024/01/%D0%94%D0%BE%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%E2%84%962-.pdf>.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА РІВЕНЬ БЕЗПЕКИ СУДНОПЛАВСТВА – АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ШЛЯХІВ І МЕТОДІВ ЗНИЖЕННЯ ЦЬОГО ВПЛИВУ

PSYCHO-PHYSIOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE LEVEL OF SHIPPING SAFETY – ANALYSIS OF MODERN WAYS AND METHODS OF REDUCING THIS IMPACT

Людські помилки є основною причиною більшості аварій та інших інцидентів на морі. Від 70% до 80% аварійних випадків викликані саме неправильними рішеннями членів екіпажу судна, тоді як на конструктивні та форс-мажорні обставини припадає від 20% до 30% аварійних випадків.

Проблема вивчення «людського фактору» в системному підході до безпеки судноплавства полягає у відсутності достатніх знань про закони психології моряків, про причинно-наслідкові зв'язки впливу на них різних факторів; у відсутності конкретного визначення поняття «людський фактор»; у складності формалізації складників «людського фактору»; у відсутності науково-методологічного обґрунтування оцінки впливу «людського фактору» на безпеку судноплавства.

У багатьох країнах проблему людського фактору вивчають окремі агентства, наприклад, у США – Берегова охорона, у Великобританії – Агентство з безпеки на морі і берегової охорони. В Україні організації, що займаються проблемою «людського фактору», роз'єднані, тому варто відзначити актуальність проведення наукових досліджень у сфері «людського фактору» та їхньої координації в системному аналізі безпеки національного морегосподарського комплексу.

У статті розглядається вплив «людського фактору» на безпеку судноплавства. Особливу увагу приділено психофізіологічним факторам фахівців морського транспорту. Подано визначення психофізіологічних факторів, які впливають на безпеку судноплавства, науковий складник цього поняття, результати наукових досліджень і практичних спостережень впливу цих факторів на екіпажі морських і річкових суден.

Особливе значення ця проблема набуває в межах вищих морських навчальних закладів України, які забезпечують підготовку кадрів для міжнародного морського судноплавства. Сьогодні морське судно є специфічною багатокультурною, соціотехнічною системою, яка часто працює в екстремальних умовах. Тому знання психофізіологічних аспектів діяльності на борту судна дасть змогу майбутнім офіцерам із перших днів правильно будувати свої взаємини з екіпажем для безпечного судноплавства.

Ключові слова: безпека судноплавства, професійна компетентність, психофізіо-

логічні фактори, фахівці морського транспорту.

Human error is the main cause of most accidents and other incidents at sea. From 70% to 80% of accidents are caused by incorrect decisions of the ship's crew members, while constructive and force majeure circumstances account for 20% to 30% of accidents.

The problem of studying the "human factor" in a systematic approach to shipping safety is the lack of sufficient knowledge about the laws of the psychology of sailors, about the cause-and-effect relationships of the influence of various factors on them; in the absence of a specific definition of the concept of "human factor"; in the complexity of formalizing the components of the "human factor"; in the absence of scientific and methodological justification for assessing the impact of the "human factor" on shipping safety.

In many countries, the problem of the human factor is studied by separate institutes and agencies, for example, in the USA – the Coast Guard, in Great Britain – the Coast Guard Maritime Safety Agency. In Ukraine, organizations dealing with the problem of the "human factor" are disjointed, so it should be noted the relevance of conducting scientific research in the field of "human factor" and their coordination in the systematic analysis of the safety of the national maritime complex.

The article examines the impact of the "human factor" on shipping safety. Special attention is paid to the psychophysiological factors of maritime transport specialists. The definition of psychophysiological factors affecting the safety of shipping, the scientific component of this concept, the results of scientific research and practical observations of the influence of these factors on the crews of sea and river vessels are given.

This problem takes on special importance within the framework of higher maritime educational institutions of Ukraine, which provide personnel training for international maritime shipping. Today, a marine vessel is a specific multicultural, socio-technical system that often operates in extreme conditions. Therefore, knowledge of the psychophysiological aspects of activity on board the ship will allow future officers from the first days to properly build their relationships with the crew for safe navigation.

Key words: shipping safety, professional competence, psychophysiological factors, maritime transport specialists.

УДК 159.91

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.36>

Сошніков С.Г.

старший викладач кафедри навігації і управління судном Дунайський інститут Національного університету «Одеська морська академія»

Рябущенко О.Г.

старший викладач кафедри навігації і управління судном Дунайський інститут Національного університету «Одеська морська академія»

Постановка проблеми. Сьогодні судноплавство забезпечує перевезення близько 90% усієї світової торгівлі на борту судів різного класу. Тому безпека мореплавання має велике значення. За останнє десятиліття досягнуто значного успіху щодо зменшення показників

загибелі суден у морі. Ще тридцять років тому світовий флот утрачав понад 200 суден на рік. У 2022 році втрачено рекордно низьку кількість суден – 38. Уже протягом останніх шести років щорічні втрати суден море впали нижче за відмітку в 100 за рік [12; 13]. Тоді як загальна

кількість загиблих суден знижується, кількість зареєстрованих судових аварій і подій, що сталися через «людський фактор», залишається стабільною [12; 13].

Військова агресія російської федерації проти України спровокувала величезне зростання суднопотоків по річці Дунай, збільшення навантаження українських портів, розташованих на річці Дунай, що значно вплинуло на підвищення стану аварійності на морському та внутрішньому водному транспорті України. Усі аварійні події, що трапилися в Дунайському регіоні з початку року, сталися через людський фактор [2]. В умовах зростання напруженості на судна з одночасним посиленням міжнародних вимог до безпеки на морському та річковому транспорті набуває особливого значення підвищення психологічної готовності моряків до праці в таких умовах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Вивченню питань впливу людського фактору, зокрема психологічного та психофізіологічного аспектів, на підвищення рівня безпеки морського судноплавства присвячено багато праць вітчизняних та іноземних учених, серед яких варто відзначити Т. Фрасинюк, М. Бабаченко [4], Ю. Бичковський [5], Н. Потапова, В. Оніщенко [6], Дімітріос Луракос (Dimitrios Lyrakos) [7], Ханс Хедерстрьом (Hans Hederström) [8], Фада Паоло (Fadda Paolo) [9], Шікі Фан (Shiqi Fan), Зайлі Янґ (Zaili Yang) [10], Шікі Фан (Shiqi Fan) [11].

Метою статті є розгляд і дослідження психофізіологічних факторів, що впливають на рівень безпеки судноплавства на морському та внутрішньому водному транспорті, а також аналіз сучасних шляхів і методів зниження цього впливу на рівень безпеки судноплавства.

Виклад основного матеріалу. Безпека судноплавства – це стан збереження (захищеності) людського здоров'я і життя, довкілля та майна на морі й на внутрішніх водних шляхах; відсутність неприпустимого ризику, пов'язаного із загибеллю або травмуванням людей, заподіянням шкоди довкіллю або матеріальних збитків [1]. Фактори, що впливають на рівень безпеки судноплавства, умовно ділять на три основні групи: технічні, організаційні, психофізіологічні [1].

Психофізіологічними є фактори, що зумовлені особливостями фізіології та психології людини.

У сучасному світі психофізіологічні небезпеки є чинниками цілісності чи розладу, стійкості чи дисгармонії, спокою чи тривоги, успіху чи невдач, фізичного й морального благополуччя життя людини.

До психофізіологічних факторів небезпек належать такі:

– недоліки органів відчуття (дефекти зору, слуху тощо);

– порушення зв'язків між сенсорними й моторними центрами, унаслідок чого людина не здатна реагувати адекватно на ті чи інші зміни, що сприймаються органами відчуття;

– дефекти координації рухів (особливо складних рухів та операцій, прийомів тощо);

– підвищена емоційність;

– втома (з погляду безпеки життєдіяльності розрізняють фізіологічну та психологічну втома);

– емоційні явища (особливо конфліктні ситуації, душевні стреси, пов'язані з побутом, сім'єю, друзями, керівництвом);

– необережність (може призвести до ураження не лише окремої людини, а й усього колективу);

– відсутність мотивації до трудової діяльності (незацікавленість у досягненні цілей, невдоволення оплатою праці, монотонність праці, відсутність пізнавального моменту, тобто нецікава робота тощо);

– недостатність досвіду (поява імовірної помилки, неправильні дії, напруження нерво-психічної системи, побоювання зробити помилку посилюють імовірність нещасного випадку).

Унікальний характер роботи моряків полягає в тому, що на борту судна вони тривалий час цілодобово працюють, відпочивають, співпрацюють і взаємодіють в одному просторі, з одними й тими самими людьми. Монотонна робота в замкнутому просторі, в ізольованих колективах призводить до професійного вигорання, стресу, різних психофізіологічних проблем.

Останнім часом питання психологічного стану моряків, впливу людського фактору на стан аварійності на морському транспорті відображено в роботі ІМО, зокрема в резолюціях ІМО А.772 (18) «Фактор втоми при укомплектуванні суден екіпажами й забезпеченні безпеки» від 4 листопада 1993 року, А.947 (23) «Принципи та цілі організації відносно концепції людського елементу» від 5 листопада 2003 року. У 2003 році ІМО прийняв документ під назвою «Бачення людського фактору, принципи і цілі (Human Element Vision, Principles and Goals)», у якому людський фактор визнано головною причиною, що значно погіршує рівень безпеки сучасного морського судноплавства.

Однак на практиці морська галузь, як правило, займає реактивну, а не активну позицію в питаннях психометричної оцінки моряків. Однією з головних причин цього явища є секретність на вищих рівнях, яка часто перешкоджає процесу вивчення інцидентів на борту, які можна оцінити й використати для подальших довідок. Існує поширена помилка, що процедура оцінювання «змушує» компанії звільнити велику кількість своїх моряків [6].

Європейське агентство з безпеки та гігієни праці (EU-OSHA) визначило 12 психосоціальних ризиків або заходів психологічної безпеки, зосередження уваги на яких згодом підвищить показники безпеки й ефективність морської галузі. До них належать психологічна підтримка, організаційна культура, чітке лідерство й очікування, увічливість і повага, психологічна відповідність роботі, зростання та розвиток, визнання й винагорода, залучення та вплив, управління робочим навантаженням, баланс, психологічний захист, віктимізація (булінг) [7].

Віктимізація – це процес або кінцевий результат перетворення на жертву злочинного посягання. Багато молодих моряків, як чоловіки, так і жінки, закінчують свою кар'єру після лише одного контракту, тому що на судні вони зазнали переслідувань і знущань. Дослідження віктимізації, переслідувань і знущань показали, що вони впливають на поведінку людини, пов'язану з безпекою, що, отже, може розглядатися як серйозна загроза як для людини, так і для судна, де безпека має пріоритет. Дослідження також показують, що 50% віктимізації, переслідувань і знущань походять від лідера, що говорить про неправильне розуміння лідерства.

Лідери на всіх рівнях повинні реагувати й установлювати обмеження на те, що є прийнятною поведінкою, а що ні, замість приховування віктимізації, переслідування та знущання.

Лідери повинні перестати скаржитися на погано освічених молодших офіцерів та інженерів, вони прагнуть навчатися й хочуть мати тренера та наставника, а не диктатора-начальника.

Процес виховання, розвитку лідерських якостей має починатися в стінах навчальних закладів і продовжуватися на флоті. Необхідно навчати майбутніх офіцерів методів створення довіри й психологічної безпеки усередині команди, екіпажу.

Психологічна безпека – це клімат, у якому людям комфортно самовиражатися й бути самими собою. На практиці, коли в людей є психологічна безпека на роботі, вони почувуються комфортно, ділячись проблемами та помилками, не побоюючись збентеження чи відплати. Дослідження показують, що психологічна безпека дає змогу помірковано ризикувати, висловлювати свою думку, виявляти творчий підхід та ініціативу, а це дає можливість підвищити показники безпеки [7].

Особливе місце серед психофізіологічних факторів посідає втома.

У резолюції ІМО А.772 (18) подано визначення втоми як «зниження фізичних і (або) розумових можливостей унаслідок фізичного, розумового чи емоційного напруження, яка може послабити практично всі фізичні можли-

вості». З визначення видно, що втома поділяється на фізичну втому, розумову втому, емоційну втому.

Для ефективного вирішення проблеми втоми на флоті необхідно визначити причини виникнення втоми. Такими причинами можуть бути недостатній сон, низька якість сну, недостатній час відпочинку між робочими періодами, низька якість відпочинку, стрес, стомлива робота, монотонна робота, шум, вібрація, рух судна, неякісна й несмачна їжа, хвороба, вплив шкідливих речовин на організм, порушення добового ритму організму, надмірне робоче навантаження тощо. Завдання управління станом судноводія зводиться до підтримання стану стійкої працездатності (оптимального стану) і передбачення настання несприятливих станів, щоб було можливо вжити організаційних заходів щодо усунення впливу на появу втоми. Один із способів вирішення цієї проблеми – знайти метод визначення ступеня втоми перед тим, як дозволити судну вихід із порту, аналогічно визначення ступеня сп'яніння.

Професійна діяльність моряків вимагає від них поєднання щонайменше двох протилежних психофізіологічних здатностей: з одного боку, спроможності до інтенсивних фізичних і психоемоційних навантажень у складних навігаційних і погодних умовах, з іншого – стійкості до монотонії, гіподинамії в океанічному плаванні в ситуації замкненого простору й обмеженої комунікації.

Дослідниці стверджують, що ці особливості морської праці лежать в основі високого ступеня психосоціального стресу, від дії якого потерпають моряки, що призводить до зниження їхньої працездатності та професійно-орієнтованої мотивації, а також розвитку депресії, спричиненої підвищеною стомлюваністю й виснаженням з украй нестійким настроєм, ослабленням самовладання, нетерплячістю, порушенням сну, неспроможністю до тривалого розумового й фізичного напруження, непереносимістю гучних звуків, яскравого світла, різких запахів [8].

Аналіз проведених наукових досліджень свідчить про те, що високий ступінь психосоціального стресу фахівців морського транспорту часто виявляється в екстремальних умовах і характеризується насиченістю екстремальними ситуаціями. З огляду на це, до фахівців морського транспорту як спеціалістів екстремального профілю висуваються підвищені вимоги щодо їхньої професійної (професійно-психологічної) відповідності рівню екстремальності й складності виконуваних службових завдань.

З огляду на це, працездатність працівника в умовах напруженої діяльності, що пов'язана з виникненням і розвитком екстремальних

ситуації (зокрема, у професійній діяльності моряка), залежить від його індивідуально-психологічних особливостей, рівня професійної підготовки, сформованості морально-вольових якостей і професійно-психологічних умінь, навичок і якостей. Тому професійні вимоги до особистості такого фахівця повинні враховувати вплив екстремальних чинників, здатності до їх ефективного подолання як на особистісному рівні, так і на рівні сформованих умінь і навичок фахової підготовки [3].

У першому та другому кварталах 2023 року компанія SAFETY4SEA провела інтернет опитування моряків, які перебувають на судах у морі й на березі. На запитання анкети відповіли 18352 моряки, що працюють на борту 1574 суден. Багато з них були вихідцями з Азії та Європи, а більшість учасників були вихідцями з Філіппін (37,3%), Україна (15,1%), Індії (11,4%), Грузії (7,1%) [13].

Морякам пропонували залишити відгуки, як вони сприймають деякі чинники соціального, психологічного благополуччя, пов'язані з їхньою роботою та життям у морі. Зокрема, учасникам запропоновано відповісти на питання, що охоплюють такі ключові аспекти благополуччя екіпажу: здоров'я; комунікація з питань фізичного/психічного здоров'я; фактори благополуччя під час перебування на борту; проблеми щастя; проблеми з фізичним благополуччям; бар'єри психічного здоров'я та бар'єри соціального благополуччя.

91% учасників опитування висловили потребу у високоякісному інтернеті, щоб залишатися на зв'язку, спілкуватися зі своєю сім'єю та друзями на березі.

Крім того, дослідження виявило безліч перешкод для нормального психічного стану, а також те, що фізичне благополуччя, здоров'я моряків є найбільш ігнорованим серед усіх аспектів.

Висновки. Фактори, наведені в дослідженні, мають багато аспектів, які вимагають додаткового вивчення з використанням різних методик. Перспективою для подальших досліджень є питання шляхів та умов формування психофізіологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ситуацій професійної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Про затвердження Положення про систему управління безпекою судноплавства на морському і річковому транспорті. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1193-03#Text> (дата звернення: 23.12.2023).

2. Стан безпеки судноплавства та аварійності на водному транспорті в Україні (у тому числі і за її

межами, але із українськими суднами), включаючи маломірні (малі) судна, за січень – червень 2023 року з наростаючим підсумком. URL: https://marad.gov.ua/storage/app/sites/1/uploaded-files/Zvit_1_2023.pdf (дата звернення: 23.12.2023).

3. Характеристика вимог до особистості фахівця морського транспорту як спеціаліста екстремального профілю. URL: <https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol20/Soroka.PDF> (дата звернення: 23.12.2023).

4. Дослідження впливу індивідуальних чинників людського фактору на безпеку судноплавства. *The scientific heritage*. 2021. № 71. 30 с. URL: <https://www.scientific-heritage.com/wp-content/uploads/2021/08/The-scientific-heritage-No-71-71-2021-Vol-1.pdf> (дата звернення: 23.12.2023).

5. Вплив людського фактору на причини аварійності в системі роботи морського та річкового транспорту. *Вісник Приазовського державного технічного університету*. 2017. № 34. 252 с. URL: https://journals.uran.ua/ves_pstu/article/view/129229/124609 (дата звернення: 23.12.2023).

6. The Importance of Psychological Safety Precautions in Maritime. URL: <https://maritime-executive.com/blog/the-importance-of-psychological-safety-precautions-in-maritime> (дата звернення: 23.12.2023).

7. Focus on psychological safety can enhance industry's performance URL: <https://safety4sea.com/cm-focus-on-psychological-safety-can-enhance-industrys-performance/> (дата звернення: 23.12.2023).

8. Психогігієнічні заходи з підвищення професійної надійності судоводіїв на основі психофізіологічної оцінки їх стресостійкості. URL: <http://dSPACE.nbuV.gov.ua/bitstream/handle/123456789/136450/73-Nezavitina.pdf?sequence=1> (дата звернення: 23.12.2023).

9. Towards objective human performance measurement for maritime safety: A new psychophysiological data-driven machine learning method. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0951832023000182> (дата звернення: 23.12.2023).

10. Incorporation of seafarer psychological factors into maritime safety assessment. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0964569123000406> (дата звернення: 23.12.2023).

11. Safety and Shipping Review 2023. An annual review of trends and developments in shipping losses and safety AGCS (Allianz Global Corporate & Specialty). URL: <https://commercial.allianz.com/news-and-insights/news/safety-shipping-review-2023.html> (дата звернення: 23.12.2023).

12. Annual Report. Marine Accident Recommendations and Statistics 2022 MAIB (UK Marine Accident Investigation Branch) URL: <https://www.gov.uk/government/publications/maib-annual-report-2022> (дата звернення: 23.12.2023).

13. SEAFit-Crew-Survey-Report 2023. URL: <https://seafit.safety4sea.com/wp-content/uploads/media/SEAFit-Crew-Survey-Report-2023/26/> (дата звернення: 23.12.2023).

СЕКЦІЯ 7

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ВПЛИВ ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ У РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ

THE INFLUENCE OF ATTACHMENT TYPES ON THE FORMATION AND RESOLUTION OF CONFLICTS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS

У статті розглянуто вплив типів прив'язаності на врегулювання конфліктів і розвиток романтичних стосунків. Підкреслено складну динаміку романтичних стосунків, зосереджено увагу на складній взаємодії психологічних чинників, сприйняття й індивідуальних особливостей, які суттєво впливають на врегулювання конфліктів.

Висвітлено взаємозв'язок між типами прив'язаності та розвитком романтичних стосунків, з'ясовано вплив кожного типу на спосіб сприйняття та реакції на конфліктні ситуації.

Було відзначено, що конфлікти в романтичних стосунках виникають з різних причин, зокрема й через відмінності в цінностях, очікуваннях, стилях спілкування та зовнішні стресові чинники. Були визначені типові сценарії конфліктів у парах, починаючи від фінансових розбіжностей і закінчуючи невирішеними минулими проблемами, втратою близькості, суперечками щодо виховання дітей або розподілу часу. Охарактеризовано емоційні реакції: гнів, страх, сумнів, смуток, радість від можливості вирішення, збентеження, невпевненість.

Звернуто увагу на унікальні емоційні реакції кожної людини на конфлікт, які залежать від її минулого досвіду, типу прив'язаності й інтерналізованих механізмів подолання. Було визначено, що сприйняття відіграє вирішальну роль у динаміці конфлікту, причому на нього впливають такі чинники, як оцінка загрози, тенденції до уникнення або конфронтації, емоційні реакції, об'єктивність і культурні відмінності.

Для визначення впливу різних типів прив'язаності на формування та розв'язання конфліктів у романтичних стосунках проведено емпіричне дослідження, результати якого наведено у статті. Дослідження проводилося з використанням відповідного психодіагностичного інструментарію, серед якого 1) Тест на тип прив'язаності (Таїс Гібсон); 2) Тест "ТКІ" (Томас Кілман); 3) вимірювання романтичної прив'язаності, MIMARA (К. Бреннан, Ф. Шейвер). У результаті була виявлена відмінність у типах прив'язаності між особами, які в романтичних стосунках, а також тими, які не в романтичних стосунках.

Ключові слова: типи прив'язаності, розвиток романтичних стосунків, конфліктні

ситуації, емоційні реакції, індивідуальні особливості.

The article discusses the influence of attachment types on conflict resolution and the development of romantic relationships. The complex dynamics of romantic relationships are emphasized, attention is focused on the complex interaction of psychological factors, perception and individual characteristics that significantly affect conflict resolution.

The relationship between the types of attachment and the development of romantic relationships is highlighted, and the influence of each type on the way of perceiving and responding to conflict situations is clarified.

It was noted that conflicts in romantic relationships arise for various reasons, including differences in values, expectations, communication styles, and external stressors. Typical scenarios of conflicts in couples are identified, ranging from financial disagreements to unresolved past problems, loss of intimacy, disputes over child-rearing or time allocation. Emotional reactions are characterized: anger, fear, doubt, sadness, joy at the possibility of a solution, embarrassment, and uncertainty.

Attention is drawn to the unique emotional reactions of each person to the conflict, which depend on their past experience, type of attachment and internalized coping mechanisms. Perception has been found to play a crucial role in the dynamics of conflict, and it is influenced by factors such as threat assessment, avoidance or confrontation tendencies, emotional reactions, objectivity, and cultural differences.

To determine the impact of different types of attachment on the formation and resolution of conflicts in romantic relationships, an empirical study was conducted, the results of which are presented in the article. The study was conducted using the appropriate psychodiagnostic tools, including 1) Attachment Type Test (Tais Gibson); 2) TKI Test (Thomas Kilman); 3) Measure of Romantic Attachment, MIMARA (K. Brennan, F. Shaver). As a result, differences in the types of attachment between people in romantic relationships and those not in romantic relationships were found.

Key words: types of attachment, development of romantic relationships, conflict situations, emotional reactions, individual characteristics.

УДК 159. 923.2:316.362.31
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.37>

Астремська І.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Абдурахманов Р.С.

студент IV курсу за спеціальністю
«Психологія»
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Біляєва А.А.

студентка IV курсу за спеціальністю
«Психологія»
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. Прив'язаність – це емоційний і психологічний зв'язок між людьми, що виникає в ранньому дитинстві та впливає на стосунки. Основні компоненти охоплюють

емоційну залежність, потребу в безпеці та взаємну залежність.

Акцент теорії прив'язаності на взаємозв'язку між раннім досвідом, чуйністю осіб, які

здійснюють догляд, і подальшими моделями прив'язаності має глибокі наслідки для розуміння людського розвитку, міжособистісної динаміки та психологічного благополуччя протягом усього життя.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідженням типів прив'язаності особливу увагу приділяв британський психолог Дж. Боулбі. Пізніше теорія прив'язаності була доповнена різними психологами, серед яких М. Ейнсворт, Т. Гібсон, С. Джонсон.

Роботи Джона Боулбі в середині ХХ ст. стали ключовим етапом, визначили теорію прив'язаності та виділили типи, як-от безпечний, унікаючий, амбівалентний. Психолог описав поведінкову систему прив'язаності як систему мотиваційного контролю, що активується специфічною поведінкою немовляти (плач), яка спонукає маму до взаємодії [1].

У дослідженнях Мері Ейнсворт [4] розвинуто метод «ситуація з незнайомим дорослим» і виявлено чотири типи прив'язаності в дітей: безпечна прихильність (мати реагує на потреби дитини, є емоційно доступною, що дозволяє малюкові почуватися безпечно поруч із нею); амбівалентна прихильність (дитина відчуває тривогу та невпевненість, навіть якщо мама поруч); унікаюча прихильність (дитина не впевнена та нестабільна, навіть у присутності матері, через неочікувану мамину поведінку); симбіотична прихильність (дитина не відпускає маму ні на крок і відчуває труднощі без її присутності, що призводить до тривожності в матері).

Сью Джонсон [3] у дослідженнях дійшла висновку, що стосунки між дитиною та матір'ю мають велике значення для фізичного, ментального й емоційного здоров'я.

Таїс Гібсон [2] виокремила три основні типи прив'язаності в дорослих: безпечний, унікаючий і амбівалентний.

Підкреслимо, що вивчення принципів управління конфліктами може значно поліпшити якість взаємодії та зробити романтичні стосунки більш стійкими та задовільними для всіх сторін.

Мета статті – теоретичне обґрунтування й емпірична перевірка впливу типів прив'язаності на формування та розв'язання конфліктів у романтичних стосунках.

Результати дослідження. Дослідження типів прив'язаності, стратегій управління конфліктами та рівня романтичної прив'язаності респондентів проводилось на базі Чорноморського національного університету імені П. Могили, дослідження охоплює дві вибірки, що налічують 50 осіб. Зазначено, що 25 учасників перебувають у романтичних стосунках (Вибірка А), тоді як інші 25 осіб не перебувають у романтичних відносинах (Вибірка В).

Було застосовано 2 методики: «Тест на тип прив'язаності» (Таїс Гібсон) і Тест Томаса – Кілмана ("TKI") (Кеннет Томас, Ральф Кілман).

Під час інтерпретації результатів першої методики досліджено типи особистісної прив'язаності з використанням чотирьох шкал: унікаючий, тривожно-унікаючий, тривожний і безпечний.

Методика використовує числові показники для визначення рівня вираженості кожного типу прив'язаності, що може вказати на ступінь його вираження або схильність до нього. Представлено розподіл результатів типів прив'язаності осіб у романтичних стосунках за методикою Т. Гібсон (табл. 1).

Таблиця 1
Розподіл результатів типів прив'язаності осіб у романтичних стосунках за методикою Т. Гібсон

Тип прив'язаності	Відсотковий розподіл результатів
Унікаючий (унікально-відкидаючий)	22
Тривожно-унікаючий	24
Тривожний	23
Безпечний (надійний)	31

Серед осіб у романтичних стосунках відсутня однозначна домінанта прив'язаності. Унікаючий тип властивий 21,7% респондентам, що характеризуються ухилянням від інтимних стосунків. Тривожно-унікаючий тип виявлений у 24,4% респондентів, а тривожний тип у 22,5%, що вказує на високий рівень тривоги у відносинах. Значна частина респондентів (31,4%) демонструє безпечний тип, відображає впевненість і відчуття безпеки у відносинах.

Результати для вибірки В, отримані за тією ж методикою, не відрізняються за розподілом типів прив'язаності порівняно з вибіркою А (табл. 2).

Таблиця 2
Розподіл результатів типів прив'язаності осіб не в романтичних стосунках за методикою Т. Гібсон

Тип прив'язаності	Відсотковий розподіл результатів
Унікаючий (унікально-відкидаючий)	23
Тривожно-унікаючий	25
Тривожний	21
Безпечний (надійний)	31

Аналіз розподілу результатів типів прив'язаності осіб, які не мають романтичних стосунків, за методикою Т. Гібсон показує, що унікаючий тип притаманний 23,2% респондентам, а тривожно-унікаючий – 25,4%, відображає ухиляння

від інтимних стосунків і тривогу у відносинах. Тривожний тип виявлено у 20,8% респондентів, а безпечний тип превалює з відсотковим співвідношенням 30,5%, що свідчить про відчуття безпеки та впевненості у відносинах з іншими.

Подальший аналіз виявляє тенденцію до ухилення у групі осіб, які не мають стосунків, можливо, через потребу в особистому просторі або страх втрати незалежності. Ця тенденція сильніше виявляється у вибірці В, що може свідчити про активне уникання інтимних відносин серед цієї групи.

Тривожність і неохочість до стосунків помітні в осіб без романтичних відносин, що може вказувати на підвищену обережність або складність у встановленні близьких зв'язків.

Вибірка А має трошки вищий рівень тривоги в міжособистісних відносинах порівняно з вибіркою В, що може вказувати на більшу чутливість до емоційного аспекту відносин серед осіб без романтичних стосунків.

Обидві групи демонструють високий рівень упевненості та безпеки в особистих просторах, що свідчить про стабільність у відносинах, незалежно від їх наявності чи відсутності.

Також було зроблено порівняльний аналіз показників Вибірки А та Вибірки В (табл. 3).

Таблиця 3

Порівняльний аналіз показників типів прив'язаності за методикою Т. Гібсон

Тип прив'язаності	Відсотковий розподіл результатів	
	Вибірка А	Вибірка Б
Унікаючий (унікально-відкидаючий)	21,7	23,2
Тривожно-унікаючий	24,4	25,5
Тривожний	22,5	20,7
Безпечний (надійний)	31,4	30,5

Було виявлено, що в осіб у романтичних стосунках переважають «безпечний» і «тривожний» типи прив'язаності, тоді як у тих, хто не перебуває в романтичних стосунках, переважають «тривожно-унікаючий» і «унікаючий» типи.

Це може вказувати на те, що для багатьох романтичні стосунки виступають засобом гарантування безпеки та забезпечення взаєморозуміння, тоді як особи без романтичних відносин можуть мати більше схильностей до «тривожно-унікаючого» й «унікаючого» типів прив'язаності, що може вказувати на більшу важкість у встановленні та підтриманні близьких відносин.

Під час інтерпретації результатів другої методики було виявлено стратегії управління конфліктами в романтичних відносинах.

Методика дозволяє виокремити п'ять основних стилів взаємодії в конфліктних ситуаціях: *конкурентний, компромісний, уникнення, співпраця та пристосування. Конкурентний стиль:* особа висловлює свої позиції та захищає свої інтереси, намагаючись перемагати в конфлікті. *Компромісний стиль:* учасник шукає рішення, яке б урахувало інтереси обох сторін, виявляє готовність до поступок. *Уникнення:* особа уникає конфлікту та прагне уникнути напружених ситуацій. *Співпраця:* учасник ставить акцент на співпраці та спільних рішеннях, де обидві сторони задовольняють свої інтереси. *Пристосування:* особа вдається до поступок і пристосовується до потреб інших у конфлікті.

Результати діагностування різних стилів поведінки в конфліктній ситуації серед осіб, які перебувають у романтичних стосунках (Вибірка А), та тих, які не в романтичних стосунках (Вибірка В), представлено в (табл. 4, 5).

Таблиця 4

Розподіл результатів стилів поведінки в конфліктній ситуації осіб у романтичних стосунках за методикою Т. Кілмана "ТКІ"

Стиль поведінки в конфліктній ситуації	Відсотковий розподіл результатів
Суперництво	14
Співпраця	21
Компроміс	25
Уникнення	21
Пристосування	19

У результаті проведеного аналізу Тесту Томаса – Кілмана ("ТКІ") серед осіб із вибірки А (особи в романтичних стосунках) виявлено, що стратегія «компроміс» є найпоширенішою, притаманною 24,9% респондентам, свідчить про готовність до пошуку зваженого рішення та врахування інтересів обох сторін.

Результати за методикою "ТКІ" у вибірці В (особи, які не перебувають у романтичних стосунках) не відрізняються за розподілом порівняно з даними у вибірці А.

Таблиця 5

Розподіл результатів стилів поведінки в конфліктній ситуації осіб не в романтичних стосунках за методикою Т. Кілмана "ТКІ"

Стиль поведінки в конфліктній ситуації	Відсотковий розподіл результатів
Суперництво	12
Співпраця	21
Компроміс	25
Уникнення	23
Пристосування	19

Співпраця, що притаманна 21,5% респондентам, вказує на готовність до спільної

роботи й ефективну комунікацію, тоді як компроміс, який має показник 24,7%, свідчить про готовність до пошуку середнього рішення та врахування інтересів обох сторін.

Високий рівень співпраці та компромісу вказує на бажання гармонії у відносинах, тоді як низькі показники суперництва та високі показники уникнення свідчать про бажання уникати конфліктів. Низький рівень пристосування вказує на тенденцію залишатися вірними своїм переконанням.

Також було зроблено Порівняльний аналіз показників Вибірки А та Вибірки В (табл. 6).

Таблиця 6

Порівняльний аналіз показників типів прив'язаності за методикою Т. Кілмана "ТКІ"

Стиль поведінки в конфліктній ситуації	Відсотковий розподіл результатів	
	Вибірка А	Вибірка Б
Суперництво	13,7	12,4
Співпраця	20,7	21,5
Компроміс	24,9	24,7
Уникнення	21,5	22,9
Пристосування	19,2	18,5

Серед осіб у романтичних стосунках переважають стратегії «пристосування», «компроміс» і «суперництво» у врегулюванні конфліктів, що може свідчити про прагнення до збереження відносин і досягнення компромісу для підтримки стабільності в парі.

В осіб, які не перебувають у романтичних стосунках, більш поширені стратегії «уникнення» та «співпраці», що може відображати бажання зберегти особистий простір і незалежність у вирішенні проблем.

Висновки. Аналіз результатів типів прив'язаності та стратегій вирішення конфліктів у контексті романтичних і неромантичних стосунків проливає світло на важливі аспекти психології міжособистісних взаємодій. За методикою Таїс Гібсон було виявлено, що особи в романтичних стосунках демонструють різні форми прив'язаності, як-от «пристосування», «компроміс» і «суперництво», що свідчить про їхню готовність до спільного врегулювання конфліктів і знаходження гармонії у парі. Водночас неромантично зв'язані особи виявили вищий рівень «уникнення» та «співпраці», що може свідчити про їхню більшу уважність до особистого простору та прагнення уникати конфліктних ситуацій.

Отже, індивідуальність і контекстуальні чинники мають вирішальне значення у формуванні та підтримці відносин. Результати наголошують на необхідності індивідуалізованого підходу до управління конфліктами залежно від особистих особливостей і характеру відносин. Загалом, ці дані дозволяють краще зрозуміти взаємозв'язок між прив'язаністю та стратегіями управління конфліктами в контексті різних типів міжособистісних відносин.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ведишева А. Теорія прив'язаності Джона Боулбі. TASlife. URL: <https://taslife.com.ua/blog/attachment-theory> (дата звернення: 21.03.2024).
2. Гібсон Т. Прив'язаність. Як налагодити відносини з тими, хто нам дорогий. Київ : Сварог, 2023. 142 с.
3. Джонсон С.М. Теорія прив'язаності. Емоційно фокусована терапія для створення гармонійних стосунків. Київ : Наук. світ, 2023. 388 с.
4. Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation / M.D. Salter Ainsworth et al. New York, 2015. 418 p.

ПСИХОЛОГІЧНА ДЕТЕРМІНАЦІЯ ПОМИЛКОВИХ ДІЙ СУБ'ЄКТА ДІЯЛЬНОСТІ

PSYCHOLOGICAL DETERMINATION OF ERROR ACTIONS OF THE SUBJECT OF ACTIVITY

Стаття присвячена розгляду психологічних чинників, що зумовлюють появу різного спектра помилкових дій суб'єкта діяльності. Проблема помилкових дій завжди була привабливою для дослідників різноманітних шкіл і напрямів. Психологічний ракурс аналізу феномену «помилка» передбачає здійснення оцінки співвідношення свідомого та несвідомого в діях суб'єкта діяльності. Концепт «помилка» пропонується розглядати як таку свідому дію або бездіяльність, що призвела до відхилення керованих параметрів за допустимі межі, або яка заборонена правилами. Наголошується, що однією з важливих характеристик під час визначення поняття «помилка» є час. Помилкова дія завжди в минулому, тобто вона є доконаним фактом. Поки триває дія, недоцільно говорити про помилку. Лише коли отримано остаточний (найімовірніше, негативний) результат, мова може йти про помилку. У статті причини помилкових дій людини вивчено на різних рівнях: біологічному, психологічному або соціальному. Обґрунтовано припущення про те, що будь-яка невідповідність можливостей людини та вимог діяльності збільшує ймовірність появи помилки. Для оцінки ступеня невідповідності враховують важливість помилки. Відзначено, що індивідуальні якості, поточний психічний стан і перебіг процесів, які забезпечують виконання діяльності, належать до основних груп чинників помилкових дій суб'єкта. Доведено, що поява помилок суттєво залежить від особливостей особистості: що складніша діяльність, то суттєвіша роль особистісних характеристик у помилкових діях. Наголошується на істотній ролі у припущенні помилок таких характерологічних особливостей особистості, як недисциплінованість, конфліктність, безвідповідальність, неакуратність тощо. Якості схожої конотації негативно впливають на міжособистісні стосунки у спільній діяльності, породжуючи помилки соціальної взаємодії. З'ясовано, що до основних причин помилкових дій суб'єкта діяльності зараховують: особливості психологічного та фізичного стану, обмеженість ресурсів під час ухвалення рішень, дефіцит інформації, ступінь складності розв'язуваних проблем.

Ключові слова: діяльність, суб'єкт, помилкові дії, індивідуальні якості, психічні стани, психічні процеси.

The article is devoted to the consideration of psychological factors that lead to the appearance of a different spectrum of erroneous actions of the subject of activity. The problem of wrong actions has always been attractive to researchers of various schools and directions. The psychological perspective of the analysis of the phenomenon of error involves evaluating the ratio of conscious and unconscious in the actions of the subject of activity. The concept of "error" is proposed to be considered as such a deliberate action or inaction that led to the deviation of the controlled parameters beyond the permissible limits, or which is prohibited by the rules. It is emphasized that one of the important characteristics when defining the concept of "errors" is time. A wrong action is always in the past, that is, it is an accomplished fact. While the action is in progress, it is not advisable to talk about the mistake. Only when the final (most likely negative) result is received can it be a mistake. In the article, the causes of wrong human actions are studied at different levels: biological, psychological or social. It is a well-founded assumption that any discrepancy between human capabilities and activity requirements increases the likelihood of an error. To assess the degree of inconsistency, the importance of the error is taken into account. It was noted that individual qualities, the current mental state and the course of processes that ensure the performance of activities belong to the main groups of factors of the subject's erroneous actions. It has been proven that the appearance of errors depends significantly on personality characteristics: the more complex the activity, the more significant the role of personal characteristics in erroneous actions. It is emphasized that such characterological features of the personality as indiscipline, conflict, irresponsibility, sloppiness, etc., play a significant role in the assumption of errors. Qualities of a similar connotation have a negative impact on interpersonal relationships in joint activities, giving rise to errors in social interaction. It was found that the main causes of erroneous actions of the subject of activity include: peculiarities of the psychological and physical state, limited resources during decision-making, lack of information, and the degree of complexity of the problems to be solved.

Key words: activity, subject, erroneous actions, individual qualities, mental states, mental processes.

УДК 159.9.316.6
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.38>

Волянюк Н.Ю.

д.психол.н., професор,
завідувачка кафедри психології
і педагогіки
Національний технічний університет
України
«Київський політехнічний інститут імені
Горьа Сікорського»

Ложкін Г.В.

д.психол.н., професор,
професор кафедри психології
і педагогіки
Національний технічний університет
України
«Київський політехнічний інститут імені
Горьа Сікорського»

Фомич М.В.

к.психол.н., доцент,
начальник кафедри психології
діяльності в особливих умовах
Черкаський інститут пожежної безпеки
імені Героїв Чорнобиля Національного
університету цивільного захисту України

Постановка проблеми. Характерною особливістю сучасних видів трудової діяльності є не тільки створення та застосування нових засобів, удосконалення умов і організації виробництва, але й зростання професійних вимог до суб'єкта праці – до рівня його підготовки, мотивації, відповідальності, працездатності, емоційної стійкості, професійного здоров'я.

Недостатнє врахування в системі професійної підготовки та регламентації діяльності психологічних особливостей людини зумов-

лює появу помилкових дій. За ускладнення соціальних, часових, матеріальних, організаційних умов діяльності поява різних помилок є неминучою, а їхніми наслідками є порушення режимів роботи, які супроводжуються нещасними випадками, аваріями та катастрофами. Психічний апарат, що керує діями людини, виступає як система, до складу якої входить безліч операцій, різноманітних за змістом і якістю володіння ними суб'єктом. Існує три складові частини будь-якої операції: рухова, образна та мовленнєва (через мову людина

опановує виконання операцій). Отже, причиною помилок може стати або бути брак володіння мовою, образом чи рухом.

Помилкові дії суб'єкта детерміновані різними видами складності. Апаратурна складність зумовлена конструкцією техніки. Оперативна – структурою виконання алгоритмів діяльності. Часова складність характеризується ресурсом часу. Емоційна складність пов'язана з небезпекою, відповідальністю та наслідками за можливі помилки. Організаційна складність пов'язана із забезпеченням умов режиму праці та відпочинку персоналу. Будь-яка невідповідність можливостей людини і вимог діяльності збільшує ймовірність появи помилки. Для оцінки ступеня невідповідності враховують важливість помилки, яка розглядається як функція частоти її виникнення, можливості її виправлення, тяжкості ймовірних наслідків і вартості заходів, спрямованих на усунення недоліків. Такі помилки виникають тоді, коли перед суб'єктом постає декілька завдань, які потребують термінового розв'язання. Особливо вони загострюються у критичних ситуаціях, де існує чинник небезпеки, що зумовлює захисні реакції, які погіршують показники діяльності загалом. Під впливом цих чинників виникають емоції, які можуть дезорганізувати діяльність. Джерелом «емоційних перешкод» є конфлікт між розв'язанням оперативного завдання та збереженням безпомилковості. Надмірне прагнення людини не припуститися помилки може призвести до готовності її припуститися. Іноді причиною помилкових дій є втрата інформації за несподіваної зміни умов діяльності. Помилка стає наслідком того, що об'єктивно наявна інформація не використовується, а неперевірена зберігається. Необхідність вивчення помилок і помилкових дій визначається низкою обставин. По-перше, тільки в разі з'ясування психологічних причин помилок можливе розроблення рекомендацій щодо профілактики аварійності. По-друге, пізнання причин помилкових дій є предметом вивчення причинно-наслідкових зв'язків співвідношень передумов і наслідків помилок.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема помилкових дій завжди була в центрі уваги дослідників різноманітних шкіл і напрямів. До появи психоаналітичної теорії помилкові дії часто розглядалися як випадкові порушення в роботі психіки. З появою психоаналітичної ідеології помилки набувають статусу факту, що потребує раціонального пояснення, тобто пошуку причин, що детермінують його появу. Саме З. Фрейд уперше ввів у науковий обіг психологічної науки поняття «помилка» (Freudian slip). Водночас як причини не бралися до уваги ті, які зумовлені обмеженнями ресурсів уваги, фізіологічною недосконалістю

рецепторів або мовного апарату. Основна ідея, що дозволяла розкрити та пояснити причини помилкових дій, ґрунтувалася на припущенні про існування прихованих, неусвідомлюваних механізмів функціонування психічного апарату, які готують ті чи інші дії суб'єкта, включно з помилковими.

Найбільший внесок у дослідження природи та причин помилок у психології зробив піонер когнітивно-поведінкової терапії Аарон Бек. Розпочавши свої дослідження в цій сфері у 1960-х рр., виявив і довів важливість взаємозв'язку між думками, почуттями та поведінкою людини.

Представники когнітивної психології та поведінкової економіки Деніел Канеман і Амос Тверські за дослідження причин когнітивних помилок і особливостей ухвалення рішень в умовах невизначеності та ризику у 2002 р. отримали Нобелівську премію з економіки [6].

Метою статті є аналіз психологічної детермінації різного спектра помилкових дій, пов'язаних із діяльністю суб'єкта.

Виклад основного матеріалу дослідження. Помилка, згідно із тлумачними словниками, – ненавмисне випадкове відхилення від правильних дій, учинків, думок, різниця між очікуваною або вимірюваною та реальною величиною. Синонімічний ряд слова «помилка» в українській мові містить понад 50 аналогів. Для технічних систем помилкою вважається відхилення керованого параметра від заданого режиму функціонування. Для організаційних систем правомірність такого визначення досить дискусійна у зв'язку з нечіткістю завдань управління. Однак у таких завданнях завжди є критерії, за якими можна оцінювати результат. Будь-яке відхилення за рамки обмежень також може розглядатися як помилка.

Для визначення концепту «помилка» із психологічного погляду важливо оцінити співвідношення свідомого та несвідомого в діях людини. Контроль людини за власними діями – одна з найважливіших функцій свідомості. У міру професійного вдосконалення свідомість вивільнюється, тобто свідомий контроль з боку людини здійснюється не за всім процесом, а в найскладніших ділянках, у решті ж випадків ведеться несвідомий автоматичний контроль. Руховий автоматизм – це відмітна риса будь-якої праці. Він контролює основну частину трудового процесу у стійких, незмінних умовах, коли немає ознак небезпек або складнощів. У варіативних умовах діяльності великого значення набувають розумові процеси, а руховий автоматизм знижує свою роль [2]. У напружених ситуаціях настає деавтоматизація контролю, суттєву роль починають відігравати дії людини. З огляду на це про помилку варто говорити лише тоді, коли людина вчинила свідому дію. Ще один важливий момент

у визначенні поняття «помилка» – це часовий момент. Помилкова дія завжди в минулому, тобто вона є доконаним фактом. Поки триває дія, не можна говорити про помилку. Лише коли отримано остаточний (найімовірніше, негативний) результат, мова може йти про помилку, якої припустилися. Узагальнюючи все вищесказане, можна дати таке визначення помилки людини: помилка – це така свідома дія або бездіяльність, яка призвела до відхилення керованих параметрів за допустимі межі, або яка заборонена правилами.

Будь-яка дія людини зумовлена системою різних психічних процесів, тому виявити природу помилок виявляється значно складніше, ніж встановити їхню причину.

Під час вивчення психологічних причин помилок людини варто говорити лише про ті, які призвели або могли призвести до нещасного випадку, аварійної ситуації, тобто мали високу значущість. До основних груп чинників помилкових дій суб'єкта варто віднести: індивідуальні якості, поточний психічний стан і перебіг процесів, які забезпечують виконання діяльності.

Вивчення причин помилкових дій людини здійснюється на різних рівнях: біологічному, психологічному або соціальному.

До біологічного рівня належать як генетичні, так і фізіологічні особливості стійкого пристосування людини до навколишнього середовища, адаптивна регуляція процесів забезпечення її життя в нормальних і екстремальних умовах. Простежується зв'язок між деякими типами помилкових дій і психічними процесами, порушення перебігу яких може стати причиною помилок [4]. Помилки людини на сенсорно-перцептивному рівні можуть бути наслідком впливу таких чинників, як: індивідуальна чутливість, адаптаційні можливості та закономірності взаємодії відповідних аналізаторів; фізичні характеристики сигналів; функціональний стан суб'єкта діяльності; професійна невідповідність людини, рівень мотивації; психологічні й фізичні обмеження в діяльності; ступінь урахування психофізіологічних особливостей сприйняття інформації щодо функціонування об'єкта праці.

Однією із причин помилкових дій може бути викривлена людиною значущість інформації. На процеси її сприйняття можуть впливати суб'єктивні уявлення про сутність інформаційних повідомлень, які є основою конкретної діяльності, а також помилки сприйняття часу, особливо його тривалості.

Діяльність багатьох фахівців висуває власні вимоги до організації або стану уваги людини. Цей процес має властивість захисту людини від перевантаження інформацією. Порушення функції уваги (концентрації, стійкості, розподілу, перемикання, обсягу) призводять до

погіршення інформаційного пошуку, виявлення сигналів, їх декодування на етапах підготовки рішення. Порушення вибірковості уваги призводять до помилок сприйняття інформації та її перетворення. Помилки в розподілі та перемиканні уваги залежать від обсягу інформації та темпу її надходження. Особливо це має значення в умовах суміщеної діяльності. Порушення стійкості, перемикання й інших функцій уваги призводить не тільки до помилок, а й до зниження надійності діяльності людини в системах управління (наприклад, руху).

Накопичено розлогий доказовий матеріал про види порушень різних мнемічних процесів, які можуть бути причиною помилкових дій. Значення пам'яті для аналізу помилкових дій пов'язане із процесами запам'ятовування, зберігання та відтворення інформації. Помилкові дії можуть бути пов'язані: з великим об'ємом інформації щодо змісту та режимів діяльності. У реальності в пам'яті функціонують два процеси: реконструкція та реінтеграція. У першому випадку процеси пам'яті формуються суб'єктом таким чином, щоб задовольнити, наповнити, збагатити свої знання, переконання, очікування, що супроводжується новими фактами, новими деталями, подіями. Це може спотворювати значення інформації, призводити до помилкових суджень, тверджень, оцінок і вчинків. Реінтеграція означає відновлення в пам'яті пов'язаних фрагментів інформації для побудови цілісної картини ситуації, стану того чи іншого об'єкта. Спотворений стан цих фрагментів, порушення послідовності відновлення (упорядкованості) може бути причиною помилкових суджень. Помилкові ж дії можуть бути пов'язані зі «стиранням» у пам'яті необхідної інформації, забуванням звичних рухів, «цементуванням» непотрібних відомостей. В екстремальних ситуаціях діяльності помилки пам'яті можуть бути пов'язані з її переважанням, «нав'язаним» темпом надходження та необхідністю оперативного використання. Різні умови функціонування пам'яті накладаються на широкий діапазон індивідуальних відмінностей мнемічних процесів, що й детермінує широкий спектр помилок, пов'язаних із конкретною діяльністю людини.

У реальних ситуаціях людина не завжди діє вправно. Спроба уникнути ризику, неправильне трактування інформації або пошук додаткових даних збільшують витрати на ухвалення рішення [5]. Процес підготовки й ухвалення рішень у ситуації невизначеності, виникнення непередбачуваних ситуацій, високої відповідальності за результати діяльності може супроводжуватися помилковими рішеннями. Помилки у процесах ухвалення рішення визначаються їхньою специфікою залежно від місця у структурі діяльності. Параметри, що визначають цю специфіку, відображають: рівень

домагань; повноту інформаційного підґрунтя діяльності; ступінь розгорнутості та переваги психічних процесів, які лежать в основі вибору однієї альтернативи (вольового, інтелектуального або емоційного типу рішення); вимоги до структури індивідуально-психологічних якостей і їхньої відповідності змісту в різних блоках психологічної системи діяльності.

На процеси ухвалення рішення може впливати і потреба людини в отриманні додаткової інформації навіть тоді, коли вона не може змінити вже ухваленого рішення [3]. Такого роду схильність може проявлятися у викривленій оцінці інформації для ухвалення рішень. Цей ефект зумовлений допитливістю людини, що виникає на тлі невпорядкованості її цілей, відсутності розуміння ситуації під час вибору плану дій. Окрім цього, на помилки ухвалення рішення впливають і схильність людини приписувати свої стани іншим фахівцям, і схильність до прогнозування їхньої поведінки та реакцій, виходячи зі своїх уявлень про їхні спонукання та наміри. У таких випадках помилки в ухваленні рішення розглядаються як помилки атрибуції (приписування) [1]. Такі помилки можуть виникати й тоді, коли отримано всю необхідну й достовірну інформацію, але її аналіз, переробка й осмислення базувалися на неадекватній оцінці ситуації, або дефіциті знань і досвіду.

В основі помилкових рухових дій людини можуть бути індивідуальні особливості й обмеження за параметрами точності, швидкості та темпу сенсомоторних реакцій, координації рухів і стабільності їх виконання. Іноді інформація й ухвалені рішення можуть бути правильними, але відповідна дія помилковою. Неправильна дія може проявитися і в бездіяльності людини в той момент, коли вона необхідна (нездатність до дії або порушення послідовності) або в неправильному виборі дії (розпорошеність уваги, втома, дискоординація).

Помилки, пов'язані з рівнем розвитку сенсомоторних процесів і рухових дій, проявляються під час виконання координованих рухів щодо точності, диференціювання швидкості, співвіднесення рухів об'єкта з переміщенням того чи іншого органу управління. Для операцій дистанційного стеження за переміщенням об'єкта помилками можуть бути запізнювання або дискретність реакції, порушення реагування на швидкість руху, порушення процесу екстраполяції рухів, дискоординація в діях у разі необхідності зміни швидкості, напрямку руху або прискорення.

Виникнення помилкових дій залежить значною мірою від функціонального стану людини. Неприятливі функціональні стани супроводжуються зниженням працездатності, дисфункцією та дискоординацією професійно важливих психічних якостей і функцій, порушенням організації діяльності і, як наслідок,

появою помилкових дій. До таких станів належать: стомлення та перевтома, різного роду стреси, монотонія, десинхроз, психічна демобілізація, ейфорія.

Варто зазначити, що стресові стани найчастіше зумовлюють появу помилок. Можна виділити низку стресорів, що діють на людину в сучасних умовах: інтенсивність роботи; тиск чинника часу; ізолюваність і віддаленість робочих місць; одноманітність і монотонність роботи; брак рухової активності і все, що породжує депривацію, сенсорний голод, загальмованість (наприклад, «дорожній гіпноз» у водіїв на відмінній, але одноманітній дорозі); соціальні стресори (неможливість самовираження, обмеженість міжособистісних контактів, рольова невизначеність, егоцентрична інтерпретація подій).

Поява помилок суттєво залежить від особливостей особистості: що складніша діяльність, то суттєвіша роль особистісних характеристик у помилкових діях. Як основні причини, що детермінують помилкові дії людини, виокремлюють: особливості психологічного та фізичного стану, обмеженість ресурсів під час ухвалення рішень, дефіцит інформації про функціонування системи, ступінь складності розв'язування проблем, перевагу мотивації вигоди над моральними принципами, збільшення економічних витрат через систематичні порушення прав людини. Доцільно зазначити, що пошуки психологічних корелятивів (особистісних якостей) помилкових дій здійснюються постійно. Виявлено, що схильність до помилок вища у фахівців з низькою дисципліною, які не поважають авторитетів і демонструють незадовільну поведінку.

Цікаву залежність безпомилковості роботи від такої якості особистості, як рівень домагань, було встановлено ще у 30-х рр. минулого століття Куртом Левінім. Було доведено, що успіх у роботі зазвичай сприяє підвищенню рівня домагань і вибору важчих завдань, але в яких і більша ймовірність появи помилок. Невдачі ж найчастіше ведуть до зниження впевненості, зниження рівня домагань, сприяють вибору завдань меншого ступеня складності.

Помилки також можуть бути і наслідком нездатності розв'язувати внутрішні конфлікти, які зумовлюють зростання психічної напруженості і, як її наслідок, посилення агресивних станів суб'єкта діяльності, його інтолерантності до правил та інших обмежень.

На безпомилковість діяльності впливає і такий особистісний показник, як стратегія поведінки, що є похідною від позиції людини щодо джерел її успіху та невдач. У цій позиції в людей існує досить стійка відмінність: одні орієнтуються на зовнішні, інші – на внутрішні чинники. Стратегії формуються і в результаті професійної підготовки, і під впливом соціаль-

ного оточення. Але вони виявляються досить стійкими особистісними утвореннями. Встановлено, що люди із внутрішньою стратегією більш активні, краще справляються з вирішенням невизначених завдань. Вони більш наполегливі в досягненні мети, легше коригують плани, соціально домінантні, стійкі до тиску громадської думки та менш схильні змінювати свої рішення. Фахівцям із зовнішньою стратегією цих важливих якостей бракує, тож така індивідуальна особливість може стати передумовою появи помилок.

Цікаво також розглянути, як впливає мотиваційна сфера особистості на виникнення помилок. Беззаперечно, що суб'єкти праці є досить умотивованими до діяльності, але природно й те, що не всі однаково. Оскільки діяльність залежить не тільки від людини, яка її здійснює, а й від зовнішніх умов, то можна вважати, що й мотивація сталою не залишається. Отже, мотивація має розглядатися як продукт зміни та розвитку зовнішніх і внутрішніх умов діяльності. Цей підхід, базуючись на рівні домагань, дає змогу обумовити дві провідні диспозиції особистості: прагнення досягнення успіху або уникнення невдачі. Якщо в людини переважає прагнення до успіху, то для неї небажані як надмірно прості, так і занадто складні завдання. Вона віддає перевагу завданням середньої складності. Вона не чекає помилок, не боїться небезпеки, і така стратегія поведінки сприяє її успішнішій, наприклад, управлінській діяльності. Якщо ж у людини домінує прагнення уникнення невдачі, її приваблюють або прості завдання, де успіх гарантований, або завдання дуже високої складності, де невдача не загрожує репутації. Виявлено, однак, що такі люди частіше припускаються помилки, ніж перші. Річ у тім, що захисна тенденція – не помилитися – послаблює силу основного мотиву діяльності і сама собою сприяє виникненню помилки. Інакше кажучи, обережна поведінка далеко не завжди гарантує безпомилковість і успіх в управлінні.

Емпірично встановлено, що розв'язання завдань із невпевненістю в успіху супроводжується надмірною мобілізацією психофізіологічних ресурсів організму. Така витрата виправдана, але лише в тому разі, якщо вона є адекватною ступеню значущості завдання. Коли ж людина професійно не готова, не досить кваліфікована, то загальна активізація психіки мало сприятиме успіху, але створюватиме додаткові умови для виникнення помилок.

Істотну роль у скоєнні помилок відіграють такі характерологічні особливості особистості, як недисциплінованість, конфліктність, безвідповідальність, неакуратність тощо. Ці якості негативно впливають на міжособистісні стосунки у спільній діяльності, породжуючи помилки соціальної взаємодії.

Вплив індивідуальних якостей людини на її помилки вивчав німецький учений Карл Марбе. Він дійшов висновку, що схильність людини до помилок – це наслідок її нездатності швидко змінювати свою поведінку та швидко перемикаючи свої настанови відповідно до ситуації, що змінюється. Він уважав, що одні люди здатні успішно працювати тільки за збереження умов діяльності, а з їхньою зміною здатність безпомилково діяти різко знижується. Водночас інші люди в разі зміни умов праці діють так само успішно, як і раніше. Перша категорія людей з утрудненим перемиканням настанов і схильна до помилок. На доказ К. Марбе наводив той факт, що більшість аварійних ситуацій виникає неочікувано, для їх успішного подолання необхідно швидко змінити характер поведінки: ті, кому це не вдається, – припускаються помилок. К. Марбе називав таких людей «травматиками», а здатність до швидкого перемикання настанов уважав уродженою якістю. На його думку, така фатальна схильність до помилок не залежить від того, чим займається людина. Але це узагальнення викликає нині суттєві заперечення. Повторюваність помилок у людей може бути зумовлена багатьма причинами: недосвідченістю, несприятливими умовами праці, поганим самопочуттям або пригніченим емоційним станом.

Однак експериментально встановлено, що здатність людини до швидкого перемикання настанов впливає на її схильність до здійснення помилок. Але цю якість жодною мірою не можна вважати фатальною. Людина за своєю природою є найвищою мірою самоорганізованою істотою, здатною долати свої природні обмеження шляхом вироблення різних компенсаторних механізмів. Але все ж таки ті люди, у яких ці природні недоліки суттєві, повинні працювати в тих галузях, де не потрібно здатності миттєво реагувати на ситуацію й ухвалювати оперативні рішення. Стійкі психологічні якості людини зумовлюють формування її індивідуального стилю діяльності. Він проявляється в закріпленні визначених навичок у типових прийомах і способах здійснення дій. Вони індивідуальні для кожної людини і складаються таким чином, що дають їй змогу досягати хороших результатів у роботі, мінімізуючи можливі помилки.

До чинників, що зумовлюють появу помилок, відносять також режим трудової діяльності. У роботах відомого українського психолога Євгена Олександровича Мілеряна, який очолював лабораторію психології праці Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, було виявлено найтипівші режими праці людини: навчально-тренувальний, мінімальний, оптимальний і екстремальний. Кожному режиму праці притаманні помилки окремої природи. Так, наприклад, в екстремальному режимі

фахівці, особливо з високою тривожністю, виявляються схильними до найнеймовірніших помилок, несумісних подекуди з їхнім високим професіоналізмом. А їхнє велике старання уникнути помилок ще більше погіршує результати діяльності аж до дезорганізації. За мінімального режиму роботи помилки мають іншу психологічну природу. Дії людини пов'язані з вирішенням простих завдань і є час, а також можливість для виправлення помилок. Мотивація фахівців до вирішення таких завдань зазвичай невелика. Це спричиняє зниження інтересу і, як наслідок, зниження рівня уваги, активації нервової системи, зниження м'язової готовності, млявості до недбалості у виконанні завдань.

У дослідженнях, спрямованих на виявлення зв'язку помилок із різними за змістом психологічними характеристиками, якостями, змінними, виявлено залежність помилкових дій від професійного досвіду. Пік помилок припадає на початок освоєння професії, потім він знижується, проте для стажу 5 ± 2 роки виявляється другий (щоправда, менший), але теж видимий сплеск. Якщо перший пік зумовлений браком знань і досвіду, то другий – має іншу психологічну природу. Накопичивши досвід, віруювавши в нього, людина знижує увагу, обережність, старанність і розплачується за це помилками.

Висновки із проведеного дослідження. Психологічний аналіз детермінації помилкових дій суб'єкта діяльності являє собою досить складну процедуру через низку обставин. Передусім причиною помилкових дій можуть бути найрізноманітніші особливості людини: професійні, психофізіологічні, антропометричні, особистісні тощо. До помилок можуть призводити індивідуальні особливості, пов'язані з низькою мотивацією, здібностями до конкретної діяльності, заниженою кваліфікацією та малим досвідом роботи. Помилки можуть бути і наслідком економічних чинників, пов'язаних із низькою оплатою праці, відсутністю соціальних просувальних, а також станом міжособистісних відносин. Експертиза помилкових дій визначається насамперед характером конкретного випадку в робочій ситуації, коли їх припустилися, і передбачає аналіз діяльності, висновки експертів із використанням засобів об'єктивного контролю.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Baer D., Lubin G. 58 Cognitive Biases That Screw Up Everything We Do. *Business Insider*. URL: <http://www.businessinsider.com/cognitive-biases-2014-6?op=1> (дата звернення: 22.03.2024).
2. Baron J. *Thinking and Deciding*. Cambridge : Cambridge University Press, 2000. 570 p.
3. Cohen J.B., Goldberg M.E. The Dissonance Model in Post-Decision Product Evaluation. *Journal of Marketing Research*. 1970. Vol. 7. № 3. P. 315–321. The electronic version of the printing publication. Access from "Jstore". URL: <http://econjwatch.org/articles/some-anomalies-arising-from-bandwagons-that-impart-upward-sloping-segments-to-market-demand> (дата звернення: 20.03.2024).
4. Prediction of human errors by maladaptive changes in event-related brain Networks / N. Eichele et al. *Proc. of National Acad. Sci. of the USA*, 22 Apr. 2008. V. 105. № 16. P. 6173–6178.
5. Hardman D. *Judgment and Decision Making: Psychological Perspectives*. Malden, MA : Wiley-Blackwell, 2009. 221 p.
6. Kahneman D., Tversky A. Rational Choice and the Framing of Decisions. *The Journal of Business*. 1986. Vol. 59. № 4. Part 2. P. S251–S278. The electronic version of the printing publication. Access from "Jstore".

ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ КОРУПЦІЙНИХ ДІЯНЬ

PSYCHOLOGICAL PREREQUISITES OF CORRUPTIVE ACTS

Показано, що корупція є багатоаспектним, багаторівневим, системно організованим соціальним явищем, що інтегрує в собі економічну, юридичну, соціальну, управлінську, етичну, політичну та психологічну складові частини. Проаналізовано різні теоретичні підходи до трактування корупції та пояснення її причин. Наголошено на психологічних ракурсах виникнення та функціонування корупції як соціального явища. Розглянуто питання культурної зумовленості корупції. Зазначено, що основними напрямками психологічного вивчення корупції виступають: 1) психологія тих, хто бере хабарі; 2) психологія тих, хто дає хабарі; 3) вивчення ставлення суспільства до проблеми корупції та її конкретних компонентів; 4) дослідження соціально-психологічних процесів, які впливають на корупцію; 5) психологічні інструменти діагностування та запобігання корупції. Означено моделі, що пояснюють пострадянську схильність до реалізації корупційних відносин: 1) корупція як пережиток радянської економіки дефіциту; 2) укоріненість хабаря у традиційних відносинах обдарування; 3) хабар як раціональний інструмент пострадянської ринкової економіки. Наголошено, що Україна вписується в загальносвітові закономірності корупції, перебуваючи під впливом відповідних чинників, зокрема – рівень корупції зростає в період модернізації, коли політична й економічна активність населення випереджає інституційне оформлення її нових форм. Зазначено, що українська корупція характеризується активним створенням відсутності норм поведінки та добровільним ігноруванням норм більш впливовими членами суспільства. Показано, що соціально-психологічними особливостями сучасної корупції є її відкритість і цинізм, тобто нинішні корупціонери зазвичай не бояться розлати за свої дії та вважають їх цілком виправданими.

Ключові слова: корупція, корупційна поведінка, психологічна наука та практика, масова свідомість, формальні та нефор-

мальні відносини, психологічні чинники корупції.

It is shown that corruption is a multi-faceted, multi-level, systematically organized social phenomenon that integrates economic, legal, social, managerial, ethical, political and psychological components. Various theoretical approaches to the interpretation of corruption and the explanation of its causes are analyzed. Emphasis is placed on the psychological aspects of the emergence and functioning of corruption as a social phenomenon. The issue of cultural conditioning of corruption is considered. It is noted that the main areas of psychological study of corruption are: 1) psychology of those who take bribes; 2) psychology of those who give bribes; 3) study of society's attitude to the problem of corruption and its specific components; 4) research of socio-psychological processes that affect corruption; 5) psychological tools for diagnosing and preventing corruption. The models explaining the post-Soviet propensity to implement corrupt relations are defined: 1) corruption as a remnant of the Soviet deficit economy; 2) the rootedness of bribery in traditional relations of giving gifts; 3) bribery as a rational tool of the post-Soviet market economy. It is emphasized that Ukraine fits into the global laws of corruption, being under the influence of relevant factors, in particular – the level of corruption increases in the period of modernization, when the political and economic activity of the population precedes the institutionalization of its new forms. It is noted that Ukrainian corruption is characterized by the active creation of the absence of norms of behaviour and the voluntary disregard of norms by more influential members of society. It is shown that the socio-psychological features of modern corruption are its openness and cynicism, i.e. current corruptors are usually not afraid of retribution for their actions and consider them completely justified.

Key words: corruption, corrupt behavior, psychological science and practice, mass consciousness, formal and informal relations, psychological factors of corruption.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.39>

Зарічанський О.А.

к.пед.н., доцент,
старший науковий співробітник відділу проблем інформаційно-психологічного протидорства науково-дослідного центру Військового інституту Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Вступ. Наприкінці 2023 р. Україна отримала 36 зі 100 балів в Індексі сприйняття корупції за 2023 р., додавши 3 бали. Такі дані опублікувала Transparency International Ukraine. Тепер ми посіли 104 позицію поміж 180 країн. В Україні корупційна діяльність має вражаючі масштаби, розширюється її об'єкт. Нині продаються не лише традиційні послуги корупціонерів, але і посади, звання, нагороди, дипломи, місця у представницьких органах і багато іншого. Українська ринкова економіка – одна з «найбільш ринкових» у світі, у тому сумному сенсі, що іноді в нас можна купити те, чого в інших країнах не купиш. Так, наприклад, у березні 2024 р. в Запоріжжі правоохоронці викрили злочинну групу, яка «торгувала інвалідністю», тобто отримувала від громадян гроші за оформлення фіктивної інвалідності [2].

Перед виборами час від часу в засобах масової інформації наводяться шокуючі ціни на депутатські місця у Верховній Раді, де засідає підозріла кількість надбагатих людей, а також дані про те, що корупційні доходи депутатів у багато разів перевищують їхні офіційні заробітки. Складається враження, що практично будь-які контакти влади та бізнесу будуються на корупційній основі. Зважаючи на той факт, що ще в жодній державі практично не вдалося цілком викоринити корупцію правовими й економічними заходами, усе більшої актуальності набуває дослідження психологічних чинників корупції та передумов її виникнення.

Мета роботи – на підґрунті теоретичних розвідок визначити психологічні складники виникнення та функціонування корупції. **Завдання** роботи: на основі теоретичного ана-

лізу виокремити психологічні характеристики сучасної корупції, виявити її соціально-культурне підґрунтя, визначити основні напрями психологічного вивчення корупції та психологічні чинники, що детермінують її розвиток.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як відомо, неповага до закону – лише один із чинників, що визначають розвиток у країні корупції. На споконвічне питання, у чому ж полягає коріння корупції, різні дослідники давали свою оригінальну відповідь. Одним із перших це зробив професор Роберт Клітгард, творець знаменитої «формули корупції» $K = M + D - B$, де K – корупція, M – влада монополій, D – довільність рішень, B – відповідальність [8]. Маємо зауважити, що в цій формулі поняття «довільність рішень» і «відповідальність» мають панівну психологічну складову частину. Інакше кажучи, корупція визначається ступенем монопольної влади та права ухвалювати довільні рішення, якими наділені державні чиновники, а також мірою їхньої відповідальності за свої дії.

Учені, що дотримуються іншого підходу, пропонують трактування корупції через теорію аномії. Ця теорія пояснює злочини так званих «білих комірців» [10] і визначає аномію як «стан відсутності норм або відсутності регулювання, або безладні стосунки між індивідуумом і соціальним порядком» [1]. З. Кісіль зазначає, що українська корупція характеризується активним створенням відсутності норм поведінки та добровільним ігноруванням норм більш впливовими членами суспільства [6].

А. Барр (A. Barr) і Д. Серра (D. Serra) вважають, що корумпована поведінка людей пояснюється бажанням досягти визначених цілей. Чим вищими є цілі людини, тим меншим є прийняття норм, отже, імовірність скоєння людиною злочину, як-от корупція, більше [5]. І. Ларіонова в цьому контексті зазначає, що в українських реаліях велич мети треба інтерпретувати у відносному сенсі, а саме з урахуванням офіційно встановлених низьких доходів, які часто нижче рівня життя або навіть нижче рівня виживання [1].

Дослідники проблеми підкреслюють, що корупція є багатоаспектним, багаторівневим, системно організованим соціальним явищем, що інтегрує в собі економічну, юридичну, соціальну, управлінську, етичну та політичну складові частини [3; 4; 9]. Безумовно, вона містить і психологічну складову частину, яка, маючи самостійне значення, є органічно включеною в усі перелічені – соціальну, управлінську, етичну тощо. Тому психологічні ракурси корупції все частіше стають предметом її міждисциплінарного вивчення, а психологічна практика намагається включитися в її викорінення [11; 12].

Дослідниками слушно наголошується, що в сучасній науковій літературі відображено

результати досліджень природи становлення корупції з позицій економіки, політики та права, психологічні особливості формування корумпованої поведінки ще не вивчені [12]. Г. Лассвелл (G. Lasswell), А. Рогов (A. Rogow) пишуть про те, що наукові дослідження корупції страждають на суттєві недоліки, серед яких насамперед варто відзначити їхню однобокість. Вона виявляється в тому, що переважно вивчаються правові та соціологічні аспекти корупції за цілковитого ігнорування психологічних аспектів. Складається враження, що беруть і дають хабарі, зловживають своїм службовим становищем не живі люди з їхніми пристрастями та потягами, а деякі роботи, позбавлені потреби та почуттів. Тому і запропоновані заходи боротьби із цим явищем не враховують необхідності вирішення найважливіших питань індивідуально-психологічного та соціально-психологічного характеру [9].

Проте психологія корупції як самостійна та перспективна галузь психологічного дослідження починає формуватися. Можна виокремити її основні складові частини, як-от: 1) психологія корупціонерів; 2) психологія тих, хто дає хабарі тощо; 3) вивчення ставлення суспільства до проблеми корупції та її конкретних компонентів; 4) дослідження соціально-психологічних процесів, які впливають на корупцію; 5) психологічні інструменти діагностування та запобігання корупції.

Вагомий внесок у виявлення джерел і передумов корупції роблять соціально-психологічні наукові студії. Зокрема, фіксуються такі соціально-психологічні характеристики сучасної корупції, як *відкритість і цинізм* [7]. Вони узгоджуються з наведеними іншими дослідниками даними про те, що нинішні корупціонери зазвичай не бояться розплати за свої дії та вважають їх цілком виправданими [3]. Не ставлячи під сумнів ці результати, відзначимо, що й технології прихованого, «безпечного» хабарництва безперервно розвиваються, оскільки висока креативність корупціонерів також не викликає сумнівів. У зв'язку із цим зазначимо, що, згідно з даними зарубіжних досліджень, найбільших успіхів у корупційних махінаціях досягають творчі люди, які характеризуються нестандартним підходом до вирішення завдань [9], а деякі корупційні схеми просто захоплюють своєю складністю та досконалістю.

Важливою передумовою існування корупції виступає суспільне ставлення до цього соціального явища. Тут маємо наголосити на двох особливостях такого ставлення, які безпосередньо пов'язані з масовою психологією.

По-перше, толерантність – ставлення до корупції як до повсюдного («усі крадуть», «усі беруть» тощо), невикорінного та неминучого «мінімального рівня зла», що не заслуговує на серйозне засудження. Сама ідея «нормаль-

ності» «мінімуму корупції» уже виводить це явище зі смертних гріхів і переводить у розряд неабсолютного зла [12]. В інших дослідженнях відзначається відносно спокійне ставлення українців до корупції [11]. У масовій свідомості домінують полярні види ставлення до корупції – «ненависть» і «байдужість» (проте переважає все ж таки другий) [12].

По-друге, той факт, що виражене засудження в масовій свідомості викликають не власне акти корупції, а лише непомірні розміри хабарів, особливо якщо вони «непропорційні» посаді корупціонерів.

Що стосується соціокультурного коріння корупції, то дослідниками, як зарубіжними, так і вітчизняними, наголошується на клановості, кумівщині, «бананових» механізмах наближення до влади, характерних як для нашої культури, так і для культури інших країн [3–5]. Ці явища створюють масове корупційне середовище, куди грошові форми корупції вписуються дуже органічно: «Соціальні зв'язки в корумпованих системах реалізуються як приватні взаємодії, дружні чи споріднене коло» [3]. Симптоматично, що дружини наших високих чиновників часто виявляються «успішними підприємницями», які заробляють у десятки разів більше за своїх чоловіків. Водночас урядовці, що залишають високі посади, зазвичай ідуть у комерційні структури, де активно використовують колишні зв'язки, що створює вкрай сприятливе середовище для корупційних відносин, хоча вони й не виявляються у відкритій грошовій формі. Зокрема, «родичі чиновників високого рангу з митних чи податкових органів раптом, незалежно від кваліфікації, опиняються на вельми грошових посадах у комерційних структурах. Не менш щасливими є і родичі деяких високопосадовців з інших органів влади» [3]. Слушно зазначається, що «не працює в нас і норма про конфлікт інтересів: коли особисті сподівання посадової особи вступають у суперечність із її службовими інтересами» [6], на відміну від західних країн, де чиновник зобов'язаний негайно повідомляти про такі конфлікти.

Для вітчизняної культури характерний такий вислів, як «шукати вихід на» (далі вказується ім'я великого начальника), і поширена модель поведінки, коли людина, потрапивши до будь-якої неприємної ситуації (наприклад, у ДТП) як винуватець, відразу починає дзвонити не до поліції й не до «швидкої», щоб постраждалим було надано допомогу, а друзям і знайомим – щоб їй «відмазали». Як пишуть П'єр Бурдьє (Pierre Bourdieu) та Джеймс Мануель Коулман (James Manuel Coleman), реформатори пострадянських років виховали лукавого громадянина: який не довіряє владі, але цілком від неї залежить, готового взаємодіяти з державою тільки через «чорний хід» беззаконня

[7]. Звичка добиватися чогось за знайомством, по блату тощо органічно впроваджена в пострадянський менталітет, украй актуальна в часи загального дефіциту, вона збереглася й донині, будучи тепер зверненою не на товари народного споживання, а на інші цілі [7].

Очевидно, що отримують підтвердження всі три основні моделі, що пояснюють пострадянську схильність до реалізації корупційних відносин: 1) корупція – це пережиток радянської економіки дефіциту; 2) психологія хабаря вкорінена у традиційних відносинах обдарування; 3) хабар є раціональним інструментом пострадянської ринкової економіки [7]. Водночас найпростішим підтвердженням їхньої кон'юнкції є те, що хабарництво тією чи іншою мірою було характерне для окремих культур завжди, але сучасний рівень корупції є безпрецедентним [3; 7].

Надбудова корупції над системою неформальних, «нестатутних» відносин, які мають у суспільстві пріоритет над відносинами формальними та «статутними», сприяє формуванню структури корупції, надаючи їй організованого характеру. Поодинокі корупціонери практично вже не трапляються в царині корупційних взаємин. Їм на зміну прийшли неформальні структури – корупційні мережі. Відбувається процес «корпоративізації корупції» [3]. У цих мережах чітко виражені горизонтальні й вертикальні зв'язки. Перше, коли, наприклад, «перевіряти» продавців на ринку приходять двоє посадовців, і важко уявити, щоб один із них брав із них «данину» та не ділився нею з іншим. Друге – це побудова корупційних структур як корупційних вертикалей, у межах яких нижчі чини неодмінно діляться з вищими, а ті – зі своїм керівництвом тощо. Якщо ж у такій системі з'являється «незручна» людина, від неї прагнуть швидше «позбутися». Водночас яскраво виявляється феномен «кругової поруки», оскільки корупціонери «своїх не здають» [3]. У деяких сегментах суспільства, які перетворилися на корупційні полігони, процедури формального прийняття на службу вже є допуском до корупційних систем. Закриті процедури кадрового відбору сприяють тому, що до служби в корупційних системах допускаються суб'єкти, які вже свідомо готові до корупційних практик [3]. Змінити ситуацію в таких організаціях можна тільки ззовні і за особистої участі високопоставленого начальства. Усе це не лише надає корумпованим організаціям характеру «бойових одиниць» і робить їх дуже стійкими, а й породжує добре відомий у психології феномен дестрибуції провини та відповідальності.

Зокрема, суб'єктивне сприйняття ризику знижується, якщо чиновник ділиться хабарем із начальством, продавець віддає частину «відкату» керівнику фірми. І чим численніша мережа учасників корупційної угоди, тим

менше почуття провини і ризик зіпсувати репутацію в разі викриття [1]. Варто також зазначити, що в нашій вітчизняній культурі дуже розмитими є межі між власне хабарем і вдячністю. Ще з радянських часів прийнято вважати, що деякі види послуг припускають подяку (причому не в усній, а в товарно-грошовій формі) як само собою зрозумілу, незважаючи на те, що особи, які надають такі послуги, повинні безоплатно робити це через свої службові обов'язки. Так, підношення грошима, наприклад, учителям або лікарям, зазвичай здійснюються добровільно, без будь-якого примусу та здириництва з їхнього боку, просто тому, що «так прийнято» [1].

Такі вчинки сприймаються в нас не як корупційні, а як такі, що виражають лише природну людську подяку, до того ж їхній адресат нічого не вимагає за свої послуги. Однак такі форми поведінки спричиняють цілковите нерозуміння в інших культурах [3].

Загалом можна зробити дуже невтішний висновок про те, що корупція в пострадянських країнах – це більше, ніж корупція (навіть за найширшого її тлумачення, характерного для міжнародних програм боротьби з нею). Корупція характеризується (навіть високопосадовцями) як спосіб життя [12]. Можливо, це перебільшення, але важко не погодитися з тим, що корупція в нашій країні утворює давно вкорінену систему соціальних відносин, що тісно переплетена з іншими соціальними відносинами, а правильне лікування країни від корупції еквівалентне лікуванню країни взагалі [1].

Українці часто вважають нормальними та звичайними ті дії, які в інших країнах сприймаються (й караються) як корупційні злочини. Таке ставлення до корупції має давні традиції. Нині, згідно з даними різних опитувань, важко знайти українця, який якби не брав, то принаймні час від часу не давав би хабаря в тій чи тій формі. Причому, як свідчать соціологічні дослідження, корупційна пропозиція, тобто кількість ситуацій, коли громадянин готовий дати хабаря, набагато перевищує корупційний попит, тобто кількість випадків вимагання хабаря [11].

Водночас Україна вписується і в загальносвітові закономірності корупції, перебуваючи під впливом відповідних чинників. Так, рівень корупції зростає в період модернізації, коли політична й економічна активність населення випереджає інституційне оформлення її нових форм [7], а ці норми ще не закріплені в законах і ухвалення відповідних рішень цілком визначається свавіллям чиновників. У зв'язку із цим радикальне зменшення кількості дозвільних і заборонних функцій чиновників позначається як один із головних напрямів боротьби з корупцією. Великий вплив на неї робить також байдужість

значної частини населення до порушення соціальних норм, масовий цинізм і втрата здорового глузду [5]. Корупція пов'язана з різними особливостями національної культури: із традицією робити подарунки [1;2]; такою характеристикою культур, як «колективізм – індивідуалізм» [6]; особливостями релігійних конфесій [7] тощо. У результаті «корупція трактується не як тимчасовий хворобливий стан, а як явище, що постійно відтворюється культурною традицією, що спирається на постійні, стійкі риси національної культури» [23].

Таке трактування підкріплюється результатами численних досліджень культурної зумовленості корупції [3–5; 12]. Водночас варто наголосити і на небезпеці її абсолютизації: якщо рівень корупції визначається особливостями національної культури, то спроби його зниження можуть сприйматися як марні. Існують і спростування цієї позиції, що, наприклад, деякі країни Південно-Східної Азії досягли відчутних успіхів у боротьбі з корупцією за збереження своєї самобутньої культури. Оптимізм вселяють також дослідження, які демонструють, що люди, які переїхали із країн із високим рівнем корупції до країн, де вона практично відсутня, здебільшого припиняють здійснювати корупційні дії. Однак після повернення до рідних, висококорумпованих країн вони знову беруться за старе – починають давати та брати хабарі, що дозволяє зробити висновок, що психологія людини, яку вивчали дослідники, у таких державах підпорядковується соціальним інститутам, а не домінує над ними [3].

Висновки. За результатами проведеного дослідження в роботі виокремлено психологічні особливості сучасної корупції, як-от цинізм, відкритість корупційних учинків. Показано, що соціально-культурним підґрунтям корупції виступають окремі культурні традиції «даріння» та «віддячення». Зазначено, що основними напрямками психологічного вивчення корупції виступають: 1) психологія тих, хто бере хабарі; 2) психологія тих, хто дає хабарі; 3) вивчення ставлення суспільства до проблеми корупції та її конкретних компонентів; 4) дослідження соціально-психологічних процесів, які впливають на корупцію; 5) психологічні інструменти діагностування та запобігання корупції. Зазначені особливості та напрями, звісно, не вичерпують потенційні можливості психологічної науки та практики в боротьбі з корупцією. Головне ж полягає в тому, що такі можливості існують, і психології належить активно включитися у вирішення цієї проблеми, яку важко не визнати однією з головних проблем українського суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ларіонова І. Соціально-психологічні особливості схильних до дрібної корупції правоохоронців. *Науко-*

вий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія». 2022. Вип. 6. С. 90–94. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.6.16>.

2. «Сімейний підряд» з оформлення фейкової інвалідності: у фігурантів вилучили \$1 мільйон доларів. URL: <https://www.pravda.com.ua/rus/news/2024/03/21/7447547/>.

3. Akbar Y.H., Vujic V. Explaining corruption: The role of national culture and its implications for international management. *Cross Cult. Manage.* 2014. № 21. P. 191–218. <http://dx.doi.org/10.1108/CCM-03-2013-0050>.

4. Alan P., Liu L. The Politics of Corruption in the People's Republic of China. *The American Political Science Review.* 1983. Vol. 77. № 3. P. 602–23. JSTOR. <https://doi.org/10.2307/1957262>. Accessed 22 Mar. 2024.

5. Barr A., Serra D. Corruption and culture: An experimental analysis. *J. Public Econ.* 2010. № 94. P. 862–869. URL: https://econpapers.repec.org/article/eeepubeco/v_3a94_3ay_3a2010_3ai_3a11-12_3ap_3a862-869.htm.

6. Blikhar V.S., Kisil Z.R. On the issue of integration of civil society institutions in the process of preventing corruption in public apparatus and local government bodies in Ukraine Development vectors in public management and administration : Collective monograph. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2021. P. 7–25. <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-082-7-1>.

7. Bourdieu Pierre, Coleman James Manuel. Social theory for a changing society. New York : Russell Sage foundation, 1991. 387 p. <https://doi.org/10.4324/9780429306440>.

8. Klitgaard R. Adjusting to reality: Beyond “state versus market” in economic development. San Francisco : ICS Press, 1991. URL: https://pdf.usaid.gov/pdf_docs/PNABK925.pdf.

9. Lasswell G.D., Rogow A.A. Power, corruption and honesty. New York ; L., 1971. 169 p. URL: <https://digitalcommons.law.buffalo.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2754&context=buffalolawreview>.

10. 10. The Antecedents and Consequences of Top Management Fraud / S.A. Zahra et al. *Journal of Management.* 2005. № 31 (6). P. 803–828. <https://doi.org/10.1177/0149206305279598>.

11. Professional responsibility and conscientiousness of civil servants at different stages of professional growth / O.A. Zarichanskyi et al. *Insight: the psychological dimensions of society.* 2023. Vol. 9. P. 191–209. <https://doi.org/10.32999/KSU2663-970X/2023-9-11>.

12. Anti-corruption culture of future legal experts: a look at the problem / O. Zarichanskyi et al. *Journal of law and political sciences.* 2023. Vol. (38). Thirteenth year. Issue (3). P. 229–245. URL: <https://drive.google.com/file/d/1u8VtPswaBD3vtV9zRvsyCBJd0hubVY6t/view>.

МОТИВАЦІЙНИЙ ШЛЯХ КАНДИДАТА В СУДДІ

THE MOTIVATIONAL PATH OF A JUDICIAL CANDIDATE

Ідеться про мотиваційний шлях кандидата в судді, акцентується увага на комплексному аналізі чинників, які сприяють формуванню їх професійного вибору. На базі теорії мотивації досліджується взаємодія особистісних потреб, соціальних очікувань, професійних мотивів у процесі вибору кандидатом кар'єри в судовій системі. Змістовні теорії зосереджуються на ідентифікації та класифікації людських потреб, які спонукають до дій. Серед аналізованих змістовних теорій – теорія потреб Генрі Маррея, яка включає первинні та вторинні потреби; соціопсихічна теорія мотивації Е. Мейо, що наголошує на значенні нематеріальних стимулів; ієрархія потреб А. Маслоу; теорія потреб ERG К. Алдерфера. Також розглядається теорія мотивації досягнення успіхів, запропонована Д. Мак-Клеllandом та іншими щодо мотивації до успіху, проти уникнення невдачі. Показана двофакторна теорія Ф. Герцберга, яка розділяє мотиваційні чинники на гігієнічні та мотиватори. Процесійні теорії, з іншого боку, розглядають поведінку людини через її сприйняття ситуації, очікування її оцінку можливостей. Серед ключових процесійних теорій – теорія сподівання В. Врума, яка описує взаємодію між сподіваннями та досяжністю, тобто кандидат у судді повинен вірити, що завдання є досяжним, щоб докласти зусиль для його виконання; теорії справедливості й атрибуції, які підкреслюють значення взаємодії та порівняння з іншими елементами у процесі формування мотивації; комплексна теорія мотивації моделі Портера – Лоулера, що інтегрує різні аспекти мотиваційного процесу.

Автор надає детальний огляд і критичний аналіз цих теорій, підкреслює їхній вплив на розуміння мотивації в контексті організаційного управління та лідерства. Під час проведення аналізу теорій "Х" та "Y" Д. Мак-Грегора автор розглядає, як різні погляди на управління людськими ресурсами можуть формувати організаційну культуру та впливати на мотивацію працівників. Теорії "Х" та "Y" висвітлюють контраст між авторитарними та демократичними стилями управління, вказують на те, що мотивація й ефективність праці можуть бути значно покращені через участь працівників в ухваленні рішень та визнання їхніх внутрішніх потреб і цілей. Окрім того, автор аналізує сучасні підходи до мотивації, як-от автономія та самодетермінація, які набувають популярності в організаційному контексті. Теорія самовизначення, запропонована Е. Деці та Р. Раян, підкреслює важливість автономії, компетентності та приналежності у формуванні внутрішньої мотивації. Визначено потреби та мотиви, які лежать в основі цього професійного вибору. Зокрема вказано, як особистісні цінності, етичні переконання, а також прагнення до соціального визнання та професійного зростання формують мотиваційний шлях кандидатів у судді. Окрема увага приділяється впливу внутрішніх і зовнішніх мотиваційних чинників, як-от потреба в досягненні справедливості, бажання вирішувати спори, а також досягнення високого соціального статусу й

авторитету в суспільстві. Пропонується комплексний погляд на мотиваційну структуру кандидатів у судді, вносячи вклад у розуміння того, як можна підвищити ефективність відбору та підготовки суддів. Особлива увага приділяється впливу юридичної освіти та професійного зростання на формування мотиваційного профілю кандидатів. Стаття вносить значний вклад у розуміння теоретичних аспектів мотивації до суддівської професії, пропонує напрями для подальших досліджень у цій галузі.

Ключові слова: мотивація, кандидат у судді, кар'єра судді, потреби, мотиви, етичні переконання, соціальне визнання, юридична психологія, справедливість, авторитет.

This discussion concerns the motivational trajectory of a judicial candidate, focusing on a comprehensive analysis of factors that contribute to their professional choice. Based on motivation theory, the interaction between personal needs, social expectations, and professional motives in the candidate's career choice in the judicial system is examined. Content theories focus on identifying and classifying human needs that motivate action. Among the content theories analyzed are Henry Murray's theory of needs, which includes primary and secondary needs; E. Mayo's socio-psychic theory of motivation, emphasizing the importance of non-material incentives; Abraham Maslow's hierarchy of needs; and Clayton Alderfer's ERG theory of needs. The theory of motivation for achievement proposed by D. McClelland and others regarding motivation for success versus avoidance of failure is also examined. Frederick Herzberg's two-factor theory, which divides motivational factors into hygienic factors and motivators, is shown. Process theories, on the other hand, consider human behavior through their perception of the situation, expectations, and evaluation of opportunities. Among the key process theories is V. Vroom's expectancy theory, which describes the interaction between expectations and attainability, i.e., a judicial candidate must believe that the task is achievable in order to make an effort to accomplish it; theories of justice and attribution, which emphasize the importance of interaction and comparison with other elements in the motivation formation process; and the comprehensive motivation theory of the Porter – Lawler model, which integrates various aspects of the motivational process.

The author provides a detailed review and critical analysis of these theories, highlighting their impact on understanding motivation in the context of organizational management and leadership. Analyzing D. McGregor's "X" and "Y" theories, the author examines how different views on human resource management can shape organizational culture and influence employee motivation. The "X" and "Y" theories illuminate the contrast between authoritarian and democratic management styles, indicating that motivation and work efficiency can be significantly improved through employee participation in decision-making and recognition of their intrinsic needs and goals. Furthermore, the author analyzes contemporary approaches to motivation, such as autonomy and self-determination, which are gaining popularity in the organizational context. The

УДК [159.9:34]:347.962-051
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.40>

Казачук О.С.

аспірантка за спеціальністю 053.

Психологія

ПРАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»»

self-determination theory proposed by E. Deci and R. Ryan underscores the importance of autonomy, competence, and relatedness in forming intrinsic motivation. The needs and motives underlying this professional choice are identified, in particular, how personal values, ethical beliefs, as well as aspirations for social recognition and professional growth, shape the motivational pathway of judicial candidates. Special attention is given to the influence of internal and external motivational factors, such as the need for justice, the desire to resolve disputes, as well as achieving high social status and authority in society. A comprehensive

view of the motivational structure of judicial candidates is proposed, contributing to the understanding of how to enhance the effectiveness of the selection and training of judges. Particular attention is paid to the impact of legal education and professional growth on forming the motivational profile of candidates. The article makes a significant contribution to understanding the theoretical aspects of motivation for the judicial profession, suggesting directions for further research in this field.
Key words: *motivation, judicial candidate, judicial career, needs, motives, ethical beliefs, social recognition, legal psychology, justice, authority.*

Мотивація є ключовим елементом психології, який впливає на нашу поведінку, напрям діяльності й ухвалення рішень. Вона розкриває причини наших дій і реакції на зовнішні стимули та внутрішні потреби, відіграє важливу роль у досягненні наших цілей і відчутті задоволення від своїх досягнень [6].

Мотивація пояснює, що саме запалює іскру в нашій душі, спонукає до дій і додає прагнення в досягненні успіху. Цей психологічний процес охоплює різноманітні елементи, зокрема: внутрішню мотивацію (мотиви, які виходять із нас самих), зовнішню мотивацію (мотивація, що надходить зовні, наприклад, через винагороди або покарання), інтранзитивний мотив (бажання досягти мети саме заради неї) і транзитивний мотив (прагнення зробити щось заради інших) [11].

Мотиви – це внутрішні психологічні стани, які спонукають індивіда до дії, надають напрям і енергію його поведінці. Вони визначають причини, за якими людина вибирає якусь поведінку, намагається досягти конкретних цілей або реагує на різноманітні ситуації. Мотиви можуть бути зумовлені як внутрішніми потребами, так і зовнішніми стимулами, об'єднуючи такі аспекти, як бажання задоволення основних потреб, стремління до самореалізації, прагнення до визнання й успіху, а також відповідь на соціальні норми й очікування [14].

Потреби – це фундаментальні аспекти людського існування, які потребують задоволення для забезпечення фізичного, психологічного та соціального благополуччя індивіда. Вони мотивують людину до дії та визначають її поведінку, спрямовують її на пошук способів задоволення цих потреб. Потреби можна розділити на основні (фізіологічні потреби, як-от їжа, вода, притулок) та вищі (соціальні, емоційні, інтелектуальні, естетичні та потреби в самореалізації). Розуміння потреб є ключовим для аналізу мотивації та поведінки людей, а також для розроблення ефективних стратегій мотивації в різних сферах життя [10].

Для розуміння глибини мотивації необхідно звернутися до ключових теоретичних розробок у психології. Однією з найвідоміших є теорія потреб А. Маслоу, відома як «Піраміда

потреб», або «Теорія ієрархії потреб». За цією теорією, існує п'ять рівнів потреб: фізіологічні, безпеки, соціальні, поваги та самореалізації. Теорія стверджує, що мотивація розвивається від задоволення базових потреб до прагнення самореалізації, а наші дії визначаються найсильнішими на даний момент потребами [5].

Теорія потреб ERG К. Алдерфера схожа з теорією А. Маслоу. Вона вказує на те, що людські потреби можна класифікувати за трьома основними категоріями: потреби в існуванні, потреби у стосунках та потреби у зростанні. Відповідно до цієї теорії, ці категорії відображають різні рівні потреб, які мотивують поведінку людини. Потреби в існуванні включають базові матеріальні та фізіологічні потреби, як-от їжа, безпека та фізичний добробут. Потреби у стосунках охоплюють бажання мати значущі соціальні зв'язки, бути частиною групи та мати емоційну підтримку. Потреби у зростанні стосуються прагнення до особистісного розвитку та самореалізації, досягнення потенціалу та самовдосконалення [12].

У контексті мотиваційного шляху кандидата в судді теорія ERG вказує на необхідність задоволення цих трьох рівнів потреб для забезпечення ефективності мотивації. Базові умови існування, сприятливе середовище для розвитку професійних стосунків, можливостей особистісного зростання та розвитку сприяють не тільки досягненню професійних цілей кандидатами, але й забезпеченню високого рівня задоволення від їхньої роботи та внеску в судову систему.

За теорією очікувань В. Врума мотивація зумовлена переконаннями й очікуваннями щодо наслідків дій. Якщо ми прагнемо отримати позитивний результат від діяльності, наша мотивація зростає. Навпаки, очікування негативних наслідків знижує нашу мотивацію до дії [3].

Тому кандидати в судді повинні мати високий рівень мотивації, який спонукає їх до прагнення досягти успіху в судовій кар'єрі, заснованого на глибокому розумінні юридичних принципів, етичних норм і відповідальності перед суспільством. Їхня мотивація має бути підживлена не тільки зовнішніми стиму-

лами (соціальне визнання й авторитет), але і внутрішнім прагненням до справедливості. Важливим є також уміння аналізувати власні мотиви й очікування, адже саме вони визначають напрям професійного розвитку та здатність до самовдосконалення та навчання протягом усієї кар'єри.

Кандидати в судді можуть мати різноманітні внутрішні та зовнішні мотиваційні чинники, які впливають на їхнє бажання отримати цю важливу роль у суспільстві. Беручи до уваги теорію потреб Генрі Маррея, кандидати можуть бути мотивовані як первинними потребами, як-от: фізіологічні потреби та потреба в безпеці, так і вторинними потребами, що включають самореалізацію, визнання та повагу. Соціопсихічна теорія мотивації Е. Мейо підкреслює важливість нематеріальних стимулів (відчуття приналежності, визнання та почуття авторитету в роботі), що також може бути ключовим для мотивації кандидатів у судді [17].

У результаті проведеного аналізу теорій "X" та "Y" Д. Мак-Грегора в контексті мотиваційного шляху кандидата в судді відстежується важливість розуміння природи мотивації та ставлення до роботи. Теорія "X" припускає, що люди по суті ліниві та потребують зовнішнього контролю та керівництва для виконання своєї роботи, тоді як теорія "Y" виходить із припущення, що люди є природно мотивованими до роботи та прагнуть до самореалізації. У контексті кар'єри судді ці теорії наголошують на необхідності створення умов, що сприяють внутрішній мотивації та професійному зростанню [5]. Кандидати в судді, керовані принципами теорії "Y", бажають зробити вклад у судову систему, проявляють високий ступінь відповідальності, самостійності й етичної поведінки. Вони прагнуть до реалізації свого потенціалу через досягнення професійних цілей, визнання та поваги в судовій системі. Тому підхід до мотивації кандидатів у судді повинен ґрунтуватися на заохоченні їхнього прагнення до самовдосконалення, наданні можливостей для професійного зростання, створенні позитивного та підтримуючого робочого середовища. Це передбачає визнання їхніх досягнень, надання автономії в роботі, заохочення до взаємної підтримки та співпраці. За таких умов мотивація кандидатів у судді буде спрямована не тільки на досягнення особистого успіху, але і на зміцнення довіри громадськості до судової системи.

Двофакторна теорія Ф. Герцберга, також відома як теорія мотивації та гігієни, розрізняє два види чинників, які впливають на робочу мотивацію та задоволеність працівників: чинники мотивації (мотиватори) та чинники гігієни. Мотиватори пов'язані з роботою як такою і включають досягнення, визнання, саму роботу, відповідальність,

просування та можливості для розвитку. Коли ці чинники задоволені, то вони приводять до збільшення задоволеності працею. Але їх відсутність не обов'язково спричиняє незадоволеність. З іншого боку, чинники гігієни пов'язані з умовами роботи та включають заробітну плату, корпоративну політику, відносини з колегами та безпеку на робочому місці. Відсутність цих чинників може призвести до незадоволеності, але їх наявність сама собою не гарантує високого рівня задоволеності та мотивації [16].

У контексті мотиваційного шляху кандидата в судді двофакторна теорія Ф. Герцберга наголошує на необхідності забезпечення не тільки адекватних умов праці та справедливого винагородження (чинники гігієни), але і на важливості роботи, яка надає можливості для професійного зростання, визнання та самореалізації (мотиватори). Це підкреслює, що для того, щоб мотивувати кандидатів до високих досягнень у кар'єрі судді, необхідно створити умови, які сприяють їхньому професійному й особистісному розвитку.

Комплексна теорія мотивації моделі Портера – Лоулера корисна тим, що вона надає більш глибоке розуміння взаємозв'язку між задоволенням від роботи, зусиллями, яких людина докладає, та винагородою, яку вона отримує. Відповідно до цієї теорії, мотивація для докладання зусиль залежить не тільки від очікуваної винагороди, але й від сприйнятої справедливості цієї винагороди та вірогідності її отримання в результаті докладених зусиль. Отже, мотивація є результатом оцінки ймовірності того, що зусилля приведуть до очікуваного рівня виконання, оцінки ймовірності того, що це виконання приведе до отримання винагороди [13].

У контексті мотиваційного шляху кандидата в судді модель Портера – Лоулера підкреслює важливість визнання за досягнення високих стандартів професійної діяльності. Це означає, що судова система повинна охоплювати не тільки фінансові аспекти, але і професійне визнання, можливості для кар'єрного зростання та розвитку [1]. Такий підхід сприяє зростанню внутрішньої мотивації серед кандидатів у судді, підвищує їхню залученість у професійний розвиток і сприяє підвищенню ефективності судової системи.

Висновки із проведеного дослідження.

На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що мотивація відіграє ключову роль у формуванні професійного шляху кандидата в судді. Розуміння внутрішніх і зовнішніх мотивів, які спонукають особу до прагнення обійняти суддівську посаду, є важливим для розвитку ефективної та справедливої судової системи. Теорії мотивації, як-от теорія потреб А. Маслоу, теорія потреб ERG

К. Алдерфера, двофакторна теорія Ф. Герцберга, а також модель Портера – Лоулера, вказують на необхідність створення умов, які б не лише задовольняли базові та вищі потреби кандидатів, але і сприяли б їхньому професійному зростанню та самореалізації. Важливим аспектом є те, що мотивація не обмежується зовнішніми стимулами, як-от винагорода або визнання. Вона охоплює глибші внутрішні переконання: прагнення до справедливості, етичні цінності та бажання зробити свій вклад у розвиток суспільства. Теорії “Х” та “У” Д. Мак-Грегора підкреслюють необхідність урахування індивідуальних поглядів на працю та створення робочого середовища, що відповідає природній мотивації кандидатів і сприяє їхньому внутрішньому бажанню до самовдосконалення.

Отже, для забезпечення високої мотивації кандидатів у судді необхідно зосередитись на комплексному підході, що включає як забезпечення адекватних умов праці та справедливої винагороди, так і створення можливостей для професійного розвитку, самореалізації та задоволення вищих потреб. Судова система повинна враховувати ці складники під час формування стратегій відбору та підготовки кандидатів, щоб залучити, мотивувати й утримати висококваліфікованих суддів, здатних відповідати викликам сучасного суспільства, забезпечувати дотримання верховенства права.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Демченко С.Ф. Складники ефективності господарського судочинства. *Вісник Академії управління Міністерства внутрішніх справ*. 2010. № 2(14). С. 21–27.
2. Демченко С.Ф. Теоретичні аспекти становлення і розвитку господарського судочинства в Україні. Київ : Преса України, 2009. 247 с.
3. Загальна психологія : підручник. / за заг. ред. С.Д. Максименка. 2-ге вид., переробл. і доп. Вінниця : Нова книга, 2004. 704 с.
4. Про судоустрій і статус суддів : Закон України. *Відомості Верховної Ради України*. 2016. № 31. Ст. 545. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1402-19#Text> (дата звернення: 15.02.2024).
5. Кацавець Р.С. Правова психологія : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 120 с.
6. Кацавець Р.С. Юридична психологія : навчальний посібник. 2-ге вид., доповн. Київ : Алерта, 2019. 150 с.
7. Кокун О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця : монографія. Київ : Інформ.-аналіт. агентство, 2012. 200 с.
8. Конспект лекцій з курсу «Теорія мотивації» / укл. О.В. Прокопенко. Суми : Вид-во СумДУ, 2006. 171 с.
9. Концепція національних стандартів суддівської освіти в Україні. URL: <http://nsj.gov.ua/ua/about/symbols/> (дата звернення: 14.09.2023).
10. Концепція професійної психологічної підготовки в Національній школі суддів України. URL: <http://nsj.gov.ua/ua/about/structure/science2/> (дата звернення: 20.03.2024).
11. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності : підручник для студентів вищих навчальних закладів. 2-е вид., випр. та доп. Київ : Ельга ; Ніка-Центр, 2004. 400 с.
12. Маслова С.О. Мотивація як фактор ефективності праці. *Вісник Житомирського державного технологічного університету*. 2018. № 2. С. 85–89.
13. Сіренко В.Ф. Судова влада: потрібна принципово нова концепція реформування. *Голос України*. 2010. С. 16–17.
14. Соколенко В. А. Механізм впливу мотивації персоналу на підвищення рівня продуктивності праці. *Вісник Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»*. Серія «Актуальні проблеми розвитку українського суспільства». 2013. № 69 (1042) С. 83–87.
15. Стратегія розвитку суддівської освіти в Україні на 2021–2025 рр. (протокол від 18.12.2020 р. № 6). Національна школа суддів України. URL: <https://sud.ua/ru/news/sud-info/188578-zatverdili-strategiyu-rozvitku-suddivskoyi-osviti-v-ukrayini-na-2021-2025-roki> (дата звернення: 15.03.2024).
16. Шпекторенко І.В. Теорія мотивації Ф. Герцберга в контексті структури професійної мобільності персоналу. *Аспекти публічного управління*. 2013. № 1. С. 78–83.
17. Юлдашев С.О., Демченко С.Ф. Про концепцію управління якістю. *Держава та регіони*. Серія «Право». 2021. № 3. С. 163–168. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/drp_2021_3_31 (дата звернення: 15.02.2024).

РАКУРСИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЗАРУБІЖНИХ І ВІТЧИЗНЯНИХ НАУКОВИХ СТУДІЯХ

ASPECTS OF SOCIAL INTELLIGENCE RESEARCH IN FOREIGN AND DOMESTIC SCIENTIFIC STUDIOS

Актуальність проблеми стресу в сучасному суспільстві визначає необхідність пошуку ефективних стратегій його подолання. Стаття присвячена дослідженню ролі соціального інтелекту в процесі подолання стресу. Розглянуто теоретичні аспекти соціального інтелекту та його вплив на психологічні механізми боротьби зі стресом. Проаналізовано результати попередніх досліджень соціального інтелекту в царині психологічної науки. У статті наголошується, що соціальний інтелект характеризується трьома групами параметрів, котрі відбивають його зміст: когнітивними параметрами; емоційними параметрами; поведінковими параметрами. Розглянуто три види інтелекту, за Г.Ю. Айзенком: біологічний, психометричний і соціальний. Зазначено, що біологічний інтелект – це фізіологічна, біохімічна, гормональна основа інтелектуальних здібностей індивіда. Психометричний інтелект оснований на біологічному, але при цьому великий внесок у його формування й розвиток роблять виховання, освіта, культура тощо. Соціальний інтелект включає два попередні й виявляється у використанні їх з метою соціальної адаптації. Акцентується увага на важливості соціального інтелекту в процесі соціальної та професійної самореалізації особистості. Указується, що соціальна самореалізація пов'язана з високим рівнем соціального інтелекту особистості. Здатність прогнозувати наслідки власних дій і поведінки навколишніх, розуміння вербальної й невербальної експресії та логіки розвитку ситуації міжособистісної взаємодії сприяють самореалізації особистості в соціумі. Соціальний інтелект також пов'язаний із професійною самореалізацією особистості: компетентністю в часі, підтримкою, сензитивністю до себе, контактністю, спонтанністю, креативністю, пізнавальними здібностями, а також із професійною компетентністю. У підсумку вказується, що соціальний інтелект являє собою здатність суб'єкта вибудовувати конструктивні взаємини з навколишніми на основі вербальної та невербальної інформації, що отримується в процесі спілкування. Соціальний інтелект сприяє успішній адаптації в соціумі, підвищенню впевненості в собі, розвитку комунікативної компетентності, перешкоджає проявам поведінки, що відхиляється, й емоційному вигоранню.

Ключові слова: соціальний інтелект, емоційний інтелект, стрес, стресостійкість, емпатія, психологічна адаптація.

The urgency of the problem of stress in modern society determines the need to find effective strategies to overcome it. The article is devoted to the study of the role of social intelligence in the process of overcoming stress. The theoretical aspects of social intelligence and its influence on psychological mechanisms of combating stress are considered. The results of previous studies of social intelligence in the field of psychological science are analyzed. The article emphasizes that social intelligence is characterized by three groups of parameters that reflect its content: cognitive parameters; emotional parameters; behavioral parameters. Three types of intelligence according to H.Yu. Eysenck are considered: biological, psychometric and social. It is noted that biological intelligence is the physiological, biochemical, hormonal basis of an individual's intellectual abilities. Psychometric intelligence is based on biological intelligence, but at the same time upbringing, education, cultural, etc. make a great contribution to its formation and development. Social intelligence includes the previous two and is manifested in their use for the purpose of social adaptation. Emphasis is placed on the importance of social intelligence in the process of social and professional self-realization of an individual. It is indicated that social self-realization is associated with a high level of social intelligence of an individual. The ability to predict the consequences of one's own actions and behavior of the surrounding people, understanding of verbal and non-verbal expression and the logic of the development of the situation of interpersonal interaction contributes to the self-realization of the individual in society. Social intelligence is also related to the professional self-realization of an individual: competence in time, support, sensitivity to oneself, contact, spontaneity, creativity, cognitive abilities, as well as professional competence. In conclusion, it is indicated that social intelligence is the subject's ability to build constructive relationships with surrounding people on the basis of verbal and non-verbal information received in the process of communication. Social intelligence contributes to successful adaptation in society, increased self-confidence, development of communicative competence, prevents the manifestation of deviant behaviour and emotional burnout.

Key words: social intelligence, emotional intelligence, stress, stress resistance, empathy, psychological adaptation.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.41>

Усик К.М.
аспірантка
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Вступ. Розуміння емоцій іншої особи є ключовим аспектом взаємодії між людьми. Так, у роботі Дж. Мейера й П. Селовея емоції описуються як організовані реакції, що охоплюють різні психологічні системи, включаючи фізіологічну, когнітивну, мотиваційну й емпіричну (пов'язану з досвідом). Ці реакції є адаптивними, можуть збагачувати особистий і соціальний досвід. Кожен індивід і соціальна група

мають власні економічні, політичні й соціальні інтереси, які часто суперечать інтересам інших людей. У разі дотримання своїх інтересів людина неминуче стикається з опозицією інших і входить у конфлікт.

У сучасному світі стрес стає все більшою проблемою для багатьох людей. Від постійних труднощів на роботі до особистих конфліктів і невизначеності в житті, стрес може суттєво

впливати на фізичне та психічне здоров'я. Соціальний інтелект, здатність розуміти, співпереживати й ефективно спілкуватися з іншими людьми, може виявитися ключовим фактором у вирішенні стресових ситуацій.

Виклад основного матеріалу. Поняття «соціальний інтелект» уперше ввів у психологію Едвард Торндайк у 1920 році. На думку автора, загалом у людини існує три види інтелекту: абстрактний інтелект – це здатність до розуміння й оперування абстрактними, математичними та вербальними символами; конкретний інтелект – здатність до розуміння й оперування об'єктами матеріального світу; соціальний інтелект. Е. Торндайк визначив останній як здатність до розуміння навколишніх і грамотного вибудовування взаємин. На думку дослідника, соціальний інтелект характеризує ступінь мудрості людини у взаєминах із навколишніми, її здатність домагатися власних цілей у міжособистісному спілкуванні за допомогою грамотно побудованої взаємодії. По суті, соціальний інтелект, за концепцією Е. Торндайка, – весь спектр когнітивних здібностей, спрямованих на засвоєння соціальних відносин [1, с. 242].

Інший зарубіжний учений, котрий приділяв особливу увагу питанням міжособистісної взаємодії, Гордон Олпорт, характеризував соціальний інтелект як адаптаційну здатність людини, що забезпечує конструктивні взаємини з людьми. Цей вид інтелекту полягає в здатності виносити правильні судження про людей і прогнозувати розвиток ситуації спілкування виходячи з аналізу їхньої поведінки [1, с. 247].

Г.Ю. Айзенк виділяє три види інтелекту: біологічний, психометричний і соціальний. Біологічний інтелект – це фізіологічна, біохімічна, гормональна основа інтелектуальних здібностей індивіда. Біологічний інтелект генетично успадковується. Психометричний інтелект оснований на біологічному, але при цьому великий внесок у його формування й розвиток роблять виховання, освіта, культурне середовище, соціальний статус. Соціальний інтелект, на думку Г.Ю. Айзенка, включає два попередні й проявляється у використанні їх з метою соціальної адаптації. При цьому соціальний інтелект є продуктом соціальної взаємодії, соціалізації та процесу засвоєння індивідом соціокультурних норм [2, с. 175].

Автор першого надійного тесту соціального інтелекту Дж. Гілфорд стверджував, що соціальний інтелект залежить від чинника загального інтелекту, а полягає в пізнанні поведінки. Науковець виділив шість факторів пізнання поведінки: 1) здатність виділяти й розуміти вербальну та невербальну експресію в поведінці іншої людини; 2) пізнання класів поведінки: здатність визначати загальні властиво-

сті поведінки людини в потоці експресивної інформації; 3) пізнання відносин поведінки: здатність за наявною інформацією розуміти взаємини між людьми; 4) пізнання систем поведінки: здатність розуміти і прогнозувати логіку розвитку комунікативної ситуації; 5) пізнання перетворень поведінки: здатність розуміти вербальну та невербальну поведінку в різних комунікативних ситуаціях; 6) пізнання результатів поведінки: здатність прогнозувати результати поведінки на основі актуальної інформації [3, с. 99].

Роберт Дж. Стенберг до поняття соціального інтелекту включив три аспекти: 1) здатність до вирішення практичних завдань (логічні міркування, аналіз ситуації, прийняття адекватних рішень, пошук необхідної інформації); 2) вербальні можливості (широкий словниковий запас, здатність ефективно спілкуватися з іншими людьми, здатність ясно висловлювати власні думки); 3) соціальна компетентність (наявність широкого кругозору, інтересів, чуйність до потреб інших людей, здатність приймати навколишніх такими, якими вони є) [3, с. 103].

Р. Селман виділив п'ять стадій розвитку соціального інтелекту:

1. Нульова, або досоціальна стадія характеризується егоцентризмом, недиференційованою фізичною й психічною реальністю в дитини, відсутністю усвідомлення окремоті власних думок, вчинків від думок і вчинків навколишніх.

2. Перша стадія (суб'єктивізм) проявляється в диференціюванні зовнішнього та внутрішнього світу, виділенні власних думок, намірів і почуттів.

3. Друга стадія (рефлексивність) полягає в тому, що дитина здатна зайняти позицію іншої людини, виникає орієнтація на самопізнання.

4. Третя стадія (взаємність) починається в передпідлітковому віці й характеризується розумінням взаємозалежності, взаємозумовленості, складності структури поведінки навколишніх. Поступово вибудовуються в певну структуру ставлення до поведінки людей.

5. Четверта стадія (глибина) – засвоєння способів цілеспрямованого вибудовування відносин із навколишніми, усвідомлення різних рівнів близькості в міжособистісній взаємодії [4, с. 161].

Розглянувши підходи дослідників до розуміння соціального інтелекту, можемо зробити висновок, що цей вид інтелекту характеризується трьома групами параметрів, що відбивають його зміст: 1) когнітивні параметри – соціальні знання, соціальна пам'ять, соціальна інтуїція та соціальне прогнозування; 2) емоційні параметри – соціальна виразність, співпереживання, здатність до саморе-

гуляції; 3) поведінкові параметри – соціальне сприйняття, соціальна взаємодія, соціальна адаптація. Соціальні знання є знаннями про людей, їх розуміння й поінформованість про правила соціальної взаємодії. Соціальна пам'ять – це здатність запам'ятовувати імена й особи людей.

Здатність відчувати настрій навколишніх, визначати мотиви їхньої поведінки, адекватно оцінювати поведінку в конкретній соціальній ситуації визначається соціальною інтуїцією. Соціальне прогнозування відбиває здатність планувати власні дії, спостерігати процес свого розвитку, аналізувати його потенційні перспективи. Соціальна виразність визначається емоційною чутливістю, здатністю адекватно висловлювати свої емоції в соціумі, за необхідності контролювати їх. Співпереживання відбиває здатність поглянути на ситуацію з позиції іншої людини, подолати власний егоцентризм. Здатність до саморегуляції – уміння контролювати свою поведінку. Соціальне сприйняття полягає в умінні слухати співрозмовника, розуміти гумор. Соціальна взаємодія – готовність здійснювати спільну діяльність з іншими членами соціуму. Соціальна адаптація відбиває здатність уживатися з іншими, установлювати конструктивні соціальні контакти. За підсумками виділених параметрів автори бачать можливість розроблення інструменту оцінювання соціального інтелекту [5, с. 163].

У вітчизняній психологічній науці поняття соціального інтелекту вперше розглянуто в роботах Ю.Н. Ємельянова. Він уважав, що соціальний інтелект репрезентує здатність розуміти себе й інших людей, прогнозувати розвиток ситуації міжособистісної взаємодії за участі розумових процесів, емоційного реагування та досвіду соціальних взаємодій [5, с. 163].

А.І. Савенков виділяє в структурі соціального інтелекту два складники: кристалізовані соціальні знання й соціально-когнітивна гнучкість. Перший складник характеризує всі знання, здобуті людиною досвідним шляхом у ході соціального навчання. Соціально-когнітивна гнучкість полягає в здатності застосовувати ці знання в процесі взаємодії з навколишніми. Автор зазначає, що поділ понять «емоційний інтелект» і «соціальний інтелект» є недоцільним. Емоційний інтелект розглядається дослідником як частина більш широкого кола загальних соціальних здібностей, що характеризують соціальний інтелект [6, с. 327].

Д.В. Ушаков розглядає соціальний інтелект у руслі розробленої ним структурно-динамічної теорії. Відповідно до цієї теорії, соціальний інтелект не є постійною та незмінною величиною, а формується й змінюється під впливом певних факторів. Автор виділив три з них: 1) рівень загального інтелекту, на основі якого

формується соціальний інтелект (генеральний фактор, потенціал формування соціального інтелекту); 2) особистісні показники, зокрема особливості емоційної сфери людини; 3) середовищні чинники – складає людина свій потенціал у вузькоспрямовану діяльність чи взаємодія відбувається з іншими людьми. Загальний інтелект забезпечує розумовий процес, пов'язаний із пізнанням поведінки інших людей. У цьому плані соціальний інтелект постає як пізнавальна здатність людини. Зв'язок з особистісними характеристиками визначає соціальний інтелект як особистісну межу. І, нарешті, фактор середовища вказує на те, що соціальний інтелект формується в процесі виховання, участі в діяльності й міжособистісному спілкуванні та піддається спеціальному розвитку [6, с. 342].

Д.В. Ушаков включає соціальний інтелект у структуру так званої соціальної обдарованості, яка полягає у високому рівні лідерських здібностей у різних сферах життя людини, обдарованості у сфері міжособистісних взаємин. Соціальна обдарованість розглядається автором як сукупність когнітивних (загальний, практичний і соціальний інтелект) і некогнітивних (темперамент, характер, емоційно-вольові якості тощо) чинників. Першорядні ролі в соціальній обдарованості відіграють як розвиненість соціального інтелекту, так і такі особистісні характеристики, як активність, екстраверсія, оптимізм, незалежність, воля, особистісна цілісність, конгруентність, автентичність [6, с. 343].

Г.П. Отоцький розглядає соціальний інтелект у руслі двох підходів – суб'єктного й об'єктного. Для об'єктного підходу характерне розуміння соціального інтелекту як одного з різновидів інтелекту, спрямованого на когнітивне пізнання соціальної дійсності. Для такого визначення автор пропонує більшою мірою використовувати поняття «комунікативний інтелект». З іншого боку, Г.П. Отоцький звертає увагу на те, що соціальний інтелект може розумітися в іншому ключі залежно від суб'єкта соціального інтелекту: як інтегральний інтелект соціуму, соціальної групи (суб'єктний підхід) [7, с. 101].

У руслі соціальної психології О.В. Лунова розглядає соціальний інтелект як суб'єктно-особистісний конструкт, який включає особистісні характеристики, регуляторні механізми й процеси пізнання соціальної дійсності, проявляється в процесі соціальних інтеракцій. Соціальний інтелект детермінований внутрішніми та зовнішніми причинами. До перших належать особистісні особливості, індивідуально-психологічні характеристики, досвід соціальної взаємодії, здатність до пізнання соціальної дійсності. Зовнішні причини полягають у соціальній діяльності, системі цінностей

соціуму, соціальних знаків. Цей вид інтелекту, як й інші здібності людини, актуалізується та розвивається в процесі соціально-психологічної діяльності [8, с. 85].

О. Б. Чеснокова і Є. В. Суботський визначають соціальний інтелект як здатність виділяти в процесі комунікації найбільш важливі характеристики (почуття, наміри партнерів зі спілкування, соціальні позиції тощо), прогнозувати на їх основі дії партнера, розвиток ситуації спілкування й формувати адекватні досягненню цілей стратегії поведінки. Автори визначили два типи соціального інтелекту: стратегічний і тактичний. Ці типи інтелекту виділено, виходячи з можливості дітей і підлітків вирішувати конфліктні ситуації за допомогою планування своїх дій, прораховування кожного свого кроку, розуміння наслідків своїх дій. Стратегічний соціальний інтелект характеризується здатністю домовлятися з партнером, гнучко змінювати способи своєї поведінки залежно від ситуації, прораховувати майбутні кроки партнера. Тактичний соціальний інтелект характеризується тим, що дії будуються в минулій поведінці партнера без прогнозування майбутнього результату ситуації [8, с. 88].

М. І. Бобньова трактує цей вид інтелекту як особливу здатність людини, яка формується в процесі взаємодії в соціумі. При цьому автор наголошує, що загальний інтелект не пов'язаний із соціальним, він може сприяти його розвитку, але жодним чином не замінює. Високий рівень загального інтелекту ніяк не компенсує соціальної сліпоти, нерозвиненої здатності до конструктивної взаємодії [9, с. 173].

Науковиця Н. А. Лужбіна розглядає соціальний інтелект у контексті психологічної культури особистості. Різні сторони цього виду інтелекту входять у різні компоненти психологічної культури. Так, здатність передбачати наслідки своїх дій відбиває когнітивний і поведінковий аспекти психологічної культури особистості. Здатність розуміти невербальні реакції людини, узагальнювати цю інформацію входить у когнітивний, ціннісно-смысловий, рефлексивно-оцінний і креативний компоненти. Розуміння вербальних реакцій людини, їх динаміки та зміни залежно від контексту ситуації становлять когнітивний і рефлексивно-оцінний компоненти психологічної культури. Здатність розуміти логіку розвитку ситуації спілкування й роль поведінки людини відображає когнітивний, поведінковий, рефлексивно-оцінний і креативний компоненти психологічної культури особистості. Отже, соціальний інтелект у системі психологічної культури особистості переважно відбиває когнітивний аспект [9, с. 180].

А. Р. Репнікова стверджує про складність співвіднесення понять «психологічна культура» й «соціальний інтелект», пояснюючи це слаб-

кою розробленістю цих понять, відсутністю єдиного підходу до їх розуміння, наявністю професійних і вікових відмінностей, більш інтенсивної уваги вчених до соціального інтелекту, ніж до психологічної культури особистості [9, с. 185].

В. Н. Куніцина розглядає соціальний інтелект як здатність адекватно адаптуватися в соціальних умовах, що змінюються, реально оцінювати комунікативну ситуацію і приймати в ній правильні рішення. Високий рівень соціального інтелекту проявляється в автономності, адекватності й автентичності, що властиво зрілій особистості. Розвиток соціального інтелекту можливий шляхом удосконалення здібностей до саморегуляції, комунікації, зниження тривожності, посилення стійкості до стресу [10, с. 43].

Важливу роль відіграє соціальний інтелект у процесі соціальної та професійної самореалізації особистості. Про це свідчать результати дослідження І. Б. Кудінова: соціальна самореалізація пов'язана з високим рівнем соціального інтелекту особистості. Здатність прогнозувати наслідки власних дій і поведінки навколишніх, розуміння вербальної й невербальної експресії та логіки розвитку ситуації міжособистісної взаємодії сприяє самореалізації особистості в соціумі [10, с. 45]. Соціальний інтелект також пов'язаний із професійною самореалізацією особистості: компетентністю в часі, підтримкою, сензитивністю до себе, контактністю, спонтанністю, креативністю, пізнавальними здібностями [10, с. 45]; із професійною компетентністю: ефективністю, виробничою активністю й комунікативною компетентністю. Особливо яскраво проявляє себе соціальний інтелект у професійній діяльності керівників: чим більш розвинений цей конструкт в управлінців, тим краще вони справляються з керівництвом у критичних ситуаціях, ефективніше мотивують підлеглих, раціональніше планують діяльність і розподіляють ресурси [10, с. 46].

Соціальний інтелект є ресурсом адаптації людини у суспільстві. Так, Т. А. Тюфанова в дослідженні з'ясувала, що респонденти з високим рівнем соціального інтелекту відрізняються активністю у взаємодії із соціальним середовищем, ініціативністю, прагненням домінувати. Низький рівень соціального інтелекту супроводжується емоційною нестійкістю й посиленням ескапізму. У цілому нині соціальний інтелект впливає на такі компоненти соціально-психологічної адаптації, як адаптивність, прагнення домінування й комунікативний потенціал [10, с. 50]. Подібні результати отримані в іншому дослідженні: респонденти з високим рівнем соціального інтелекту демонстрували не лише високий рівень адаптованості та прагнення домінування, а й більш адекватне самосприйняття і сприйняття навко-

лишніх [11, с. 18]. Крім того, високий рівень розвитку цього виду інтелекту супроводжується посиленням упевненості в собі, вимогливості, психологічного такту, цілеспрямованості, чуйності, комунікабельності й соціальної сміливості. Водночас зниження рівня соціального інтелекту тягне за собою посилення агресивності, підвищення тривожності, депресивності, замкнутості, схильності до адиктивної поведінки [11, с. 18].

Соціальний інтелект виявляє зв'язки з емоційним інтелектом: чим вища здатність респондентів орієнтуватися в наслідках своєї поведінки й передбачати результат ситуації спілкування, тим більше вираженими є здібності до управління емоціями, розпізнавання емоцій інших, самомотивація та емпатія. Крім того, соціальний інтелект демонструє тісні зв'язки як із внутрішньоособистісним, так і міжособистісним емоційним інтелектом [12, с. 134]. Розвинений соціальний інтелект перешкоджає формуванню синдрому емоційного вигорання. Дослідження М.С. Кайдіної виявило, що, чим вищий соціальний інтелект респондентів, тим слабше в них виражені фази резистентності й виснаження [12, с. 135].

Висновки. Незважаючи на значне розмаїття наукових контекстів, у яких досліджується соціальний інтелект, більшість авторів сходяться в одному: соціальний інтелект – це здатність суб'єкта вибудовувати конструктивні відносини з навколишніми на основі вербальної та невербальної інформації, що отримується в процесі спілкування. Соціальний інтелект сприяє успішній адаптації в соціумі, підвищенню впевненості в собі, розвитку комунікативної компетентності, перешкоджає проявам поведінки, що відхиляється, й емоційному вигоранню. У більшості досліджень соціальний інтелект є істотним ресурсом під час вибудовування взаємин із навколишніми й може сприяти підвищенню стійкості суб'єктів діяльності до стресу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кожушко С.П. Соціальний інтелект як інтегральна властивість, що забезпечує ефективність професійної взаємодії майбутніх фахівців професійної діяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2013. Вип. 31 (84). С. 241–247.
2. Власова О.І., Березюк М.А. Теоретико-методичні засади дослідження емоційного інтелекту як інтраіндивідуальної властивості особистості. *Теоретичні*

і прикладні проблеми психології. 2004. № 2 (7). С. 175–181.

3. Бабчук О.Г. Специфіка співвідношення показників толерантності та емоційності. *Наука і освіта*. 2014. С. 99–103. DOI: <http://dSPACE.pdpu.edu.ua/handle/123456789/6611>.

4. Гаврилова А.В., Селюкова Т.В. Особливості емоційного інтелекту у курсантів військового вузу як елемент психологічної культури майбутнього офіцера. *Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання* : збірник тез доп. Міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. пам'яті проф. С.П. Бочарової (м. Харків, 30 берез. 2017 р.) / ХНУВС. Харків, 2017. С. 161–163. DOI: <https://dSPACE.univd.edu.ua/items/33a07223-200d-4834-98e2-f2fd2f7a301e>.

5. Бреус Ю.В. Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій у вищих навчальних закладах : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2015. С. 163. DOI: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/9213/1/Breus_avtoreferat_NDL_KL.pdf.

6. Деревянко С.П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2009. С. 327–344. DOI: <http://chnpu.edu.ua:8080/jspui/handle/123456789/3463>.

7. Євдокімова О.О., Посохова Я.С. Комунікативна толерантність поліцейських у контексті вивчення їх емоційного інтелекту. *Право і безпека*. 2019. № 2 (73). С. 101–108. DOI: <https://univd.edu.ua/science-issue/issue/3862>.

8. Журавльова Л.П., Шпак М.М. Емпатія як психологічний механізм розвитку міжособистісного емоційного інтелекту. *Наука і освіта*. 2015. № 25. Т. 3. С. 85–88. DOI: http://eprints.zu.edu.ua/19316/1/ped_psy_25_49.pdf.

9. Івашкевич Е.З. Особливості розв'язання проблеми структури соціального інтелекту майбутнього педагога. *Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти* : збірник наукових праць Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Психолого-педагогічні аспекти формування управлінського потенціалу сучасної молоді: теорія і практика», 22 жовтня 2014 р. / НТУ «ХПІ». Харків, 2014. Вип. 40–41 (44–45). С. 173–185.

10. Булка Н.І. Ресурси соціального інтелекту: адаптивність, комунікативність, креативність. *Практ. психол. та соц. робота*. 2004. № 6 (63). С. 43–52.

11. Ляховець Л.О. Особливості формування соціального інтелекту у майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.05 / АПН України. Ін-т соц. та політ. психології. Київ, 2009. С. 18.

12. Редько С.І. Розвиток соціального інтелекту у майбутніх керівників освітніх закладів. *Освітлогічний дискурс*. 2010. № 2. С. 134–143. DOI: <https://od.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/28/47>.

ДЕЗАДАПТИВНІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ DISADAPTATION OF THE MILITARY IN WAR CONDITIONS

Стаття присвячена дослідженню особливостей дезадаптивності військовослужбовців – чоловіків і жінок. Визначено чинники, що впливають на рівень дезадаптації військовослужбовців та осіб, які виконують службові обов'язки в повсякденних і бойових умовах. Особи з посттравматичним стресовим розладом мають певний рівень дезадаптації, що залежить як від сили травматичних факторів, так і від тривалості їх дії. Аналіз зарубіжної та вітчизняної літератури дав змогу встановити, що жінки краще протистоять впливу стресорів, здатні адекватно оцінювати обставини й діяти в складних та екстремальних ситуаціях. У результаті дослідження особливостей дезадаптивності військовослужбовців різної статі виявлено, що чоловіки мають вірогідно вищі показники за психометричною шкалою порушення моральної нормативності, що може призвести до нестійкості моральних переконань, порушень у визначенні свого місця й ролі в колективі, небажання дотримуватися норм поведінки в суспільстві та проявів делінквентної поведінки. Також чоловіки порівняно із жінками більш схильні до втрати комунікативного потенціалу, до агресивних проявів, недовіри, упередженого ставлення до оточення, що призводить до втрати допомоги свого колективу як засобу подолання стресу. За шкалами «щирість», «порушення поведінкової регуляції», «вірогідність учинення суїцидальних спроб» перша і друга групи досліджуваних мають подібні показники, що виражається у відвертості й позитивному ставленні до взаємодії з психологом, високій нервово-психічній стійкості й адекватному сприйнятті ситуації, впевненості в собі під час подолання труднощів, позитивному погляді на майбутнє й відсутності суїцидальних проявів. За інтегральною шкалою «дезадаптивність» обидві досліджувані групи подібні, не мають вірогідних відмінностей. Показники за цією шкалою з урахуванням довірчого інтервалу в обох групах знаходяться на низькому рівні, що свідчить про здатність досліджуваних чоловіків і жінок протистояти складнощам, стресам і психотравматичним факторам.

Ключові слова: військовослужбовці, дезадаптація, девіації, делінквентна пове-

дінка, стресогенні фактори, травматичні ситуації.

The article is devoted to the study of the peculiarities of maladjustment of male and female military personnel. Factors affecting the level of maladaptation of servicemen and persons performing official duties in everyday and combat conditions have been identified. Persons with post-traumatic stress disorder have a certain level of maladjustment, which depends both on the strength of traumatic factors and on the duration of their action. The analysis of foreign and domestic literature made it possible to establish that women better resist the influence of stressors and are able to adequately assess circumstances and act in difficult and extreme situations. As a result of the study of maladjustment features of male and female military personnel, it was found that men have probably higher indicators on the psychometric scale of violation of moral norms, which can lead to instability of moral beliefs, violations in determining one's place and role in the team, unwillingness to comply with norms of behavior in society and manifestation delinquent behavior. Also, men, compared to women, are more prone to loss of communicative potential, aggressive manifestations, mistrust, prejudiced attitude towards the environment, which leads to loss of help from their team as a means of overcoming stress. According to the scales of sincerity, violation of behavioral regulation, the likelihood of committing suicide attempts, the first and second groups of subjects have similar indicators, which is expressed in openness and a positive attitude towards interaction with a psychologist, high neuropsychological stability and adequate perception of situations, self-confidence in overcoming difficulties, a positive outlook for the future and the absence of suicidal manifestations. According to the integrated maladjustment scale, both studied groups are similar and have no probable differences. Indicators on this scale, taking into account the confidence interval, in both groups are at a low level, which indicates the ability of the studied men and women to resist difficulties, stress and psycho-traumatic factors.

Key words: military personnel, maladaptation, deviations, delinquent behavior, stressful factors, traumatic situations.

УДК 159.9-057.36-044.32«364»
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.42>

Філоненко В.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри соціології та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Вступ. Багато зарубіжних і вітчизняних учених вважають, що військова служба належить до розряду ризико- й суїцидонебезпечних, на що суттєво впливає багато факторів: нервово-психічне напруження, спричинене суттєвою зміною способу життя; необхідність діяти в екстремальних умовах; недосконалість службових взаємин; довготривале перебування далеко від рідних, що викликає пригніченість і тривожний стан. Водночас відмінності дезадаптивності військовослужбовців – чоловіків і жінок – залишаються сьогодні недостатньо вивченими.

Як гіпотезу можна припустити, що існують значні відмінності в характеристиках дезадап-

тації чоловіків і жінок, адже відомо, що жінки більш стійкі в умовах стресу, ніж чоловіки, і в повсякденному житті в більшості випадків вони ставляться до всіх негараздів усвідомлено, більш відповідально до оточення й розуміють, що потрібно робити та як діяти відповідно до ситуації. Чоловіки, можливо, мають більшу фізичну витривалість, але жінки мають вищу здатність протистояти стресу [5]. Аналіз наявних теоретичних і практичних досліджень показує, що ці питання потребують додаткових наукових розвідок. Зокрема, в умовах війни актуалізуються питання особливостей переживання стресу чоловіками та жінками, що

проходять військову службу, адже це впливає на обрання підходів і методів під час проведення з ними психологічної роботи.

Дослідженню емоційно-вольової сфери військовослужбовців присвятили роботи чимало науковців (Н. Клименко, І. Ліпатов, Л. Шестопалова, В. Афанасенко й інші), але їхні думки різняться щодо психологічного стану чоловіків- і жінок-військовослужбовців. Можливо, це тому, що дослідження проведені в різних умовах і в різні роки. Але сьогодні під час захисту нашої держави від військової агресії ця тема актуальна, як ніколи. Обов'язковими характеристиками військовослужбовців як професійної групи, яка стикається з великими моральними й фізичними навантаженнями, є витривалість, фізичне та психічне здоров'я, здатність протистояти вигоранню, деформаціям і деструкціям. Однак залежно від тривалості проходження служби ці показники знижуються. Вплив значної кількості різних стрес-факторів може викликати нервово-психічні порушення, психосоматичні захворювання, дезадаптивні форми поведінки, хронічну напруженість, зниження ефективності діяльності, емоційний стрес, що може призвести до психоемоційного вигорання особистості й порушень нормативної поведінки [2]. Як травматичні події, що викликають дезадаптивність, можуть бути спостереження за смертями на полі бою, ворожими звірствами, катуваннями, реальним позбавленням життя іншої людини, перебування в ролі потерпілої особи, яка зазнала серйозних тілесних ушкоджень, зґвалтування або сексуального насильства, перебування в заручниках чи полоні тощо [11]. Участь у бойових діях під час війни часто пов'язана з низкою важких наслідків, включаючи посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресію, ворожість, агресію, суїцидальні думки й дезадаптацію. Потребують додаткового вивчення наслідки перебування в полоні, спостереження за стратою та вчиненням жорстокого насильства [12].

Мета дослідження – установити особливості дезадаптивності військовослужбовців чоловічої та жіночої статі.

Завдання дослідження полягає у визначенні відмінностей у дезадаптивності військовослужбовців – чоловіків і жінок.

Методи дослідження: теоретичний аналіз наукової літератури щодо проблеми дослідження й тестування. Психодіагностичне обстеження проведено в жовтні 2023 року із застосуванням експрес-опитувальника «Дезадаптивність» (І. Приходько, Я. Мацегора, О. Колесніченко, М. Байда).

Опитувальник складається із 45 тверджень, що стосуються самопочуття, поведінки, характеру, взаємин з іншими. Ця методика дає змогу в досить короткий строк і за мінімуму зусиль виявити найбільш рельєфні ознаки дезадаптивності особистості, що розкриваються в твердженнях за такими шкалами: 1. «Порушення поведінкової регуляції (порушення регулювальної функції емоційно-вольової сфери й самооцінки)»; 2. «Вірогідність учинення суїцидальних спроб (зневіра в собі, своїй здатності долати життєві труднощі, звуження перспективи життя)»; 3. «Порушення моральної нормативності (утрата стійкості моральних переконань, існування вірогідності делінквентної поведінки)»; 4. «Утрата комунікативного потенціалу (утрата почуття ліктя товариша, зменшення можливості розраховувати на допомогу свого колеги як антистресовий потенціал)». Сума балів за цими шкалами є показниками за інтегральною шкалою «Дезадаптивність». Окремо обраховуються дані за шкалою «Щирість відповідей» для визначення правдивості досліджуваних [7].

Як досліджувані виступили військовослужбовці в кількості 40 осіб, із них – 24 чоловіки та 16 жінок.

Результати вивчення дезадаптивності у військовослужбовців – чоловіків і жінок – наведено в таблиці 1.

Не встановлено вірогідних відмінностей між показниками першої та другої груп за шкалою «Щирість», за якою показники, відповідно, становили $3,33 \pm 0,26$ і $3,06 \pm 0,39$.

Відповідно до нормативів тесту з урахуванням довірчих інтервалів, показники в обох групах свідчать про наявність такого показника, як щирість, на середньому рівні. Отже, представники обох груп характеризуються подіб-

Таблиця 1

Показники дезадаптивності у військовослужбовців – чоловіків і жінок ($M \pm m$)

Шкала	1 група (чоловіки)	2 група (жінки)	t	p
Щирість	$3,33 \pm 0,26$	$3,06 \pm 0,39$	0,58	-
Порушення поведінкової регуляції	$1,75 \pm 0,41$	$1,56 \pm 0,50$	0,29	-
Вірогідність учинення суїцидальних спроб	$0,96 \pm 0,40$	$0,69 \pm 0,24$	0,58	-
Порушення моральної нормативності	$3,93 \pm 0,46$	$2,44 \pm 0,28$	2,77	0,01
Утрата комунікативного потенціалу	$2,38 \pm 0,35$	$1,44 \pm 0,25$	2,19	0,05
Дезадаптивність	$8,61 \pm 1,37$	$6,13 \pm 0,96$	1,48	-

ною правдивістю, довірою, орієнтацією на співпрацю з психологом, прагненням відверто говорити про свої переживання та вчинки.

Також не встановлено вірогідних відмінностей між першою та другою групами за шкалою «Порушення поведінкової регуляції», за якою показники, відповідно, становили $1,75 \pm 0,41$ та $1,56 \pm 0,50$.

Відповідно до нормативів тесту з урахуванням довірчих інтервалів, показники в обох групах свідчать про наявність такого показника, як порушення поведінкової регуляції, на низькому рівні. Представники обох груп характеризуються подібним високим рівнем нерво-психічної стійкості й поведінкової регуляції, відсутністю зануреності у свої переживання, не відсторонюються від навколишніх, мають високу адекватну самооцінку, для них характерна зовнішня рішучість та адекватне сприйняття дійсності.

Не встановлено вірогідних відмінностей між першою та другою групами за шкалою «Вірогідність учинення суїцидальних спроб», за якою показники, відповідно, становили $0,96 \pm 0,40$ та $0,69 \pm 0,24$.

Відповідно до нормативів тесту з урахуванням довірчих інтервалів, показники в обох групах свідчать про наявність такого показника, як вірогідність учинення суїцидальних спроб, на низькому рівні. Це свідчить про впевненість респондентів у собі та своїх силах долати життєві труднощі. Опитувані спроможні формувати додатковий резерв психологічного настрою для подолання негараздів, мають перспективні погляди в житті, налаштовують зв'язки з оточенням, яке надає їм підтримку.

Установлено вірогідні відмінності між першою та другою групами за шкалою «Порушення моральної нормативності». Показник у першій групі вірогідно перевищує показник, отриманий у другій групі: $3,93 \pm 0,46$ та $2,44 \pm 0,28$ відповідно, при $t = 2,77$, $p \leq 0,01$.

Незважаючи на те що показники в обох групах з урахуванням довірчих інтервалів мають низькі значення, досліджувані першої групи більшою мірою характеризуються нижчим рівнем соціалізації порівняно з другою групою, менш адекватною оцінкою своєї ролі в колективі, вони менше зважають на відповідальність за себе й долю інших людей, менше уваги приділяють дотриманню закону та загальноприйнятих норм поведінки. Тобто чоловіки легше можуть удаватися до порушення військової дисципліни, девіантних та делінквентних вчинків.

За шкалою «Утрата комунікативного потенціалу» виявлено вірогідні відмінності між досліджуваними першої та другої груп: показники $2,38 \pm 0,35$ та $1,44 \pm 0,25$ відповідно, при $t = 2,19$, $p \leq 0,05$. Отримані дані вказують на те, що досліджувані першої групи порівняно

з другою групою мають нижчий рівень комунікативних здібностей, складності в побудові контактів з навколишніми, більш недовірливі, агресивніші та більше схильні до створення конфліктів. Це все позначається на взаємодії з товаришами по службі, утраті довіри й допомоги таких осіб з боку оточення як засобу подолання стресів. К. Vitzthum, S. Mache, R. Joachim et al. зауважують, що, якщо пост-травматичний стресовий розлад не лікувати, це призводить до глибокої дезадаптації особистості в соціальній сфері. Це негативно впливає на поведінку хворих, може завдавати шкоди їхнім романтичним стосункам, взаєминам із членами сім'ї та взаємодії в суспільстві [13; 14; 15].

Не встановлено вірогідних відмінностей між першою та другою групами за шкалою «Дезадаптивність», за якою показники, відповідно, становили $8,61 \pm 1,37$ та $6,13 \pm 0,96$. Відповідно до нормативів тесту з урахуванням довірчих інтервалів, показники в обох групах свідчать про наявність такого показника, як дезадаптивність. Згідно з інтерпретацією шкал, обидві групи мають низькі значення, тому можна зробити висновок, що опитувані здатні до адаптації, пристосовуються до чинних у суспільстві вимог і критеріїв оцінювання за рахунок привласнення норм і цінностей суспільства.

У реакціях чоловіків і жінок на фактори, що створюють напруження, існують відмінності. У жінок такі реакції виражені набагато інтенсивніше, ніж у чоловіків. Це пов'язано з більшою лабільністю жінок в емоційному стосунку, з їх більшою схильністю до стресів і підвищеною чутливістю до ізоляції. Жінки у два рази частіше, ніж чоловіки, страждають від депресії й у три рази частіше – від неврозів, зате у них набагато менший ризик схильності до адикцій [4].

Наявність гендерних відмінностей, безперечно, впливає як на вибір професії жінками і чоловіками, так і на способи самореалізації в ній і проходження процесу психосоціальної адаптації. Існують різні оцінки проблеми залучення жінок до військової служби. Деякі дослідники розглядають поняття «жінка-солдат» як протиприродне, стверджуючи, що жінкам не місце в армії: вони дезорганізують уклад армійської служби, провокують сексуальну активність чоловіків, знижують дисципліну [8; 9]. Прихильники протилежної точки зору, навпаки, мають думку, що жінка-військовослужбовець краще за чоловіка-військовослужбовця виконує свої обов'язки й дотримується дисципліни на службі [6, с. 10].

Відновлення порушених адаптаційних і компенсаторних можливостей організму в чоловіків протікає за більш короткий термін, тоді як у жінок-військовослужбовців за той самий період помічається лише незначна позитивна

динаміка. Жінки вважають пріоритетним соціально-психологічний аспект, а для чоловіків головним є професійно-діяльнісний. Також відзначаються відмінності у спрямованості характеристик особистості в ході адаптації: у жінок найчастіше змінюється емоційно-комунікативна сфера, а у чоловіків – комунікативно-вольова. Жінки виявляють більшу наполегливість у досягненні цілей, тоді як чоловіки краще вміють організувати свою роботу і є більш конформними [10].

Військова служба жінок пов'язана з безліччю труднощів і проблем, які зумовлені нетрадиційністю цього виду професійної діяльності для жінок, наявністю в ньому боротьби за престижні посади, чоловічим домінуванням у військових колективах, а також психофізіологічними особливостями жіночого організму. У більшості випадків у жінок-військовослужбовців виникають специфічні складності пристосування до нових умов, включаючи специфічність взаємин в армії [1]. На думку М. Малахова, несприятливі чинники військово-професійної діяльності, що діють на жіночий організм, призводять до формування дезадапційних порушень, функціональної неповноцінності серцево-судинної системи [3].

Дослідження особистісних особливостей військовослужбовців чоловічої та жіночої статі в умовах військової загрози показало, що динамічні зміни особистості мають однакову тенденцію, хоча виразність динаміки окремих психологічних характеристик різна, що зумовлено передусім різним рівнем психоемоційних навантажень у навчально-бойових умовах [10].

Висновки. У результаті проведеного дослідження між військовослужбовцями – чоловіками і жінками – виявлено подібність рельєфних ознак дезадаптивності особистості, таких як ширість, порушення поведінкової регуляції та вірогідності суїцидального ризику. Це вказує на те, що представники обох груп характеризуються подібною відвертістю, довірою, орієнтацією на співпрацю з психологом, прагненням відверто говорити про свої переживання та вчинки. Досліджувані характеризуються подібним високим рівнем нервово-психічної стійкості й поведінкової регуляції, відсутністю зануреності у свої переживання, не відокремлюються від навколишніх, також вони мають високу адекватну самооцінку, для них характерна зовнішня рішучість та адекватне сприйняття дійсності, вони впевнені в собі та своїх силах долати життєві труднощі. Опитувані спроможні формувати додатковий резерв психологічного настрою для подолання негараздів, мають наявність перспектив у житті, налаштовують зв'язки з оточенням, яке утримує їх від здійснення суїцидальних спроб.

Разом із цим у групі чоловіків більш вірогідно вираженими є такі показники, як пору-

шення моральної нормативності й утрата комунікативного потенціалу. Чоловіки мають нижчий рівень соціалізації та адекватної оцінки власної ролі в колективі порівняно із жінками. Чоловіки меншою мірою приділяють увагу дотриманню закону й загальноприйнятих норм поведінки, легше можуть удаватися до порушень закону, військової дисципліни та делінквентних вчинків. Порівняно із жінками чоловіки менше комунікабельні, агресивніші, більш недовірливі, конфліктні, що може ускладнювати спілкування в колективі та створення нових контактів, призводити до втрати довірливих взаємин із товаришами по службі як засобу подолання стресів. Але, незважаючи на це, показники в обох групах мають низькі значення. Це свідчить про те, що обидві групи мають високий рівень соціалізації, досліджувані адекватно оцінюють свою роль у колективі, відповідальні за себе й долю інших людей, зорієнтовані на дотримання закону й загальноприйнятих норм поведінки. Обидві групи мають високий рівень комунікативних здібностей, мають установку на взаємодопомогу, особливо під час виконання професійних завдань, швидко встановлюють контакт із навколишніми, прагнуть бути членом команди, є неконфліктними особистостями. Але, згідно з установленими вірогідними відмінностями між першою та другою групами, групі жінок більш притаманні описані вище якості.

Перспектива дослідження полягає у вивченні взаємозв'язків дезадаптивності військовослужбовців – чоловіків і жінок – із їхніми іншими характерологічними та психологічними особливостями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондаренко О.І. Психологічні особливості професійного спілкування військовослужбовців в особливих умовах діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2004. 20 с.
2. Клименко Н.Г. Роль і місце жінки військовослужбовця в Україні. Економіка та держава. 2014. № 5. С. 116–119.
3. Малахов М.А. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців-контрактників до діяльності в особливих умовах : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Харків, 2011. 20 с.
4. Марценюк Т. Гендер для всіх. Виклик стереотипам. Київ : Основи, 2017. 256 с.
5. Мохорева О.М. Заздрісність як чинник криміногенної поведінки особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06. Харків, 2023. 262 с.
6. «Невидимий батальйон»: участь жінок у військових діях в АТО (соціологічне дослідження) / за заг. ред. Т. Марценюк. Київ : ФОРМ-Клименко, 2016. 80 с.
7. Експрес-опитувальник «Дезадаптивність»: розроблення, апробація, психометричні показники / І. Приходько, Я. Мацегора, О. Колесніченко, М. Байда.

Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологія». 2017. № 3 (9). С. 78–95. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2017_3_.

8. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій : навчальний посібник / за ред. Т.М. Титаренко. Київ : НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології, Міленіум, 2011. 271 с.

9. Психологічна робота у Прикордонних військах України. Морально-психологічне забезпечення службової діяльності Прикордонних військ України : підручник / за заг. ред. С.Д. Максименка, Б.М. Олексієнка. Хмельницький : НАПВУ, 2001. С. 124–173.

10. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний посібник / О.М. Кокун та ін. Київ : ФОП Маслаков, 2019. 288 с.

11. Brunet A., Akerib V., Birmes P. Don't throw out the baby with the bathwater (PTSD is not

overdiagnosed). *Canadian journal of psychiatry*. 2007. № 52. P. 501–502.

12. Moral transgression during the Vietnam War: a path analysis of the psychological impact of veterans' involvement in wartime atrocities / P.A. Dennis et al. *Anxiety, Stress, Coping*. 2016. № 30 (2). P. 188–201. <https://doi.org/10.1080/10615806.2016.1230669>.

13. Kang H.K., Hyams K. Mental Health Care Needs among Recent War Veterans. *New England Journal of Medicine*. 2005. № 352. 1289–1289.

14. Stevenson V.E. Premature treatment termination by angry patients with combat-related post-traumatic stress disorder. *Military Medicine*. 2000. № 165. P. 422–424.

15. Psychotrauma and effective treatment of post-traumatic stress disorder in soldiers and peacekeepers / K. Vitzthum, S. Mache, R. Joachim et al. *J Occup Med Toxicol*. 2009. № 4. P. 21. <https://doi.org/10.1186/1745-6673-4-21>.

ГЕНЕЗА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУТНОСТІ ФЕНОМЕНА «СОЦІАЛЬНИЙ ІНТЕЛЕКТ»

GENESIS OF THE PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE PHENOMENON OF "SOCIAL INTELLIGENCE"

Стаття присвячена феномену «соціальний інтелект». Наголошено, що розвиток соціального інтелекту має першочергове значення в сучасному суспільстві. Наявна неоднозначність у розумінні його психологічного змісту й компонентів підкреслює необхідність пошуку ефективних методів налагодження спільного функціонування людей у суспільстві та розвитку міжособистісних відносин. Людина з високим рівнем соціального інтелекту здатна ефективно спілкуватися, вирішувати конфлікти, розуміти та приймати критику, а також будувати гарні стосунки з навколишніми. Розвиток цих навичок сприяє успішній соціальній адаптації та інтеграції в суспільне життя. Соціальний інтелект є ключовим елементом для побудови здорових і плідних взаємин між людьми, сприяючи як особистісному, так і професійному розвитку. Зазначено, що термін «соціальний інтелект» уперше використав американський психолог і філософ Дж. Дьюї. Та наукову популярність цього поняття пов'язують із Е. Торндайком, який вивчав проблему інтелекту, його особливості, використання й вимірювання. Науковець тлумачив соціальний інтелект як здатність розуміти людей і керувати ними, діяти мудро в людських стосунках. З опублікуванням його робіт і розпочалося активне вивчення феномена соціального інтелекту. Підкреслено, що конструкт феномена «соціальний інтелект» досить суперечливий. Теоретичний аналіз проблеми соціального інтелекту вказує на різноманітність його трактувань у психологічній науці, незважаючи на майже сторічну історію вивчення. Розвиток уявлень про соціальний інтелект змінювався від розгляду його як здібності, відокремленої від загального інтелекту, до розуміння його як соціально-пізнавальної особистісної характеристики, що сприяє соціальній ефективності людини. У професійному контексті соціальний інтелект визнається ключовим для фахівців, чия діяльність пов'язана із соціальною взаємодією та спілкуванням. Ця здібність являє собою складну систему, що складається з когнітивного, емоційного й поведінкового компонентів і розвивається протягом індивідуального життя, починаючи з моменту, коли інтереси людини пересікаються з інтересами партнерів по спілкуванню.

Ключові слова: феномен, поняття, соціальний інтелект, соціальна взаємодія, навички спілкування з людьми.

The article is devoted to the phenomenon of "social intelligence". It is emphasized that the development of social intelligence is of paramount importance in modern society. The existing ambiguity in understanding its psychological content and components emphasizes the need to find effective methods for establishing the joint functioning of people in society and the development of interpersonal relations. A person with a high level of social intelligence is able to communicate effectively, resolve conflicts, understand and accept criticism, and build good relationships with others. The development of these skills contributes to successful social adaptation and integration into society. Social intelligence is a key element for building healthy and fruitful relationships between people, contributing to both personal and professional development. It is noted that the term "social intelligence" was first used by the American psychologist and philosopher J. Dewey. However, the scientific popularity of this concept is associated with E. Thorndike, who studied the problem of intelligence, its features, use and measurement. The scientist interpreted social intelligence as the ability to understand and manage people, to act wisely in human relations. With the publication of his work, the phenomenon of social intelligence began to be actively studied. It is emphasized that the construct of the phenomenon of "social intelligence" is quite controversial. The theoretical analysis of the problem of social intelligence indicates the diversity of its interpretations in psychological science, despite almost a century of study. The development of ideas about social intelligence has changed from considering it as an ability separated from general intelligence to understanding it as a social and cognitive personal characteristic that contributes to a person's social effectiveness. In the professional context, social intelligence is recognized as key for professionals whose work involves social interaction and communication. This ability is a complex system consisting of cognitive, emotional, and behavioral components that develops over the course of an individual's life, starting from the moment when a person's interests begin to intersect with those of their communication partners.

Key words: phenomenon, concept, social intelligence, social interaction, skills of communication with people.

УДК 159.922.8
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.43>

Шпортун А.М.

здобувач ступеня доктора філософії за спеціальністю 053. Психологія
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Постановка проблеми. Актуальність вивчення феномена соціального інтелекту зумовлена найперше наявною суперечністю між відсутністю єдиного розуміння психологічного змісту, структури, компонентів соціального інтелекту та його значущістю в соціальному житті кожної людини, головне, необхідністю пошуку дієвих способів налагодження спільного функціонування людей у суспільстві, розширення спектру методів

підвищення якості міжособистісних відносин, розвитку комунікативної компетентності, моральної інтуїції, хисту до спілкування, розуміння себе, навколишніх, соціальних ситуацій, ставлень і взаємодій, сприймання подій соціального життя з орієнтацією на мінімізацію неочікуваних ситуацій і максимізацію власної корисності тощо.

Людина з достатнім рівнем соціального інтелекту здатна ефективно спілкуватися та кому-

нікувати, вирішувати конфлікти, адекватно сприймати критику, не ображатися, поважати думку іншого, будувати екологічні відносини з навколишніми. Уміння розпізнавати соціальні сигнали, дослухатися до думки, не перебивати, розуміти міміку й жести, почуття інших, відчувати емоційний клімат у групі, спільно працювати в групі, є важливими складниками успішної соціальної адаптації та інтеграції людини в суспільне життя. Тож соціальний інтелект є основою для побудови соціальних відносин, здібністю правильно розуміти свою поведінку й поведінку інших людей. Соціальний інтелект об'єднує, регулює та реалізує пізнавальні процеси, пов'язані з відображення соціальних об'єктів (людини як партнера по спілкуванню, групи людей), є запорукою ефективної міжособистісної взаємодії й успіху в професійній діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Психологічна генеза феномена соціального інтелекту розкрита в працях С. Бабу, С. Вайса, Д. Векслера, Ф. Вернона, Г. Гарднера, Дж. Гілфорда, Д. Гоулмана, С. Грінспена, Дж. Дьюї, Х.-М. Зюсса, Н. Кантора, Д. Кільстрема, П. Лав, Ф. Мосс, Ж. Пінто, М. Тавейра, Е. Торндайка, Л. Фарії, Р. Ханівілла, Т. Ханта й ін. При цьому сучасний погляд фахівців із проблематики соціального інтелекту спрямований на його змістову сутність (І. Зарубінська, І. Недозим, І. Стрілецька й ін.), роль і місце в структурі якостей особистості (Е. Івашкевич, А. Квітка, Л. Ляховець, М. Федоруц, І. Юр'єва та ін.), чинники розвитку й особливості формування (Н. Альохіна, А. Застело, Г. Ожубко, О. Власова, Л. Кайдалова, Я. Каплуненко, О. Матеюк, С. Харченко та ін.).

Проте в психологічній науці досі відсутня єдина думка щодо змісту соціального інтелекту, що й зумовило вибір **мети статті**, яка полягає в теоретико-методологічному аналізі становлення психологічної сутності феномена «соціальний інтелект».

Виклад основного матеріалу. Соціальний інтелект є відносно молодим феноменом і поняттям, витоки якого беруть свій початок із соціальної психології та досліджень людської поведінки в соціальних сферах. Термін «соціальний інтелект» уперше використав американський психолог і філософ Дж. Дьюї (1909) [8], наукові розробки якого спрямовані на соціальну взаємодію людей і прояв їхніх інтелектуальних здібностей. І хоча науковий інтерес до соціального інтелекту зародився вже у 20-ті роки ХХ ст., це поняття почало набувати значущості й популярності лише з часом.

Так, у 1920 році в журналі «Harper's Magazine» вийшла стаття «Intelligence and its use», автором якої був американський психолог і педагог Е. Торндайк [11, с. 228]. У статті

йшлося про проблему інтелекту, його особливості, використання та вимірювання. Окрему увагу було приділено трьом видам інтелекту: механічному, абстрактному й соціальному. На думку Е. Торндайка, механічний інтелект – це здатність навчитися розуміти та керувати речами й механізмами. Абстрактний інтелект – це здатність розуміти ідеї та символи, закони й принципи, а також керувати ними. Соціальний інтелект – це здатність розуміти людей і керувати ними, діяти мудро в людських стосунках. З опублікуванням цієї роботи розпочалося активне вивчення феномена соціального інтелекту.

Ж. Пінто, Л. Фарія, М. Тавейра [10, с. 57] дійшли висновку, що конструкт феномена «соціальний інтелект» досить суперечливий. Е. Торндайк (1920) використовував це поняття, щоб розкрити здатність людини до виконання міжособистісних завдань. Ф. Мосс і Т. Хант (1927) конкретизували, що це «здатність ладнати з іншими». Ф. Вернон (1933) тлумачив соціальний інтелект як здатність людини розуміти настрої та особистісні риси інших, усвідомлювати соціальні проблеми й бути сприйнятливим до соціальних стимулів. На думку Д. Векслера (1958), соціальний інтелект – це здатність людини розуміти соціальні ситуації. За Дж. Гілфордом (1967), соціальний інтелект має суто поведінковий зміст та охоплює взаємодію між людьми, їхні установки, потреби, бажання, настрої та думки про інших і самих себе. Він припустив, що соціальний інтелект є окремою когнітивною здатністю загального інтелекту людини.

У 90-х роках знову зросла зацікавленість феноменом соціального інтелекту. Зокрема, С. Грінспен і П. Лав (1997) запропонували ієрархічну модель соціального інтелекту. У цій моделі соціальний інтелект складається з трьох компонентів: соціальної чутливості, що відображається в прийнятті ролей і соціальних висновках; соціальної проникливості, яка включає соціальне розуміння, психологічну проникливість і моральне судження; соціальної комунікації, що охоплює референтну комунікацію й вирішення соціальних проблем. На думку науковців, соціальний інтелект є лише одним із компонентів адаптивного інтелекту (іншими є концептуальний і практичний інтелект), який об'єднує фізичну компетентність і соціально-емоційну адаптацію (темперамент і характер) як основні виміри особистісної компетентності в широкому розумінні.

Г. Гарднер (1998) виділив типи соціального інтелекту: міжособистісний інтелект (здатність помічати й розуміти настрої, мотиви, психічні стани інших людей) і внутрішньоособистісний інтелект (здатність розпізнавати свої емоції та мати доступ до власного внутрішнього емоційного життя).

На думку американського психолога Д. Гоулмана [6], корисні соціальні стосунки є чинником ментального здоров'я людини, а соціальний інтелект – умовою. Соціальний інтелект містить набір навичок і вмінь, які дають змогу ефективно взаємодіяти з іншими людьми й успішно функціонувати в соціальних ситуаціях. Це поняття охоплює вміння людини розуміти іншу людину і співчувати їй, налагоджувати міжособистісні стосунки, а також впливати на інших і керувати емоціями. У структурі соціального інтелекту науковець виділяє дві його категорії: соціальну обізнаність і соціальну здатність.

Соціальна обізнаність сполучає первинну емпатію – почуття до інших і відчуття невербальних емоційних сигналів; налаштування – уважне слухання з повною сприйнятливістю та спрямованістю на людину; емпатичну точність, що означає розуміння думок, почуттів, намірів іншої людини; соціальну когнітивність, тобто знання й розуміння того, як функціонує соціальний світ. Натомість соціальна здатність охоплює синхронізацію, безперешкодну взаємодію на невербальному рівні; самопрезентацію або ефективно подання себе; вплив, який полягає у формуванні результату соціальної взаємодії; турботу, тобто піклування про потреби інших.

Тож соціальна обізнаність дає змогу краще розуміти та сприймати інших людей, а соціальна здатність допомагає активно взаємодіяти з іншими. Ці два аспекти взаємодоповнюють один одного, сприяють успішній соціальній адаптації та взаємодії в різних сферах життя людини.

Соціолог Р. Ханівілл [7] переконаний, що соціальний інтелект є сукупним показником самосвідомості, соціальної усвідомленості, еволюції соціальних переконань та установок, а також здатності й бажання керувати складними соціальними змінами. Людина з високим коефіцієнтом соціального інтелекту нічим не краща й не гірша за людину з низьким, вони просто мають різні погляди, інтереси та бажання. При цьому саме соціальний інтелект, а не кількісна оцінка рівня інтелекту визначають людину.

Елемент стратегічності додає вчений С. Бабу [4], який тлумачить соціальний інтелект як здатність ефективно й тактовно взаємодіяти з іншими людьми, при цьому зберігаючи власну ідентичність, використовуючи відповідні соціальні ресурси з більш поглибленим розумінням соціального середовища та розглядаючи емпатичну співпрацю як основу соціального знайомства. На думку дослідника, соціальне прийняття ідей і вчинків людини, соціальна прихильність, соціальні почуття, соціальне схвалення, соціальна повага, соціальна залученість, соціальна взаємодія, соці-

альні групи, членство в соціальних інститутах тощо мають велике значення для індивіда на шляху особистісної інтегрованості. Соціальний інтелект – це здатність добре ладнати з іншими людьми й уміти налагоджувати з ними взаємодію. Саме соціальний інтелект може зменшити конфлікти, створити умови для співпраці, замінити фанатизм і поляризацію розумінням і мобілізувати людей для досягнення спільних цілей.

Р. Бар-Он (2005) зазначає, що соціальний інтелект – це багатофакторний набір взаємопов'язаних емоційних і соціальних компетенцій, навичок і засобів, які впливають на здатність людини розпізнавати, розуміти емоції й керувати ними, толерантно ставитися до інших, адаптуватися до змін і вирішувати проблеми особистого та міжособистісного характеру, а також ефективно справлятися з повсякденними вимогами, викликами й тиском [5].

С. Вайс і Х.-М. Зюсс пропонують трифакторну модель соціального інтелекту, у якій виділяють соціальне розуміння, соціальну пам'ять і соціальні знання [12]. Здатність до соціального розуміння вимагає від людини інтерпретації соціальних стимулів з позиції її наслідків, наприклад, правильно зрозуміти те, що людина хоче висловити за допомогою вербальних чи невербальних засобів спілкування. Соціальна пам'ять охоплює свідоме зберігання та пригадування соціальної інформації, що міститься в епізодичній і семантичній пам'яті. Це дещо більше ніж пам'ять на імена й обличчя. Соціальні знання зберігаються в процедурній пам'яті, їх не можна опанувати теоретично, вони формуються лише через повторення складної послідовності дій знову і знову.

Тож соціальний інтелект тісно пов'язаний із когнітивним та емоційним інтелектом. Психологи-дослідники, які вивчають соціальне пізнання й соціальну нейронауку, відкрили багато принципів, за якими функціонує соціальний інтелект людини. Зокрема, психологи Н. Кантор і Д. Кільстром [8] пропонують альтернативний погляд на соціальний інтелект, який вони зараховують до системи знань людини про соціальний світ. На відміну від погляду на соціальний інтелект через призму здібностей, погляд через призму знань не розглядає соціальний інтелект як рису або групу рис, за якими можна порівнювати й ранжувати індивідів від низького до високого рівня інтелекту. Скоріше, когнітивний погляд на особистість починається з припущення, що соціальна поведінка є розумною, що вона опосередкована тим, що людина знає й вважає правильним, а також когнітивними процесами прийняття, пам'яті, міркувань і вирішення проблем, а не опосередкована вродженими рефлексами, умовними реакціями, генетичними програмами.

Ця теорія соціального інтелекту трактує індивідуальні відмінності в соціальній поведінці як продукт індивідуальних відмінностей у знаннях, які індивіди застосовують у своїх соціальних взаємодіях. Відмінності в соціальних знаннях спричиняють відмінності в соціальній поведінці. Важливою змінною є не те, скільки людина має соціального інтелекту, а скоріше те, яким соціальним інтелектом вона володіє: що людина знає про себе, інших людей, ситуації, у яких люди стикаються один з одним, і їхню поведінку. Науковці виокремили дві категорії соціального інтелекту: декларативні соціальні знання, що складаються з абстрактних понять і конкретних спогадів, і процедурні соціальні знання, що складаються з правил, навичок і стратегій, за допомогою яких людина маніпулює і трансформує декларативні знання, перетворює знання на дії. Наприклад, для людини важливо осмислювати соціальні відносини («У якій ситуації я перебуваю і що це за людина, яка зі мною розмовляє?»), розуміти їх сенсове значення («Що людина мала на увазі?»), відповідно, планувати свої дії («Що я збираюся із цим робити?»).

Серед українських праць важливо згадати докторське дослідження Е. Івашкевича (2018). Науковець вивчав феномен соціального інтелекту у фахівців педагогічної сфери діяльності. Він переконаний, що соціальний інтелект є складним особистісним утворенням, яке включає комунікативну та прогностичну компетентності. Ці компетентності формують системні структури, що охоплюють такі інтегральні складники, як механізми антиципації, децентрації, інтелектуальної ініціації, прийняття рішень, планування, контролю й самоконтролю, рефлексії тощо. Комунікативна компетентність і здібності входять до структури когнітивної компетентності на мікрорівні, прогностична компетентність та емпатія – на мезорівні, а механізми антиципації, децентрації, інтелектуальної ініціації, прийняття рішень, планування, контролю та самоконтролю, рефлексії тощо – на макрорівні [1, с. 427–428].

На думку іншої дослідниці, Л. Ляховець [3, с. 7], соціальний інтелект являє собою складну гетерогенну здібність, що включає розуміння як самого себе, так й інших осіб, їхніх взаємин. Він також передбачає можливість прогнозування розвитку міжособистісних ситуацій на основі індивідуальних мислених процесів, а також емоційно-афективну реакцію на особистісний і соціально-психологічний контекст взаємодії та соціального досвіду. Соціальний інтелект є однією з ключових характеристик людини й важливих якостей, яка обумовлює успіх суспільного життя.

За Я. Каплуненко [2, с. 168–169], соціальний інтелект являє собою не лише інтегральну соціально-особистісну пізнавальну здібність,

а й ключовий фактор успішної соціальної адаптації та ефективної міжособистісної взаємодії. Він охоплює здатність до розуміння й аналізу поведінки в спілкуванні, управління власними емоціями та емоціями інших, а також до організації й комунікації в різних ситуаціях. При цьому розвиток соціального інтелекту детермінується зовнішніми та внутрішніми чинниками. Зовнішні чинники: картина сім'ї, культура спілкування та взаємодії, комунікаційне коло, досвід соціальної травматизації тощо. Внутрішні чинники: показники нервових процесів, індивідуально-типологічні особливості й особистісні характеристики.

Тож соціальний інтелект став показником спроможності людини досягати успіху в міжособистісних ситуаціях, умілого поведіння у взаєминах з іншими. Він пов'язаний із когнітивними здібностями людини (розуміти людей) і її практичністю (уміння підтримувати стосунки).

По суті, соціальний інтелект – це психологічний феномен соціального змісту, що визначає здатність людини до успішної взаємодії з іншими членами суспільства, ефективного вирішення конфліктних ситуацій та адаптації до різноманітних соціальних середовищ. Успішне функціонування в соціумі й досягнення особистих і професійних цілей неможливе без розвиненого соціального інтелекту, який не обмежується лише здатністю добре ладнати з іншими та спонукати їх до співпраці, він також охоплює розуміння емоцій інших людей, інтуїтивне сприйняття їхніх потреб і мотивацій, уміння налагоджувати співпрацю, розуміти динаміку соціальних ситуацій, а також готовність виражати власні почуття й переживання. Соціальний інтелект може бути умовно названий «навичками спілкування з людьми», оскільки він включає в себе усвідомлення соціальних ситуацій і вміння використовувати різноманітні стратегії для досягнення своїх цілей. Та соціальний інтелект є не вродженою здатністю, а розвивається протягом індивідуального життя, починаючи з моменту, коли інтереси людини починають пересікатися з інтересами партнерів по спілкуванню.

Висновки. Теоретичний аналіз проблеми соціального інтелекту вказує на різноманітність його трактувань у психологічній науці, незважаючи на майже сторічну історію вивчення. Розвиток уявлень про соціальний інтелект змінювався від розгляду його як здібності, відокремленої від загального інтелекту, до розуміння його як соціально-пізнавальної особистісної характеристики, що сприяє соціальній ефективності людини. У професійному контексті соціальний інтелект визнається ключовим для спеціалістів, чия діяльність зосереджена на взаємодії з іншими. Ця здібність являє собою складну систему, що складається з ког-

нітивного, емоційного й поведінкового компонентів і розвивається протягом життя. Поряд із цим місце соціального інтелекту в системі якостей і характеристик людини неоднозначно визначене та представлене переважно через такі компетенції, як комунікативна компетентність, соціально-психологічна компетентність, соціальна сміливість, соціальна чутливість, психологічна проникливість тощо.

Перспективи подальших розвідок будуть спрямовані на виокремлення структурних компонентів соціального інтелекту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Івашкевич Е.З. Психологія соціального інтелекту педагога : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.01 / Інстит. психол. імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. 432 с.
2. Каплуненко Я.Ю. Особистісні чинники розвитку соціального інтелекту у фахівців соціономічних професій : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Інстит. психол. імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2016. 262 с.
3. Ляховець Л.О. Особливості формування соціального інтелекту у майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2016. 18 с.
4. Babu M.S. Social Intelligence and Aggressive Behaviour in relation to Classroom Climate in relation to Classroom Climate among Upper Primary School Students of Delhi and Kerala. Institute of Advance Studies in Education Faculty of Education, Jamia Millia Islamia New Delhi, 2013.
5. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 2006. 18, supl. P. 13–25.
6. Goleman D. *Social intelligence: The new science of human relationships*. New York : Bantam Books, 2006. 416 p.
7. Honeywill R. *The Man Problem: destructive masculinity in Western culture*. New York : Palgrave Macmillan, 2015. 235 p.
8. Kihlstrom J.F., Cantor N. Social intelligence. *The Cambridge Handbook of Intelligence*. Cambridge University Press, 2011. P. 564–580.
9. Lathesh K.R., Avadhani V.D. A study on social intelligence and its impact on employee performance of insurance sectors in Mysuru city. *International Journal of Mechanical Engineering and Technology*. 2018. Vol. 9. P. 530–537.
10. Pinto J., Faria L., Taveira M. Social Intelligence in Portuguese Students: Differences According to the School Grade. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2014. V. 116. P. 56–62.
11. Thomdike E.L. Intelligence and its use. *Harper's Magazine*. 1920. P. 227–235.
12. Weis S., Süß H.M. Reviving the search for social intelligence – A multitrait-multimethod study of its structure and construct validity. *Personality and Individual Differences*. 2007. V. 42. P. 3–14.

СЕКЦІЯ 8 ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

СПІЛЬНА ТРАВМАТИЧНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ МЕДІАРЕАБІЛІТАЦІЇ

COMMON TRAUMATIC REALITY AND THE ROLE OF MEDIA IN PSYCHOSOCIAL CORRECTION: PROSPECTS FOR MEDIA REHABILITATION

У статті розглянуто спільну травматичну реальність як феномен, що виникає, коли терапевти (психологи, психотерапевти або інші фахівці допоміжних професій) подвійно піддаються травматичній події, як через досвід своїх пацієнтів, так і через безпосередній вплив травматичної ситуації (катастрофа, епідемія, війна). Методи. Аналіз теоретичних джерел дозволив визначити умови, які характерні для спільної травматичної реальності: вплив травми на цілу спільноту, фахівець і отримувач психологічної послуги є частиною однієї травмованої спільноти, поточність травматичної ситуації. Розглянуто негативні та позитивні наслідки, які проявляються в індивідуально-психологічній, соціально-психологічній і ціннісно-смысловій сферах життєдіяльності людини. Результати. Для забезпечення психологічної реабілітації застосовуються різні види психологічної допомоги. Активний розвиток комп'ютерних та інтерактивних технологій, медіа знайшли своє ефективне використання в наданні психологічної допомоги. Інновації сприяють покращенню психосоціальної реабілітації, запобіганню занепаду та регресу, відстеженню змін особистості, допомозі в підтримці здорового способу життя. Розглянуто медіареабілітацію як низку заходів із надання реабілітаційних послуг фахівцем за допомогою сучасних цифрових методів і спеціального обладнання (комп'ютер, вебкамера, компактні тренажери тощо), і особливість їх використання саме у відсутності географічних, часових, соціальних і культурних бар'єрів для надання психологічних послуг. Висновки. Головною метою медіатехнологій є покращення психологічного благополуччя людей зі складними травмами та захворюваннями, зокрема і психологічними. Для відновлення психологічного здоров'я або його корекції можна використовувати: перегляд мотивувальних відеосюжетів, що пропонують конструктивні варіанти розв'язання проблеми; віртуальну реальність для імітації реальних ситуацій і зниження чутливості до травматичних спогадів і зменшення симптомів; застосування мобільних додатків (психологічна підтримка, контроль, діагностика тощо).

Ключові слова: спільна реальність, спільна травматична реальність, вторинна

травма, медіа, медіавплив, медіапсихологія, психологічна реабілітація, психосоціальна корекція.

The article examines shared traumatic reality as a phenomenon that occurs when therapists (psychologists, psychotherapists, or other helping professionals) are doubly exposed to a traumatic event, both through the experience of their patients and through the direct impact of a traumatic situation (disaster, epidemic, war). Methods. The analysis of theoretical sources made it possible to determine the conditions that are characteristic of a common traumatic reality: the impact of trauma on the whole community, the specialist and the recipient of psychological services are part of the same traumatized community, the current nature of the traumatic situation. The negative and positive consequences that manifest themselves in the individual-psychological, social-psychological and value-meaning spheres of a person's life are considered. The results. Various types of psychological assistance are used to ensure psychological rehabilitation. Active development of computer and interactive technologies, media have found their effective use in providing psychological assistance. Innovations help improve psychosocial rehabilitation, prevent decline and regression, track personality changes, and help maintain a healthy lifestyle. Media rehabilitation is considered as a series of measures for the provision of rehabilitation services by a specialist using modern digital methods and special equipment (computer, web camera, compact simulators, etc.), and the peculiarity of their use is precisely in the absence of geographical, time, social and cultural barriers for the provision of psychological services. Conclusions. The main goal of media technologies is to improve the psychological well-being of people with complex injuries and illnesses, including psychological ones. To restore psychological health or correct it, you can use: viewing motivational videos that offer constructive options for solving the problem; virtual reality to simulate real situations and reduce sensitivity to traumatic memories and reduce symptoms; use of mobile applications (psychological support, control, diagnostics, etc.).

Key words: shared reality, shared traumatic reality, secondary trauma, media, media exposure, media psychology, psychosocial rehabilitation, psychosocial correction.

УДК 159.9:159.942:159.96
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.44>

Вольнова Л.М.

к.пед.н., доцент,
доцент кафедри психосоматики
та психології здоров'я
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

Вступ. У зв'язку з повномасштабною російською агресією нині населення України переживає численні травматичні події, які мають наслідками погіршення психоемоційного стану аж до розвитку розладів (депресія, три-

вога, моральна травма, посттравматичний стресовий розлад). Чимало людей відчувають себе психологічно виснаженими, звертаються по психологічну допомогу. Українські фахівці з підтримки психологічного благополуччя та

відновлення психічного здоров'я зіткнулися з викликами під час клінічної допомоги пацієнтам, але живуть із ними в умовах спільної травматичної реальності. Спільна травматична реальність створює одночасний вплив на терапевта та його пацієнта тієї самої травматичної події (російсько-українська війна) [6; 7; 9; 18; 20; 21]. Українські психологи, як члени суспільства, переживають травму війни також. Постійні сирени, вибухи, місця бойових дій, фізичні ушкодження тіла та майна, втрати рідних стали основними стресами для українців і фахівців допоміжних професій. Свою роль відіграють медіа в поширенні інформації, що є травмівною. Вплив медіа іноді може виступати передумовою виникнення медіатравми – окремого виду психологічної травми, яка спричиняється шкідливою інформацією масового характеру, як-от пропаганда, маніпулювання, фейки, технології психологічного й емоційного тиску, зомбування тощо [3]. Медіатравма створює стресове навантаження та може призводити до посилення рівня тривожності, страхів щодо свого життя та безпеки близьких, надмірного занепокоєння щодо подій у країні, унаслідок цього розвиваються депресивні стани та дезорієнтація.

Проте медіа мають і позитивний ефект у використанні, зокрема у психологічній реабілітації [13; 14]. Передусім завдяки медіа є можливість доступу до корисної інформації незалежно від місця проживання. Наприклад, анонімні гарячі лінії підтримки, рекомендації з надання первинної самопомоги, консультування онлайн або з використання психологічних мобільних додатків тощо. Також медіа можна використовувати для пошуку внутрішніх ресурсів або знаходження нових шляхів розв'язання психологічних проблем (презентації, музика, відеофільми тощо).

Мета статті – розглянути перспективи медіареабілітації в умовах травмівної реальності.

Результати. У науковий обіг поняття «спільна реальність» було введено у значенні переживання спільного суб'єктивного внутрішнього стану між власними внутрішніми станами щодо навколишнього світу й аналогічними внутрішніми станами інших, яке керується відповідними мотивами [19, с. 501]. Концептуалізація спільної реальності базується на основі чотирьох умов, а саме: 1) спільна реальність передбачає суб'єктивно сприйняту спільність внутрішніх станів індивідів (не лише спостережувану поведінку); 2) спільна реальність стосується цільового референта; 3) умотивованість виникнення спільної реальності у спільності внутрішніх станів; 4) спільна реальність передбачає досвід зв'язку із внутрішніми станами інших людей [19, с. 498]. У дослідженнях термін «спільна реальність» уживається в ситуаціях, коли фахівці допоміжних професій і отримувачі послуг піддаються впливу однакових травматичних подій [18, с. 250]. Термін перетворився на «спільну травматичну реальність» і широко почав використовуватися в науковому обігу після терористичних атак у США 11 вересня 2001 р. [6]. Досліджуваний феномен по-різному називають: «спільна реальність», «спільна травма», «спільна травматична реальність» – щодо ситуацій, у яких той, хто допомагає (психолог, психотерапевт), і пацієнт піддаються тій самій спільній катастрофі [6; 18, с. 250; 16, с. 251], тобто вони разом належать до однієї травмованої спільноти (рис. 1).

На основі результатів дослідження, проведеного Т. Титаренко, вказано, що весь тривала травматизація відзначається як негативними (посттравматичний стресовий розлад, змен-



Рис. 1. Умови, які характерні для спільної травматичної реальності

Джерело: сформовано автором

шення психологічного здоров'я людини), так і позитивними (посттравматичне зростання, посилення життєдіяльності) наслідками. Негативні наслідки проявляються [10, с. 56–57]:

- в індивідуально-психологічній сфері – порушення внутрішньої цілісності, деструктивні зміни в ідентичності, послаблення або відсутність потреби в самореалізації, зниження рівня адаптивності та збалансованості;

- у соціально-психологічній сфері – відсутність довіри до навколишнього світу, уникнення взаємин, зниження здатності до співпереживання;

- у ціннісно-смысловій сфері – відсутність здатності до пошуку нових життєвих перспектив, труднощі в розумінні власного досвіду, зниження задоволення від повсякдення.

Н. Баум (N. Baum) представлено п'ять ключових ознак подвійного впливу на професіоналів: нав'язлива тривога, втрата емпатії, занурення у професійну роль, розширення ролі та зміни місця та часу роботи. На основі практичного дослідження виявлено, що втрата емпатії сприяла стражданню професіоналів, однак їх занурення у свою професійну діяльність активувало їхнє особистісне зростання [17, с. 147]. О. Нутман-Шварц (O. Nuttman-Shwartz) також приділив увагу визначенню негативних (вторинна травматизація, втома від співчуття, вторинний травматичний стрес, вигорання) та позитивних (задоволення від співчуття, конкурентне зростання, розвинута стійкість) аспектів спільної травматичної реальності.

Дослідники І. Пругінін, Д. Сегал-Енгельчін, Р. Ізраловіц і А. Резнік (I. Pruginin, D. Segal-Engelchin, R. Isralowitz & A. Reznik) розглянули наслідки для фахівців і вказали на позитивні ефекти, зокрема співчуття, яке є результатом допомоги іншим, позитивні колегіальні відносини. Цей результат може служити захисним чинником, посилювати почуття гідності, зменшувати вразливість до вигорання. Посттравматичне зростання є ще одним позитивним результатом успішного подолання важкої або травматичної події, яке особливо ефективно у спільній травматичній реальності. Допомога іншим у подоланні травматичних подій приводить до задоволення та підвищення рівня самопізнання та самосвідомості. Окрім того, дослідження продемонструвало, що наслідки спільної травматичної реальності можуть сприяти особистісному та професійному розвитку [21].

Д. Арнольд, Л.Г. Калхун, Р. Тедескі, А. Канн (D. Arnold, L.G. Calhoun, R. Tedeschi, A. Cann) виявили, що клініцисти, які працювали з постраждалими від травм, повідомили про особистісні позитивні наслідки, як-от підвищення рівня впевненості в собі, незалежності та стійкості, емоційної експресивності, чутливості, співчуття та поглибленої духовності [16, с. 244].

О. Олексюк визначив зміни у внутрішньому досвіді особистості за емпатичного включення у взаємини з іншою особистістю, яка проживає травматичну подію як вторинну травму або вторинний травматичний стрес. Не може бути співпереживання іншій людині в її травматичній ситуації без емпатії. Це створює передумови для появи вторинної травматизації особистості, що співпереживає [9, с. 26]. У процесі роботи з пацієнтом, що переживає нестерпні страждання, фахівець має величезне прагнення допомогти в полегшенні його болю. Проте в ситуації, коли фахівець оцінює свою роботу як неефективну (наприклад, вважає, що не справляється, або робить це не досить швидко), у нього з'являються почуття власного безсилля та розчарування, що сприяє посиленню негативного розвитку вторинної травми.

С. Фрідман і Р. Машіах (S. Freedman, R. Mashlach) дослідили прямий і непрямий вплив травматичного досвіду війни на терапевтів (соціальних працівників, психологів і психіатрів) та їхні психологічні реакції. Основою вимірювання були рівні симптомів посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР), загальний рівень дистресу та виснаження. Учені вважають, що прямий і непрямий вплив у ситуації спільної травматичної реальності може бути пов'язаний також із симптомами, які відмінні від ПТСР. Рівні ПТСР пов'язані з вищим прямим впливом, а також із попереднім впливом травми, але не з непрямим впливом. Непрямий вплив у вигляді збільшення робочого навантаження, пов'язаний зі збільшенням дистресу й емоційного виснаження [20, с. 5–9]. Оскільки емоційне виснаження, імовірно, має негативний вплив на інші сфери функціонування, цілком можливо, що зменшення навантаження, пов'язаного з війною (можливо, шляхом обмеження робочого часу), може зменшити емоційний тягар, який покладається на психотерапевтів у час війни.

Соціально-психологічна реабілітація виступає комплексним процесом посилення життєдіяльності та покращення психологічного благополуччя. Управління власним життям базується на відновленні готовності особистості до внутрішніх трансформацій і реалізації відновлених проектів майбутнього в усіх сферах (особистій, сімейній, професійній). У реабілітації передбачається врахування варіативності інтервенцій відповідно до життєвої історії людини, її внутрішніх ресурсів, інтенсивності й особливості травми, запобігання ускладненням. Науковицею Т. Титаренко встановлено ключові (цілісність, самореалізованість, самоврегульованість) і допоміжні компоненти психологічного здоров'я особистості. Допоміжні компоненти розглядаються на індивідуально-психологічному рівні (адаптивність, зба-

лансованість, креативність), ціннісно-смісловому рівні (аналіз досвіду, пошук нових смислів, здатність отримувати задоволення від повсякдення), соціально-психологічному рівні (здатність співпереживання, схильність до співробітництва, відповідальність перед громадою) [10, с. 57].

Психологічна корекція – це психологічний вплив, спрямований на відновлення функціонування індивіда та його повноцінний розвиток. Вона містить дві складові частини [9, с. 11]: абілітацію, тобто формування здатності; реабілітацію, тобто відновлення здатності.

Методи психологічної корекції є комплексом психологічних способів і засобів (вербального та невербального впливу) в арсеналі психолога чи психотерапевта: методи саморегуляції, методи корекції за участю психотерапевта, індивідуальна або групова робота із психотерапевтом, екстрена або планова корекція. О. Туриніна розуміє під психологічною реабілітацією систему психологічних заходів для відновлення та корекції порушень психічних функцій і станів людини [11, с. 61].

Цікавий погляд П. Горностая: дослідник визначив, що інформаційний компонент відіграє особливу роль у вторинному травматичному стресі (виникає в разі враження людини травмою, яка трапляється з іншими людьми). Він вважає, що цей вид стресу є, по суті, інформаційною травмою. Інформаційна травма – це особливий вид психічної індивідуальної або масової травми, причиною якої є інформаційний чинник. Наслідки, які пов'язані з інформаційним травмуванням, стосуються особливостей опрацювання та сприймання повідомлення, це викривлення картини світу, модифікація світогляду й уявлення про навколишню дійсність, створення штучної реальності. Серед соціальних наслідків інформаційної травматизації дослідник розглядає збільшення агресивності в соціумі, суспільні конфлікти, групову напруженість, соціальну фрустрацію, страх майбутнього, нетерпимість до інших, активне формування «образу ворога», обмежене мислення. Є кілька причин, чому інформація може завдати психічної травми. Систематичні пропагандистські спроби створити «паралельні реальності» особливо потужні за травмування великих груп людей, коли штучні комбінації правди та брехні унеможливають визнання справжньої реальності. Найбільш підступним і непередбачуваним чинником є «фрагментація» колективної психіки через «подвійні стандарти». Тому що тривале перебування в ситуації цілковитої соціальної несправедливості може породити колективний когнітивний дисонанс [3, с. 40–50]. Інформаційна зброя, зокрема пропаганда й інформаційні атаки, є основними засобами інформаційної травматизації населення. Це зараз актуально для

нашого суспільства на тлі гібридної війни, яка триває в Україні роками.

Ще одним аспектом для дослідження є медіапсихологія, яку Н. Череповська та Н. Умеренкова розглядають як актуальну між-дисциплінарну науку з вивчення медіавпливу на свідомість, емоції, поведінку, комунікацію, творчість людини. Медіапсихологія досліджує вплив медіа на людину у двох різних векторах: негативному та позитивному. Автор вказує на потенційні можливості медіавпливу на психологічний стан людини: покращувати або погіршувати його. Мається на увазі, що вплив медіа як 1) медіаінформаційна безпека – актуалізація комфортних емоційно-когнітивних хвилювань людини в медіапросторі, 2) медіаінформаційна небезпека – погіршення психологічного комфорту людини [14, с. 14–16].

Н. Череповська та Н. Дідик досліджують, як медіа можна використовувати в корекції та розвитку навичок саморегуляції з метою розв'язання психологічних проблем: надання емоційної підтримки, мотивування пошуку внутрішнього ресурсу; спонукання до пошуку шляхів конструктивного вирішення проблеми; створення умов для обміну думками та поглядами; допомогти членам групи впоратися із проблемною ситуацією в актуальний час, надання інструментів для подальшої самопомогі; демонстрація способів саморегуляції тих чи інших емоційних станів за допомогою медіаконтенту [13, с. 42–43].

До медіапсихологічних технологій належать:

1) медіаграмотність – запобігання деструктивному впливу ЗМІ на тих, хто прямо чи опосередковано постраждав від війни. Ця технологія передбачає набуття когнітивних знань і навичок, які допомагають запобігти можливій ретравматизації людини, за якої медіа спрацьовують як тригер первинної травми (війна); непрямій додатковій медіатравмі, яка не тільки спричиняє медіастрес, а також може сприяти поступовому руйнуванню цінностей, переконань, автономії й ідентичності людини в емоційно-когнітивній сфері через систематичні та довгострокові дії;

2) візуалізована психоосвіта – просвітництво, тобто візуалізована форма поширених знань щодо емоційних станів і розладів, надання первинної допомоги, зміцнення рівня психологічної культури. Дана технологія здійснює візуалізацію (ілюстрації) конкретної інформації для підсилення раціональної інформації;

3) саморегулятивність внутрішніх станів, тобто стабілізація емоційного та ментального рівнів особистості для забезпечення психологічного благополуччя особистості. Суть технології полягає в покращенні психологічного стану людини завдяки перегляду медіаконтенту, саморефлексії, аналізу сприйнятого,

спільного обговорення у групі у форматі медіаклубу. У результаті формується готовність розв'язувати власні проблеми та планувати майбутнє [13, с. 37–38].

Як медіатехнологію почали використовувати телереабілітацію, яка є галуззю медичної науки, суть якої полягає в розвитку технологій дистанційного керування та контролю за реабілітаційним процесом. Виділяють системи телереабілітації [4]:

1. Синхронні системи являють собою відеоконференцзв'язок між фахівцем і пацієнтом, мета якого – дистанційний контроль за виконанням розробленої реабілітаційної або корекційної програми (правильність, обсяг і точність виконання вправ, надання інформації про стан пацієнта, необхідні лікувальні дії та коригування програми). Онлайн-зустрічі здійснюються завдяки підключенню до інтернету або відеодзвінкам через мобільний зв'язок, або використанню мобільних застосунків чи соціальних мереж (Viber, WhatUp, Telegram, Instagram, Massager Facebook тощо).

Сенсорні інтерактивні (роботизовані) системи стосуються різних фізичних порушень у пацієнтів. Під час виконання програми завдань електронного або електромеханічного тренажера вимірюються та порівнюються стани виконання кожного кроку програми. До них найчастіше входять спеціальні апаратно-програмні засоби (комп'ютери, електромеханічні тренажери, пристрої взаємодії – сервери, програмне забезпечення дистанційного керування тренажерами пацієнтів), лінії зв'язку. Типові системи сенсорної взаємодії для телереабілітації: 1) фізіотерапевтичні системи для виконання реабілітаційних вправ і спілкування з терапевтом вдома або під час прогулянки; 2) системи віртуального середовища (VR), які забезпечують зворотний зв'язок, надають дані про досягнення та помилки миттєво.

Інтернет-системи засновані на ігрових технологіях. Наприклад, вони розроблені та використовуються на практиці в Міжнародній клініці відновного лікування Козявкіна у Трускавці. Пацієнт виконує призначені вправи і водночас грає в комп'ютерну гру. Програми реабілітації підбираються на сайті «Реабілітаційна гра» (URL: <http://game.reha.lviv.ua>). Інформація про результати навчання зберігається на сайті у вигляді графіків. Фахівці контролюють увесь процес реабілітації та дають необхідні консультації пацієнту [4].

У Черкасах стартап-команда дослідників-психологів запустила програму психологічної реабілітації у VR-шоломах для оперативного вирішення психологічних потреб українців, щоб знизити їхній рівень тривоги та депресії. Основна мета – навчити користувачів стресостійкості й емоційної регуляції [8].

2. Мобільні системи представлені засобами бездротового мобільного зв'язку (телефони, смартфони, комунікатори), використовуються для контролю та регулярного сповіщення про необхідність виконання програми реабілітації.

Зараз існують чимало психологічних мобільних додатків (mental health mobile apps), до функцій яких належать інформування та психоедукація, здійснення самооцінки, скринінг та моніторинг, психологічні інтервенції, соціальна підтримка в разі різних психологічних ускладнень чи розладів [5]. Мобільні застосунки (смартфони, ноутбуки, планшети) можна застосовувати для інформування пацієнта, діагностики стану в актуальному часі (онлайн), прогнозування поведінки за складних ситуацій, надання допомоги та самопомоги, поради щодо самоконтролю, підвищення рівня самоприйняття, зменшення напруження та підтримки взаєморозуміння з оточенням, інтеграції досвіду [10, с. 58]. Мобільні додатки є популярними у використанні для відстеження настрою, рівня стресу та його подолання, порушень сну та харчових розладів. Функції можуть використовуватися клієнтом самостійно, а також як дані для терапевта. Успішність електронного втручання в разі підвищеної тривожності, депресії, психозах доведено практично [5].

Платформа Взаємодія UA пропонує великий список додатків і телеграм-каналів для отримання безкоштовної психологічної допомоги [2]. Наприклад, психологічна допомога онлайн Meclee, Psychological help for Ukrainians, додаток *Тепло.app*, онлайн-служба екстреної психологічної допомоги *GotoHelp.eu*, психологічна підтримка «ОбійМи», сервіс *Mindly*, додаток *BetterMe* тощо. Також активно функціонують чатбот *Faino Psy Bot* і чатбот «Друг. Перша допомога як психологічна підтримка при стресовій ситуації».

Для боротьби з посттравматичним синдромом використовують технології віртуальної реальності. Особливий метод застосовують у США: у змодельовані сцени гарячих точок занурюють ветеранів для того, щоб вони знову пройшли емоційні потрясіння, але в безпечному віртуальному середовищі [15]. Це сприяє звільненню пацієнтів від застрягання в пережитому негативному досвіді, яке проводиться психологічними засобами. Також виділяють використання ігрових елементів у віртуальній реальності як заохочення до реабілітації. Віртуальна реальність виступає мотивуючою надбудовою над класичними методами.

В. Брич і Н. Ходаковська на основі практичного дослідження встановили високий рівень готовності фахівців до застосування сучасних інформаційно-комунікаційних технологій у реабілітації пацієнтів із травмами у своїй практиці. Водночас вони визначили середній

рівень готовності брати участь у розробленні онлайн-програм із реабілітації, їх методичного супроводу, створення сучасних інформаційно-технологічних локацій і сервісів для забезпечення безперервної реабілітації пацієнтів [1, с. 1–4].

Як бачимо, комп'ютеризація в реабілітології відбувається за трьома основними напрямками, як-от: телереабілітація, інформаційно-організаційна підтримка, автоматизація діагностичних і лікувальних процесів. Проте варто враховувати наявність доступу до технологій (вартість, технічне забезпечення, інтернет, якість зв'язку), питання конфіденційності, а також необхідний додатковий час для навчання фахівця та пацієнта їх використання. Медіатехнології допоки не можуть повноцінно замінити реабілітацію для зміни поведінки пацієнта, як-от усвідомлення необхідності змін, мотивування, готовності до проектування нового життя. Однак медіа можуть: забезпечити оперативну індивідуальну чи групову підтримку, якщо ставити реалістичні цілі, розбиті на досяжні поступові етапи; забезпечувати зворотний зв'язок; слугувати джерелом необхідної інформації (пояснення психологічних проблем, пошук ресурсів для відновлення або шляхи подолання тощо). Медіареабілітацію в Україні необхідно розвивати для покращення якості надання психологічної допомоги, особливо в умовах спільної травмивної реальності психолога та його пацієнтів.

Висновки. Спільна травматична реальність є незвичайною ситуацією: терапевти (психологи, психотерапевти, соцпрацівники) та їхні пацієнти одночасно піддаються впливу тієї самої травматичної події (катастрофа, війна тощо). Дослідження показало, що спільна травматична реальність може привести як до позитивних (розвиток здатності співчувати, посилення почуття гідності, зменшення вразливості до вигорання фахівця; задоволення та підвищення рівня самопізнання та самосвідомості пацієнта), так і до негативних результатів (нав'язлива тривога, втрата емпатії, надмірне занурення у професійну роль, втома від співчуття, вторинний травматичний стрес, вигорання) для фахівців допомагаючих професій.

Медіа впливають як на психіку окремої людини, її поведінку й особисту позицію, так і на масову свідомість та громадську думку. Медіатехнології не замінюють повноцінну реабілітацію та відповідні психологічні кроки для зміни поведінки (усвідомлення необхідності змін, мотивація та готовність до нових моделей поведінки). Однак за сучасної ситуації в Україні вагому роль може відігравати медіареабілітація за умов компетентного застосування відповідно до обставин і потреб пацієнта. Медіа здатні забезпечити своєчасну психологічну підтримку, ставити цілі та кроки для їх досяг-

нення, забезпечувати оперативний зворотний зв'язок (долання географічних, соціальних, культурних бар'єрів). Медіаресурси, інтернет-портали та вебсайти, мобільні додатки та соціальні мережі є ефективними додатковими засобами реалізації реабілітаційних заходів.

Перспектива подальших практичних досліджень полягає в розробленні комплексу заходів із первинної та вторинної профілактики психологічних порушень і психокорекційної програми для зниження стресу та тривожності українців унаслідок травмивальних ситуацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Брич В., Ходаковська Н. Готовність фахівців із реабілітації до використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій для забезпечення безперервної реабілітаційної допомоги пацієнтам із травмами. Український медичний часопис. 2021. № 2 (142). С. 1–4. DOI: 10.32471/umj.1680-3051.142.204828.
2. Взаємодія. Додатки і телеграм канали для психологічної допомоги. URL: <https://viyna.net/68cc31324d8d4d3eb465a377aeb43042>.
3. Горностаї П. Інформаційна травма: феноменологія і психопатологія. Проблеми політичної психології. 2020. № 23 (1). С. 38–53. <https://doi.org/10.33120/porp-Vol23-Year2020-45>.
4. Дедишина Л. Телереабілітація: нові технології у фізичній терапії. URL: <http://formula-rukhu.com.ua/terehab/>.
5. Дворник М. Психологічні мобільні додатки: можливості подолання травми. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2021/02/Dvornyk-M.S._-Psychologichni_mobilni_dodatky.pdf.
6. Засєкіна Л., Бурцан В. Спільна резильєнтність у спільній травматичній реальності практичних психологів: досвід України та найкращі практики Європейського Союзу. Психологічні перспективи. 2023. Вип. 42. С. 55–67. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-zas>.
7. Ільєнко А. Вплив досвіду психологічної травми на переживання травмивної ситуації війни. Кривий Ріг : КДПУ, 2023. 54 с.
8. Іщенко А. У Черкасах використовують VR-шоломи для психологічної реабілітації. URL: <https://suspilne.media/568359-u-cerkasah-vikoristovuut-vr-solomi-dla-psihologicnoi-reabilitacii/>.
9. Олексюк О. Психологія кризова та травмуючих ситуацій. Теоретичний матеріал до дисципліни «Психологія кризова та травмуючих ситуацій» : навчально-методичний посібник. Миколаїв, 2020. 420 с.
10. Титаренко Т. Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід. Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2019. Вип. 43. С. 54–62.
11. Турніна О. Методологія та методи психологічного дослідження : навчально-методичний посібник. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал»», 2018. 206 с.
12. Хомич Г. Консультативна допомога кризовим клієнтам у процесі психологічної реабілітації. Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Серія

«Педагогіка. Психологія. Філософія». 2014. Вип. 35. С. 240–248.

13. Череповська Н., Дідик Н. Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни : практичний посібник. Кропивницький, 2020. 210 с.

14. Череповська Н., Умеренкова Н. Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни : практичний посібник. Київ : Вид. «КНТ», 2023. 222 с.

15. Індивідуальний підхід та занурення. Як VR-технології застосовують у реабілітації військових. Vector. URL: <https://vctr.media/ua/insult-i-ptsr-yak-zastosovuyut-vr-tehnologiyi-v-reabilitacziyi-vijskovyh-210538/>.

16. Vicarious Posttraumatic / D. Arnold et al. Growth in Psychotherapy. 2005. Vol. 45 (2). P. 239–263. <https://doi.org/10.1177/0022167805274729>.

17. Baum N. 9 Mental Health Professionals Working in a Shared Traumatic Reality. The Oxford

Handbook of Treatment Processes and Outcomes in Psychology. 2016. P. 146–154. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199739134.013.46>.

18. Baum N. Shared traumatic reality in communal disasters: toward a conceptualization. Psychotherapy (Chic). 2010. Vol. 47 (2). P. 249–59. DOI: 10.1037/a0019784.

19. Shared reality: Experiencing commonality with others' inner states about the world / G. Echterhoff et al. Perspectives on Psychological Science. 2009. Vol. 4. P. 496–521.

20. Freedman S.A., Tuval Mashiach R. Shared trauma reality in war: Mental health therapists' experience. PLoS One. 2018. Vol. 13 (2). P. 1–13. DOI: 10.1371/journal.pone.0191949.

21. Shared War reality effects on the professional quality of life of mental health professionals / I. Pruginin et al. Isr J Health Policy Res. 2016. Vol. 5. <https://doi.org/10.1186/s13584-016-0075-6>.

EXPLANATION AND INTERPRETATION OF DREAMS IN PSYCHODYNAMIC PSYCHOTHERAPY

ПОЯСНЕННЯ ТА ТЛУМАЧЕННЯ СНІВ В ПСИХОДИНАМІЧНІЙ ПСИХОТЕРАПІЇ

In modern psychology, there are many therapy models based on psychoanalysis. Therapy models rooted in psychoanalysis are referred to as analytic therapy or psychodynamic psychotherapy. This therapy incorporates the views of S. Freud, object relations, ego psychology, relational psychoanalysis, and attachment theory. In psychodynamic psychotherapy, it is essential to explore events that impact the subconscious and their effects on individuals. Dynamic therapy addresses these influences by paying attention to events that create them to resolve issues. Psychodynamic psychotherapy focuses on transitions between the conscious and subconscious during therapy. However, dynamic psychotherapy primarily considers a person's relationships with others and aims to explore the individual's inner world through free association, utilizing the mutual relationship between the therapist and the patient. This process enhances awareness of one's relationships and life experiences. By reflecting the details of the relationship with the therapist, it creates an opportunity for exploration. As a result, the patient can develop the ability to express their feelings and thoughts. Confrontation is essential during therapy, encouraging patients to confront problematic thoughts and feelings, desires and fantasies, and past experiences. The main characteristics that distinguish analytic psychotherapies from other therapy models are its emphasis on childhood, exploration of attachment styles, focus on interpreting dreams, and ensuring the revelation of subconscious desires and wishes through dreams. Ideas about dreams have existed since ancient times. However, dream interpretation in analytic therapy is entirely different. Generally, fundamental ideas about dreams in psychology belong to S. Freud. Nevertheless, dynamic therapy, along with S. Freud, gave an importance to the ideas of other analysts such as C. Jung, A. Adler, E. Fromm, H. Kohut, O. Kernberg, and R. Fairbairn. S. Freud used the method of «free associations» in interpreting dreams and noted that dreams reveal repressed desires and wishes in the subconscious. Other analysts, however, noted that restricting dreams to this idea alone is not accurate. Modern dynamic psychotherapy generalizes these ideas, based on the concept that dreams are individual.

Key words: *Dream, symbol, desire, subconscious, dynamic therapy, free associations, ego psychology, transference, countertransference.*

У сучасній психології існує багато моделей терапії, заснованих на психоаналізі.

Моделі терапії, що ґрунтуються на психоаналізі, називаються аналітичною терапією або психодинамічною психотерапією. Ця терапія включає погляди З. Фрейда, об'єктні відносини, еґо-психологію, реляційний психоаналіз і теорію прихильності. У психодинамічній психотерапії важливо досліджувати події, які впливають на підсвідомість, та їхній вплив на людей. Динамічна терапія усуває ці впливи, звертаючи увагу на події, які їх створюють, щоб вирішити проблеми. Психодинамічна психотерапія фокусується на переходах між свідомим і підсвідомим під час терапії. Однак динамічна психотерапія в першу чергу розглядає стосунки людини з іншими і спрямована на дослідження внутрішнього світу людини через вільні асоціації, використовуючи взаємні стосунки між терапевтом і пацієнтом. Цей процес покращує усвідомлення своїх стосунків і життєвого досвіду. Відображаючи деталі стосунків із терапевтом, це створює можливість для дослідження. В результаті у пацієнта може розвинути здатність висловлювати свої почуття і думки. Конфронтація є важливою під час терапії, заохочуючи пацієнтів протистояти проблемним думкам і почуттям, бажанням і фантазіям, а також минулому досвіду. Основними характеристиками, які відрізняють аналітичну психотерапію від інших моделей терапії, є акцент на дитинстві, дослідження стилів прихильності, зосередженість на тлумаченні снів і забезпечення виявлення підсвідомих бажань і бажань через сни. Уявлення про сни існували з давніх часів. Однак тлумачення снів в аналітичній терапії зовсім інше. Загалом фундаментальні уявлення про сновидіння в психології належать З. Фрейду. Тим не менш, динамічна терапія, поряд із З. Фрейдом, надала значення ідеям інших аналітиків, таких як К. Юнг, А. Адлер, Е. Фромм, Г. Когут, О. Кернберг, Р. Фейрберн. З. Фрейд використовував при тлумаченні сновидінь метод «вільних асоціацій» і зазначав, що сновидіння виявляють витіснені в підсвідомості бажання і бажання. Інші аналітики, однак, відзначили, що обмежувати сни лише цією ідеєю є неточним. Сучасна динамічна психотерапія узагальнює ці ідеї, виходячи з концепції індивідуальності сновидінь.

Ключові слова: сон, символ, бажання, підсвідомість, динамічна терапія, вільні асоціації, еґо-психологія, перенесення, контрперенесення.

UDC 159 (9)

DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.45)

2024.59.45

Ibrahimova Sh.A.

Psychologist

Secondary School No. 258;

Psychologist

Dyslexia Center

Relevance of the Issue. In analytic therapy, it is often challenging to access the patient's inner world, and when individuals experience internal chaos, dreams play a healing role for both the therapist and the patient. Perhaps, by bringing repressed desires, wishes, and fantasies from the patient's subconscious to the conscious level, dreams assist the patient.

Degree of Research. It should be noted that there are many scientific works related to the use

of dreams in psychodynamic psychotherapy, dream interpretation, and analysis. These include works by S. Freud [1], A. Adler [7], E. Fromm [3], C. Jung [2], among others. Additionally, literature addressing similarities and differences between psychoanalysis and psychodynamic psychotherapy, as well as the interpretation of dreams in modern analytic therapy, has been referenced to analysts like H. Kohut [12], R. Fairbairn [6]. However, there is a necessity

for fundamental research on psychodynamic psychotherapy and dream interpretation in therapy.

Objectives and Tasks. Analyzing dreams in psychodynamic psychotherapy and addressing issues such as providing therapeutic material and healing the patient are considered primary objectives. To achieve the set objectives, the following tasks have been envisaged:

- Analysis of literature related to the topic.
- Exploration of dream symbols used in dynamic therapies.

Methods. The article utilizes observation, literature review, analysis, and synthesis as theoretical research methods.

Main Section.

The Emergence of Psychoanalysis and Psychodynamic Psychotherapy.

Psychoanalysis, developed by the Austrian physician S. Freud in the late 19th century, is a therapeutic method and approach to psychotherapy. Initially, psychoanalysis emerged as a method for studying and treating hysterical neuroses. The analysis of psychotherapeutic practice results, various events in psychic life, jokes, slips of the tongue, and dream analyses were interpreted by S. Freud as the outcome of the activity of general psychological mechanisms. Psychodynamic psychotherapy is based on psychoanalysis and its principles. As psychoanalysis began to be used by a wide range of therapists, analysts began to seek a method that would be more effective in a broader context. This was because psychoanalysis was not beneficial in many cases. Some patients felt uncomfortable with the emergence of the subconscious into consciousness, while others did not enjoy lying on the couch during sessions. Additionally, it was not possible to establish eye contact between the patient and the therapist. Another reason was the open-ended nature of sessions in psychoanalysis, meaning that finishing time was not determined. Therefore, analysts, taking into account the different needs of patients, created psychodynamic psychotherapy, which is based on psychoanalysis but rejects many of its features. M. Klein's object relations theory, Lacanian psychoanalysis, ego psychology can be cited as examples here.

One of the founders of ego psychology was Anna Freud. She emphasized that, before being directed towards unconscious impulses, fantasies, and desires, the activity of the ego was aimed at defending itself. As a result, in the direction created by Anna Freud, ego psychology became a subject separate from the id and superego in psychoanalysis and important to explore. According to S. Freud, the ego responds to the impulses of the id, but in ego psychology, it is noted that the ego has its own energy, and the main goal of the therapist

in ego psychology is to strengthen the patient's ego.

Another direction was associated with the name of M. Klein. M. Klein was an analyst working with children and investigated the early childhood relationships between the mother and the child. According to object relations theory, the individuals who care for us shape the relationships we experience in early childhood, and these relationships influence our choices in friendships, partnerships, and other relationships.

Lacanian theory is based on the idea that the ego is an illusion. According to J. Lacan, we obtain our sense of who we are by creating a personality aimed at fulfilling the needs of our parents.

With the emergence of psychodynamic psychotherapy, significant differences began to emerge between psychoanalysis and analytic (psychodynamic) psychotherapy:

1. Psychoanalysis is more long-term compared to analytic therapy, meaning it is open-ended.
2. In psychoanalysis, the patient lies on the couch, and there is no eye contact between the patient and the therapist.
3. Advice is not given to the patient in psychodynamic psychotherapy.
4. Maintaining neutrality towards the patient, not transferring countertransference, distinguishes analytic therapy from psychoanalysis.

However, there are also common features between psychoanalysis and psychodynamic psychotherapy:

1. The method of free associations is considered the main therapy method in analytic therapy.
2. Focusing on transference and countertransference, defense mechanisms, attachment styles in early childhood development, as well as early childhood experiences, are important in dynamic psychotherapy, as in psychoanalysis.
3. Dream interpretation and bringing the patient's inner world to the conscious level through dream analysis are considered therapeutic methods in dynamic therapy, as in psychoanalysis.

Dreams and their Interpretation in Psychoanalysis.

Once upon a time, S. Freud referred to dreams as the «royal way to the unconscious.» He, whether himself or through the interpretation of his patients' dreams, found his own reflection in the interpretation of dreams during the early stages of applying the psychoanalytic method. S. Freud viewed dreams as the realization of desires and began to work with dreams. Although ideas and research about dreams existed before S. Freud, his research on dreams made a significant contribution to the field of psychology. S. Freud was born in Vienna in 1856. He grew up in a middle-class Jewish family and graduated from medical school in his

hometown. Meeting with Charcot, a prominent and famous neurologist and psychiatrist in Paris, became one of his main goals. During this period, Charcot was engaged in researching hypnosis and hysteria treatment [1, 10]. After meeting with Charcot, he returned to Vienna and met Breuer. Together with him, he treated hysterical patients and concluded that hypnosis had no lasting effect in the treatment of hysteria. S. Freud eventually abandoned this method and began to apply the technique he called "free associations". This technique, which is still not well understood, was based on the idea that the person being analyzed would say everything that passed through their mind [1, 15]. In many cases, the analyzed patient did not find anything to say, and a force emerged consciously, which inhibited the patient's free associations. The hidden resistance that prevented the patient's unconscious associations was present. Therefore, uncovering the underlying reasons for the patient's problem became one of S. Freud's goals. S. Freud concluded that dreams were the most useful technique for breaking the resistance in neurotic patients. According to S. Freud, dreams are not meaningless; they are the realization of a wish or desire. Dreaming is the replacement of mental irritants that try to suppress the dream with images [7, 186].

For example, the feeling of thirst experienced by someone who drinks water frequently may be exemplified by dreaming of drinking water before waking up. The sensation of thirst arouses the desire to drink something in the person, and they realize this desire by drinking water in their dream; it is also a relief dream. According to S. Freud, especially children's dreams are simple wish fulfillment dreams, and adults' dreams are not as complicated as children's dreams [1, 165]. Children's dreams are born from the experiences of the previous day, related to disappointments, distress, and unfulfilled wishes. What is lacking in daily life is openly realized in these dreams [7, 174]. S. Freud explains a dream of wish fulfillment in his 8-year-old daughter: "Our neighbor's 10-year-old son came with us to Hallstatt, and I noticed that my daughter liked him. My daughter told us about her dream in the morning and said that in the dream, the neighbor's son was part of our family and addressed us as 'mom, dad.' She said that his mother gave them blue and paper chocolates, and she put it under the bed". It was no coincidence that the neighbor's son became a part of her family in the dream. During a walk with his mother, the girl wanted a stick of chocolate, and it turned out that her mother did not buy it for her. In her dream, the girl realized this desire [1, 193].

In addition to dreams that fulfill desires, there are also anxiety dreams, which S. Freud notes are rooted in sexual desire, with libido being transformed into fear and sometimes

anxiety dreams also being directed towards the realization of desires. For example: "A young girl dreams of seeing her sister's son Karl. Her sister had previously lost her eldest son Otto. The girl emphasizes that she loves Otto more than Carl, but Carl is also important to her. In her dream, the young girl sees that her sister's youngest son Otto has died" [1, 193].

The young girl opposes S. Freud and claims that her dream is not a wish fulfillment. During the conversation, it becomes apparent that the young girl grew up with her sister because she had no parents, and she had feelings for a guest boy who her sister was interested in, but her sister knew about this relationship and prevented it. However, the young girl did not withdraw her feelings for her sister's friend. She used to go to places where she might see the young man who was an author. S. Freud wants the young girl to talk about what happened at her cousin Otto's funeral. At this point, it becomes clear that the boy the young girl loves also attended Otto's funeral. S. Freud writes this dream as follows: "Even if one child dies, the same things will happen again".

From this, we see that the dream is actually a desire for wish fulfillment. The distortion of dreams is also one of the cases we encounter, and the dream previously presented is an example of this. We can say that we resist based on the content of desires and wishes that do not materialize in dreams and are distorted to suppress them and take on unrecognizable forms. Thus, the distortion in dreams is a kind of censorship. S. Freud also notes that recent experiences are revealed in dreams. Traces of childhood are also evident in dreams. Especially in dreams related to the death of loved ones, these situations can be encountered. These dreams are divided into two parts: in the first part, there is no feeling of sadness in the dream, and in the second part, deep pain is felt. The first part is dreams for wish fulfillment. However, dreams in which mourning and deep pain are felt are completely different. In these dreams, negative desires from childhood are realized in dreams.

A child is initially alone, and all attention and care are focused on him or her, but the situation changes with the arrival of a second child in the family. Perhaps the child sees the arrival of a second child in the family as a disadvantage over time. When the child realizes this disadvantage, hostility begins. S. Freud comments on a dream of one of his patients as follows: "A group of children are playing in a cemetery. Suddenly, they all grow wings and start to fly". The presence of wings and the desire to fly like angels mean the desire for the death of children. Wishing for the death of parents also stems from the Oedipus and Electra complexes. The feeling of competition wants to eliminate the same gender because the father becomes a

rival for the son and the mother becomes a rival for the daughter.

Another important nuance is the use of symbols in dreams. S. Freud notes that the use of symbols is not useful for complex dreams and is useful together with free association. Hidden thoughts are expressed symbolically in dream symbols. According to S. Freud, some symbols are always interpreted in the same way. Opening a window - confusion, argument, box - mother's womb, king and queen - father and mother, bed or couch - sexual desire, table, chairs - female body, right - justice, left - sin represent, and so on. Changing places, distortion, merging, and reversing play an important role in dreams. All of these occur under the influence of censorship in dreams.

S. Freud notes that it is not the thoughts we accept in dreams but the desires and wishes suppressed due to their painful nature that emerge. Therefore, suppressed desires and fantasies emerge in dreams. S. Freud notes that it is normal for the dreamer not to be able to interpret the dream at first because they have suppressed their desires, and censorship does not allow the dreamer to express them until they take on an unrecognizable form. S. Freud states that interpreting dreams in this way is effective: Dreams are divided into parts, and some parts are selected, and the person is offered to talk about what these parts evoke in them, to vocalize the thoughts that come to their mind, and not to confirm their own thoughts. Because criticism is censorship, resistance. It is initially difficult to do this because the influence of censorship is the main factor that inhibits associations.

C.G. Jung has taken a different approach to dream interpretation. C.G. Jung was a Swedish psychiatrist and psychoanalyst. Their intersection with Z. Freud has made significant contributions to the science of psychology. However, their partnership did not last long, and they parted ways due to differences of opinion. The main difference in opinion is that C.G. Jung considered S. Freud's theory, which based libido solely on sexual desire, to be narrower and not fully reflecting the reality of humanity. K. Jung, unlike S. Freud, does not deny being indebted to him for much of what he learned from their collaboration.

C.G. Jung did not accept S. Freud's idea of pansexuality. Perhaps he saw in the libido, which S. Freud grounded in sexual motivation, the convergence of male and female origins, and saw the collective and individual archetypes with a long history as reflections of reality for humanity. C.G. Jung manifested libido as spiritual energy rather than sexuality, and this energy contains metamorphoses within itself. He states that the experiences a person undergoes throughout their life do not disappear unnoticed and even remain in the structure of the brain, manifesting themselves as archetypes at the instinctual

level of collective unconsciousness. Collective unconsciousness is precisely associated with C.G. Jung's name. Collective unconsciousness is not personal but general and contains primordial instincts within itself. In general, archetypes reflect our social environment, our animal demands, our personalities, our femininity, ourselves, and our relationships with the people we interact with.

C.G. Jung agrees that dreams often recall the past, but he also believes they provide signs oriented toward the future. According to him, the most useful method during dream interpretation is to divide it into parts. If we want to understand the explanation of a dream, we must first know the previous experiences that brought it forth.

For example: "The dreamer is driving down the road when suddenly a child appears, and the dreamer sees the child getting run over by the car". Through the help of the dreamer, we delve into the past few days. It turns out that the dreamer had traveled on that road on previous days, but why did the dream choose this particular path? According to C.G. Jung, merely recounting past experiences is not enough to interpret a dream; the method of free association is crucial for completing the interpretation of the dream.

Another example: "I was standing in the middle of a strange garden and picked an apple from a tree. I looked around carefully to make sure no one saw me". The dreamer had previously conversed with a young woman, and at that time, an acquaintance passed by, causing the dreamer to end the conversation with the woman. When returning to previous years, it turns out that the dreamer secretly picked pears from the neighbor's garden. The important factor here is the dreamer's feeling of guilt, the sense of sin. Picking an apple is associated with the event of picking an apple from paradise, and the forbidden fruit represents the woman here.

C.G. Jung notes that dreams contain more than just repressed. C.G. Jung agrees that dreams often recall the past, but he also believes they provide signs oriented toward the future. According to him, the most useful method during dream interpretation is to divide it into parts. If we want to understand the explanation of a dream, we must first know the previous experiences that brought it forth.

For example: "The dreamer is driving down the road when suddenly a child appears, and the dreamer sees the child getting run over by the car". Through the help of the dreamer, we delve into the past few days. It turns out that the dreamer had traveled on that road on previous days, but why did the dream choose this particular path? According to C.G. Jung, merely recounting past experiences is not enough to interpret a dream; the method of free association is crucial for completing the interpretation of the dream.

Another example: "I was standing in the middle of a strange garden and picked an apple from a tree. I looked around carefully to make sure no one saw me". The dreamer had previously conversed with a young woman, and at that time, an acquaintance passed by, causing the dreamer to end the conversation with the woman. When returning to previous years, it turns out that the dreamer secretly picked pears from the neighbor's garden. The important factor here is the dreamer's feeling of guilt, the sense of sin. Picking an apple is associated with the event of picking an apple from paradise, and the forbidden fruit represents the woman here.

C.G. Jung notes that dreams contain more than just repressed past experiences and childhood desires, as Freud suggested. Perhaps he sees dreams as more complex than Freud's theory of wish fulfillment and childhood desires. Jung believes that dreams often have layers of meaning and are not as straightforward as Freud suggested. Understanding dreams requires knowing the individual's conscious state at the time of dreaming because the dream originates from the unconscious material that the conscious mind represses into the unconscious. Without knowing these, it is impossible to interpret dreams. The unconscious is the reverse of the conscious, especially when the conscious neglects the important needs of the unconscious. The more distant from reality the conscious state is and the more it suppresses desires and wishes, the more purposeful dreams the person experiences, which is a way for the psyche to regulate itself.

Just as our bodies react purposefully when injured or sick, the psyche also reacts as a defense mechanism against dangerous things. Dreams are one of these purposeful reactions because they bring forth unconscious material repressed in the conscious state and present it in symbolic form. The content of dreams is as complex and deep as consciousness. According to Jung, the influence of the unconscious on the psyche is greater than the influence of the psyche on the unconscious.

C.G. Jung acknowledges Freud's contributions but disagrees with his idea that dreams only express repressed desires and childhood wishes. Jung emphasizes that dreams serve to guide individuals toward the future and stabilize their psyche. Stabilizing dreams refer to bringing all repressed elements in the unconscious to consciousness, which helps in self-regulation. On the other hand, future-oriented dreams predict desired successes. We can consider this as a kind of weather forecast.

Jung does not accept Freud's categorization of dreams into wish fulfillment and anxiety dreams. According to him, dreams contain wild fantasies, memories, plans, philosophical explanations, and much more. Each interpretation is a hypothesis,

an attempt to read an unknown text. Jung takes dreams as a whole, not individually. Desires do not disappear when we suppress them; they resurface (come to light) in dreams, just as thirst does not go away when we suppress it.

Dream 1:

"My father is driving a car, but he can't drive it well and I get frustrated because of that. He goes right, left, forward, backward, makes dangerous maneuvers, and finally crashes into a wall, damaging the car. I yell at him, telling him to get a grip on himself, but my father just laughs, and I realize he's intoxicated". The patient notes that his relationship with his father is very good. If the patient's relationship with his father is indeed good, what is the reason the dream portrays the father in a negative light? It is evident from the dream that there is a desire in the subconscious to belittle the father. It is revealed in the comments that due to the father being overly protective, the individual cannot see his own reality, and because of the father's authority, the subconscious pulls him down, elevating the son.

Dream 2:

"The dreamer is on a bus and stands in front of the window, preventing other passengers from looking around". Jung interprets this as an expression of the dreamer's subconscious, which remains unseen. That is, if the dreamer moves away from the window, the subconscious will come to the surface.

Dream 3:

"The sea rushes to the shore and floods everything. Then the dreamer sits alone on an island". Here, the sea represents the subconscious, as unknown depths lie beneath the surface of the sea.

Dream 4:

"Going up and down the stairs with father and mother". According to Jung, the stairs represent childhood.

Jung comments that seeing a strange woman in a dream symbolizes the "anima", which represents feminine qualities in individuals. Anima characterizes the subconscious and possesses disturbing and intriguing characteristics.

Another approach to dreams belongs to E. Fromm. E. Fromm, a German-born American psychoanalyst and sociologist, believes that symbols in dreams replace experiences, feelings, and thoughts. That is, emotions and thoughts are converted into symbols in dreams. E. Fromm divides symbols into three categories: conventional, random, and universal. Conventional symbols, which are the most widespread, represent a specific group or society (which could also be a country), encompassing the personal symbols of the second person, depending on the individual's associations, and containing a narrower framework within themselves. The third, universal symbols, are related to the qualities of

our soul and emotions. According to Fromm, such symbols are applicable to all human beings.

A. Adler's approach to dreams is different. Believing in the unity of personality, A. Adler claimed that the conscious and unconscious minds are the same, thus asserting that a person's personality is reflected in dreams while being awake. According to Adler, dreams are an expression of the conscious mind and serve as a process that ensures protection against insecurity, danger, and damage to self-esteem. The main difference between Adler and Freud's approach is that Freud opposed generalizing symbols; specific symbols had no specific meanings, meaning the interpretation of symbols varied from person to person. That is, if one person sees a pen in a dream, it may have a different meaning in another person's dream.

E. Fromm disagrees with Freud's idea that dreams reflect the subconscious, noting that dreams reflect our higher, more valuable aspects. E. Fromm analyzes a woman who dreams of killing her father as follows: it should be noted that this woman suffers from an "Oedipus complex". When her life partner betrays her and informs her of his desire to leave, she shows no reaction. As this situation progresses, she often experiences Oedipal impulses. It becomes clear that she has an excessively jealous father. Over time, the woman's reactions intensify and manifest in her dreams. The "Oedipus complex" is a result of feelings of hostility. That is, an "Oedipus impulse" emerges in the subconscious, as if cleansing the blood of the father she wants to kill. She frequently washes her hands to rid herself of feelings of guilt.

"I climb a mountain. There are two corpses on my right and left. When I reach the summit, I see my mother. She is sitting there. Suddenly, I turn into a little child, and my mother takes me in her arms". Fromm's interpretation is as follows: initially, during conversations with patients, it becomes apparent that the patient has an authoritative father and a controlling mother, who both scare and protect him, in a way representing an extension of himself. When the father's attention shifts to the brother after his birth, the brother receives more love, and he is left out. Climbing the mountain signifies the awakening of envy within the individual, with the two corpses representing the father and the brother. The desire to kill competitors and the mother's protection of him, seeking refuge in her, signify the meaning.

In recent years, several new psychoanalytic models have been proposed to understand dreams. Departing from Freud's theory, these theorists conducting new research now note that dreams reflect the waking life of the dreamer, rather than distortions from the subconscious. Authors who support Jung's ideas tend to preserve many of Jung's concepts.

Dreams in Modern Psychodynamic Psychotherapy.

In modern psychodynamic psychotherapy, the Vienna-based psychoanalyst H. Kohut is one of the significant figures. H. Kohut brought different meanings to the understanding of narcissism. He referred to healthy narcissism as the strength of the ego, emphasizing that it begins in early childhood. According to him, personality consists of the id, ego, and superego, as per Freud's theory, but he combined them under the term "Self-Psychology". While H. Kohut accepts the basic concepts of psychoanalysis, he deviates from it by noting that motivation is based not on sexual impulses but on narcissistic ones. This means that while classical psychoanalysis is based on the idea of satisfying sexual impulses, H. Kohut points out that in early development, the encouraging factor is the child's perfection and power. A child wants to see their perfection reflected in their mother's smile and words. This fulfills the child's need for self-esteem. After a while, the child notices their own deficiencies and inadequacies through the mother's behaviors and words. Over time, the child realizes that the caregiver, who initially seemed perfect, also has certain deficiencies. In the face of both the desire for perfection and the recognition of deficiencies, a person can develop themselves, reach a certain level of competence, and form their identity while maintaining psychological balance. Otherwise, the person may become a narcissistic personality.

H. Kohut's approach to dreams is different. He emphasizes that dreams have a regulatory, developmental, and self-restorative function. He also notes that dreams have an impact on recognizing and educating oneself. Based on Freud's approach, H. Kohut names dreams as a path to the subconscious, where repressed desires and wishes emerge through dreams. However, he points out that these dreams do not fully reflect the subconscious level. H. Kohut also acknowledges the existence of second-order dreams, which anticipate future situations. Therefore, a person often feels discomfort and tries to protect themselves psychologically in many cases. Additionally, H. Kohut notes that dreams reflect conflicting and unresolved situations for the individual.

Another significant analyst in dream interpretation is O. Kernberg. The Austrian psychoanalyst O. Kernberg is the author of "Transference-Focused Therapy". This therapy, which consists of transference and countertransference, is considered an effective model in the treatment of severe personality disorders. The main factor in this therapy is the therapist's ability to maintain neutrality towards the patient. O. Kernberg emphasizes that dreams have both positive and negative effects on the patient. According to O. Kernberg's theory, dreams create conditions for the patient

to confront their internal world and internal conflicts.

According to R. Fairbairn, all figures in dreams represent different aspects of the individual's psyche. For example, a woman who fears being alone at home is afraid when her spouse is not at home. During such times, she often dreams of being chased away by an axe murderer. When she portrays herself as an axe murderer and feels that role, or when she expresses her anger and resentment towards her spouse, she realizes feelings of anger and resentment that she hadn't noticed before. The root of this feeling of resentment lies in her spouse's frequent business trips and leaving her alone during those times.

When do dreams play an important role in modern dynamic therapies? When the patient cannot connect with their internal life during the session and finds it difficult to express it. In such cases, looking at the patient's dreams, recording them, and bringing them to the session play a healing role. This material emerges without any defense mechanisms when the patient is sick. Therefore, recording the patient's dreams and suggesting discussing them in the session is recommended. When the patient talks about their dreams, they are often asked about their feelings and thoughts about the dream. Modern analytic therapies are based on the idea that following the patient's free associations during dream analysis is effective. In other words, during dream interpretation, the therapist should not intervene with the patient but should explain the dreams based on the patient's associations.

Conclusions. the study of literature and practical use of dreams in dynamic therapy shows that dreams are individual. While Freud's ideas about dreams are considered fundamental, it should not be regarded solely as the realization of desires and fantasies. Dreams are a broader and more complex concept. C.G. Jung's ideas about dreams reflect reality more and are broader and more rational. E. Fromm's limitation of dreams to mere symbols confines them to a small framework. In modern dynamic psychotherapies, dreams are material for therapy. Additionally,

in the matter of dream interpretation, analytic therapies prioritize Freud's ideas. Looking at the issue from a general perspective, limiting the explanation of dreams to only symbols or only free associations restricts it, so it can be seen that both methods are necessary in explaining dreams.

BIBLIOGRAPHY:

1. Sigmund Freud. *The Interpretation of Dreams*. Istanbul: Say Publications, 2021.
2. Carl Gustav Jung. *Dreams*. Istanbul: Pinhan Publishing, 2015.
3. Erich Fromm. *Dreams, Fairy Tales, Myths*. Istanbul: Say Publications, 2017.
4. Carl Gustav Jung. *Four Archetypes*. Istanbul: Metis Publications, 2001.
5. Sigmund Freud. *Introduction to Psychoanalysis*. Baku: Qanun Publishing, 2016.
6. Jeremy D. Safran. *Psychoanalysis and Psychoanalytic Therapies*. Istanbul: Okuyan Us Publishing, 2014.
7. College of Education Faculty Research and Publications. 2010. URL: https://epublications.marquette._fac..
8. Мустафаєв, А., Юсіфова, Г., & Казімі, П. Посттравматичні стресові розлади у військових умовах (інформативний аналіз проблеми). *Науково-теоретичний альманах Грані*. 2023. № 26(2), С. 51–54.
9. Mustafayev, A., & Kazimi, P. Motivation and Nature of Choosing the Teaching Profession. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*. № 10(5), pp. 1823–1830.
10. Kazimi, P. F. O., & Guliyeva, N. A. G. "Time" spent in youth's "global information space"(problems of satisfaction of reading or information need). *Procedia Computer Science*. 2023. № 219, pp. 720–723.
11. Kazimi, P. F. Conflict of Relevance and Reliability of Information and the Global Network. *Trends in Humanities and Social Sciences*, ISSN: 2754-0855, 2021. Vol. 1. No. 1.
12. Ceylan, D, Özbek.V. H. Kohut's Self Psychology Approach: A Look at the Therapy Process of Narcissistic Personality Disorder Symptoms. *Turkey Journal of Integrative Psychotherapy*, pp. 77–83.
13. Fulmer R. The evolution of the Psychodynamic Approach and System. *International journal of Psychological studies*. 2018. Vol. 10 No 3.

РОЛЬ МЕДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ЗБРОЙНОЇ АГРЕСІЇ РОСІЙСЬКОЇ ФЕДЕРАЦІЇ

THE ROLE OF MEDICAL PSYCHOLOGY IN ENSURING MENTAL HEALTH IN THE CONDITIONS OF ARMED AGGRESSION IN THE RUSSIA

У статті здійснено аналіз можливостей військової психології в забезпеченні психічного здоров'я в умовах збройної агресії Російської Федерації. Окреслено, що інтеграція відновлювальної медицини та психології є важливим напрямом протистояння стресовим ситуаціям і зміцнення психічного здоров'я населення в умовах воєнного часу. Зазначено, що саме розвиток медичної психології є актуальним напрямом відновлення осіб, що зазнали психологічних травм унаслідок військового конфлікту, а також планомірного зміцнення їхнього психічного здоров'я. Стверджується, що медична психологія відіграє ключову роль у забезпеченні психічного здоров'я громадян в умовах воєнного стану. Виявлено, що в ситуаціях військової інтервенції чи загрози система медичної психології виконує важливу роль у нормативному об'єднанні охоронної та соціальної політики для збереження психічного здоров'я громадян. Означено, що її функція полягає у відновленні психічних резервів, підтриманні належного психологічного стану та підвищенні здібності протистояти стресорам. Узагальнено, що методологія концепції здоров'я здорової людини в умовах воєнного часу передбачає зміну уявлень про процес переходу від здоров'я до хвороби на контроль резервів здоров'я. Це сприяє зміцненню психічного здоров'я та забезпечує ефективність заходів із психологічної підтримки населення. Резюмовано, що медична психологія сприяє розвитку психотерапевтичної взаємодії в суспільстві, яке переживає воєнний конфлікт. Це допомагає людям зрозуміти себе та вирішити проблеми, що виникають у таких складних умовах. Виявлено, що важливо акцентувати увагу на формуванні здоров'язберезувальної поведінки та впровадженні цінностей життя в умовах постійної нестабільності. Отже, визначено, що медична психологія має вирішальне значення в забезпеченні психічного здоров'я українського суспільства в умовах воєнного конфлікту та загрози повторної агресії. Окреслено, що подальші дослідження в напрямі розроблення медико-психологічних програм допоможуть підвищити якість життя та підтримати психологічне здоров'я українських громадян у часи воєнної інтервенції та після неї.

Ключові слова: медицина, психологія, війна, вимушені переселенці, військові, соціальна

допомога, адаптація, психогігієна, психокорекція, здоров'язбереження.

The article analyzes the possibilities of military psychology in ensuring mental health in the conditions of armed aggression of the Russian Federation. It is outlined that the integration of restorative medicine and psychology is an important direction of resistance to stressful situations and strengthening the mental health of the population in wartime conditions. It is noted that the development of medical psychology is a relevant direction for the recovery of persons who have suffered psychological injuries as a result of the military conflict, as well as the systematic strengthening of their mental health. It is argued that medical psychology plays a key role in ensuring the mental health of citizens under martial law. It was found that in situations of military intervention or threat, the system of medical psychology plays an important role in the normative unification of security and social policy to preserve the mental health of citizens. It was determined that its function consists in restoring mental reserves, maintaining a proper psychological state and increasing the ability to resist stressors. In general, the methodology of the concept of the health of a healthy person in wartime conditions involves a change in ideas about the process of transition from health to illness to the control of health reserves. This contributes to the strengthening of mental health and ensures the effectiveness of psychological support measures for the population. It is summarized that medical psychology contributes to the development of psychotherapeutic interaction in a society experiencing a military conflict. It helps people understand themselves and solve problems that arise in such complex conditions. It was found that it is important to focus on the formation of health-preserving behavior and the implementation of life values in conditions of constant instability. Thus, it was determined that medical psychology is of crucial importance in ensuring the mental health of Ukrainian society in the conditions of military conflict and the threat of repeated aggression. It is outlined that further research in the direction of developing medical and psychological programs will help improve the quality of life and support the psychological health of Ukrainian citizens during and after military intervention.

Key words: medicine, psychology, war, forced migrants, military, social assistance, adaptation, psychohygiene, psychocorrection, health care.

УДК 159.99
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.46>

Клименко І.С.

к.н.,
доцент кафедри, завідувач кафедри медичної психології
ПраТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»»

Юристовська Н.Я.

к.н. здерж.упр., доцент,
проректор з виховної роботи факультету 2
КЗВО ЛОР «Львівська медична академія імені Андрея Крупинського»

Мунтян Л.Я.

к.техн.н.,
доцент кафедри гігієни, соціальної медицини, громадського здоров'я та медичної інформатики
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Здоров'я українських громадян опинилося під загрозою у зв'язку з агресивною поведінкою сусідніх країн, зокрема з масштабною військовою інтервенцією РФ. Особливо сильно ці негативні тенденції позначаються на психологічному благополуччі осіб різного віку. З метою надання допомоги людям у непрості часи військової агресії необхідна інтеграція відновлювальної медицини та психології. Осмислення продуктивності інтеграції різних форм медич-

ної психології дозволить ефективніше протистояти руйнівним процесам, що проявляються в українському суспільстві.

Унаслідок нестабільності у воєнний час в індивіда втрачається впевненість у майбутньому, виснажуються пристосувальні та компенсаторні механізми, які підтримують здоров'я [9, с. 23]. Нині більшість українських громадян живе у стані затяжного психоемоційного та свідомого стресу, що спричиняє

зростання депресії, прихильності до нездорової соціальної поведінки та згубних звичок, підвищується небезпека неадекватних масових руйнівних реакцій у суспільстві [10, с. 2–3].

Останніми роками активно розробляються теоретичні положення та проводяться емпіричні дослідження як фізичного, так і психологічного, зокрема морального, здоров'я громадян в умовах воєнного стану [5; 12; 13]. Здорова людина не тільки сприймає середовище та його умови, а й творить їх сама, однак у стресогенних умовах війни людина часто не може досягти розуміння ідей і цілей свого існування [12, с. 55]. У цій ситуації очевидна необхідність інтеграції медицини та психології, що передусім вимагатиме світоглядно поєднати медичну логіку із психологічною.

Осмислення ролі психічного має бути розширено, тобто винесено вперед за межі хвороби тіла, в область проектування власного здоров'я, що сприятиме формуванню базису здоров'язбережувальної поведінки особистості. Саме психотерапевтична взаємодія з особами, що страждають від стресорів воєнного часу, щодо формування свободи вибору вольових учинків відповідно до моральних орієнтацій у разі охорони власного здоров'я досягне бажаного результату з опорою на розуміння цінності життя в мінливих і небезпечних умовах сучасного буття [7, с. 176]. Отже, актуальним питанням є встановлення значення медичної психології в забезпеченні психічного здоров'я в сучасних умовах.

Ситуація збройного конфлікту є одним із варіантів надзвичайних ситуацій, особливостями якого є:

- тривала, безпосередня, наочна та непередбачувана загроза життю та благополуччю;
- надзвичайні фізичні та психічні навантаження, що значно перевершують повсякденні;
- переживання побачених випадків загибелі людей [8, с. 108].

Відповідно, у військовій психіатрії визначають таке поняття, як «бойовий стрес» – процес адаптивного характеру, який супроводжує індивіда в умовах бойової обстановки. У цей період спостерігається напруження механізмів

реактивної саморегуляції, унаслідок чого формуються специфічні адаптивні пристосування психофізіологічних функцій. Зрив цих пристосувальних реакцій із порушенням адаптації може бути визначений як дистрес [2, с. 213].

Психосоціальний стрес-фактор – це зовнішній соціальний вплив, що спричиняє розлади психічної діяльності будь-якого індивіда. До психосоціальних стрес-факторів надзвичайної тяжкості відносять безліч ситуацій, що виникають у період військового конфлікту як у бійців, так і у громадян, – утрату близьких, утрату житла, потрапляння в полон як заручника тощо [15, с. 677–678].

Стан порушення адаптації утворюють континуум перехідних форм, що включає ланцюг: непатологічна психічна дезадаптація – патологічна психічна дезадаптація – імовірно хворобливий стан – хворобливий стан. Болючі стани як прояви дистресу збройного конфлікту визначаються як розлади, пов'язані зі стресом. Саме означені форми психічних розладів є полем дослідження напряму медичної психології [14, с. 3].

Засновником медичної психології вважається Р.Г. Лотце, а її актуальне визначення є таким: медична психологія – прикладна галузь психології, що вивчає закономірності функціонування психіки в умовах виникнення та перебігу хвороб людей, а також відновлення їхнього здоров'я [11, с. 112–114]. Галузь медичної психології деталізують за такими напрямками, як: клінічна психологія, клінічна нейропсихологія, психофармакологія, патопсихологія тощо, але не обмежується ними, адже є широкою галуззю знань, яка активно розвивається.

У центрі уваги медичної психології є взаємовідношення хворого із середовищем і фахівцями (взаємини між: лікарем і хворим; медичною сестрою і хворим; лікарем, медичною сестрою та хворим). Предмет і завдання медичної психології представлені в таблиці 1.

У процес забезпечення психічного здоров'я громадян, які страждають під час воєнного стану, медична психологія вносить нову системну якість – своїм предметом вибирає не хвору людину, а особистість в її полісистем-

Таблиця 1

Предмет і завдання медичної психології

Завдання	Предмет
Вивчення особливостей змін психіки в разі соматичних і психічних захворювань	Особистість хворої людини
Дослідження хвороботворних для психіки умов життя та діяльності людини	Особистість медичного працівника
Вивчення особистісних рис і особливостей, які запобігають захворюванню або сприяють йому	Взаємини між хворим і медичним працівником у різних умовах
Психотерапія, психогігієна та психопрофілактика	Психологія взаємин медичних працівників у процесі професійної діяльності й у побуті тощо

Примітка: складено автором за даними науково-методичної літератури.

них зв'язках із навколишнім світом, культурою, світоглядом, ставленням до способу здоров'я тощо. Саме медична психологія сприяє розвитку культури психотерапевтичної взаємодії в суспільстві, що піддається масштабній військовій агресії, спонукає пояснювати принципи й норми пізнання себе та вирішення проблем, розвивати так звану психотерапію повсякденності.

Методологія концепції здоров'я людини в умовах воєнного часу полягає в тому, що курс на фіксацію процесу переходу від здорового до хворого стану необхідно змінити на контроль резервів здоров'я [6, с. 82]. Звідси формується специфіка відновлювальної медичної психології, сутність якої представлена на рисунку 1.

Методологічна функція системи медичної психології полягає в нормативному об'єднанні охоронної та соціальної політики у сфері збереження психічного здоров'я особи, яка перебуває під негативним впливом подій воєнної інтервенції, у відновленні її психічних резервів, підтриманні належного психологічного стану, підвищенні здібностей протистояти стресорам, покращенні рівня її психічного здоров'я. Зокрема, предметом медико-психологічної допомоги стає особистість людини, яка тимчасово втратила можливість реалізувати свої життєві прагнення.

Процедурно діяльність у сфері медичної психології на поточному етапі військового протистояння спрямована на підвищення компенсаторних функцій організму громадянина та підвищення самоєфективності в піклуванні

про власне здоров'ям, яке відновлюється та відтворюється через механізми підтримки стійкості до стресів. Це робить виправданим використання двох основних форм дії в царині медичної психології:

- превентивної профілактики, яка передбачає проведення роботи щодо зміни співвідношення частки громадян, які мають порушення психічного здоров'я, до частки здорових, на користь останніх;
- лікувально-профілактичної, що обслуговує хворий контингент.

Порушення психічного стану осіб, які потерпають від військової інтервенції, пов'язані насамперед із: труднощами формулювання мети в майбутньому; часовою перспективою, пов'язаною із сьогоднішнім або вчорашнім днем; зниженням віри в себе та здатності контролювати перебіг власного життя; відсутністю високої професійної значущості життя; схильністю концентруватися на виробничих відносинах [4, с. 50–51].

Вибір спеціальних методів і прийомів у галузі медичної психології має ґрунтуватися на глибині та змісті стресових розладів конкретної людини, динаміці їх розвитку, а також на професійному досвіді та рівні підготовки фахівця, що з нею працює. Якщо використовуваний метод не досягає бажаного результату, необхідно використовувати інший метод, інші прийоми.

У роботі із громадянами, які постраждали від воєнної агресії, можуть бути використані такі методи психокорекції негативних психічних станів:

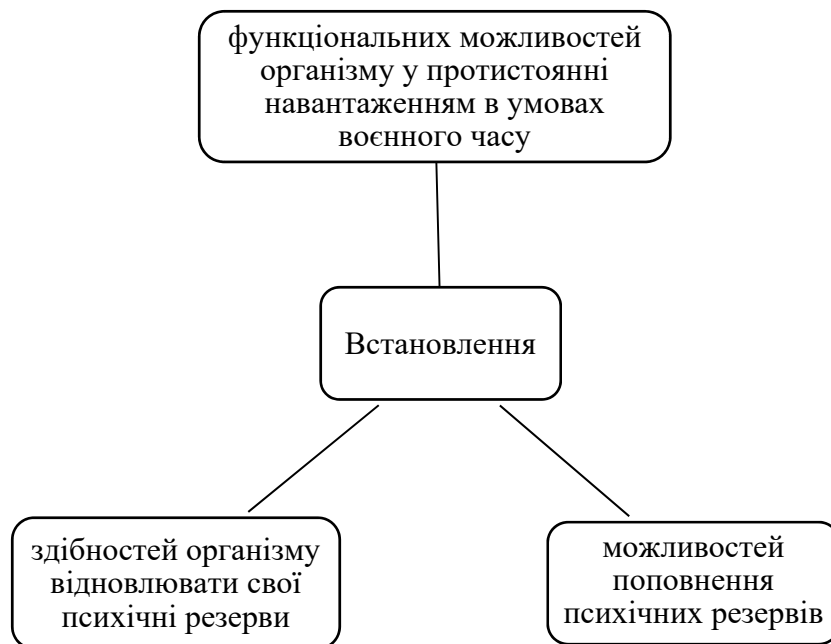


Рис. 1. Формування резервів здоров'я населення в умовах збройної агресії

Примітка: складено автором за даними науково-методичної літератури [1–15]

1. Метод раціональної психокорекції. У його основу покладено логічне, доступне пояснення природи та причин травматичного стресу. Найважливішими методами тут є виховання, логічна аргументація, навіювання й емоційний вплив авторитетом. Метою психокорекційної роботи є роз'яснення людям природи, причин і механізмів виникнення негативних психологічних станів, щоб переконати їх у тому, що такі стани є нормальною, природною реакцією людини на ненормальні обставини.

2. Стрес-аналіз критичних ситуацій (справжній психологічний аналіз), тобто екстремальна робота з посттравматичними стресовими розладами (дебріфінг). Він проводиться із групами не більше ніж із п'ятнадцяти осіб, які разом пережили травматичну подію. Дослідження проводиться протягом наступних 48 годин після завершення з метою корекції психологічного стану та запобігання розвитку посттравматичного стресового синдрому. Ця методика допомагає краще зрозуміти природу травматичного стресу та його симптоми, навчитись ефективно його долати й запобігти ймовірності відстрочених негативних наслідків пережитого стресу.

Цілями даного напрямку є:

- дати кожному учаснику можливість висловити свої переживання та реакції й оцінити свій характер у групі;
- організація психологічної підтримки кожного учасника групи;
- мобілізація особистих ресурсів, вкладених в управління стресом, створення умов для самовираження та зміцнення впевненості в собі.

3. Методи психічної саморегуляції. На ранніх стадіях розвитку травматичного стресу особливо необхідні такі методи саморегуляції, як нервово-м'язова релаксація, гіпноугестивна терапія з елементами саморегуляції й аутогенного тренування. Методи саморегуляції ефективні за симптомів дисбалансу вегетативної нервової системи, а саме порушення сну, загальної ригідності м'язів, тремору кінцівок, головного болю тощо.

4. Методи особистісно орієнтованої психотерапії, які засновані на положенні, що людина несе відповідальність за свій вибір, і якщо вона вибирає шлях нещастя та життя в минулому, то це її право. За такого підходу основною метою психотерапії є зміна ставлення громадянина до наявності травмоутворювальної ситуації в його житті.

Практика показує, що принципи гуманістичної психотерапії, клієнтоорієнтований підхід К. Роджерса та логотерапія В. Франкла є оптимальними для вирішення проблем психічних розладів у людей, які постраждали під час або внаслідок бойових дій. Окрім того, використовуються різноманітні методи й техніки психо-

динамічної, поведінкової терапії, когнітивної, гештальт-терапії, нейролінгвістичного програмування, артерапії та творчого вираження, транзактного аналізу, психодрами й інших психотерапевтичних підходів [3, с. 139].

У цьому заході медичної психології в умовах воєнної агресії мають бути орієнтовані [1, с. 115]:

- на усвідомлення й осмислення тих подій, які створюють актуальний психічний стан;
- на рефлексію переживань, пов'язаних зі спогадами про події, що травмують психологічно;
- на прийняття того, що відбувається, як невід'ємної частини життєвого досвіду;
- на актуалізацію власної поведінки як передумови успішного протистояння дистресу, а також корисного пристосування до швидкозмінюваних умов середовища, у якому людина живе.

Для проведення ефективної корекції психічного здоров'я громадян у сучасних умовах воєнної агресії необхідна організація комплексу заходів, які представлені формами медичної та психологічної роботи, бажано на базі реабілітаційного центру.

Отже, в умовах воєнного стану має розвинути спеціально організована робота в масштабах країни щодо медико-психологічної допомоги тим, хто страждає. Вона має спиратися на наукову базу, а не вестися методом «проб і помилок». Сучасна медицина та психологічна наука у сполученні мають потенціал у боротьбі з воєнними стресорами через значну кількість апробованих методик впливу та допомоги тим, хто має порушення психічного здоров'я. У процесі медико-психологічного відновлення, можливо, саме робота з відновлення та розвитку психічних резервів допоможе громадянам виявити інтерес до себе як до творців свого життя, здатних отримувати від нього моральне задоволення. З огляду на вищесказане стає дедалі актуальнішою проблема відновлення та збереження психічного здоров'я громадян в умовах воєнного часу. Але коло доказових медичних і психологічних досліджень щодо питань комплексного забезпечення осіб, які постраждали від війни, нині обмежене, тому наше дослідження спрямоване на часткове вирішення цієї проблеми. Результати дослідження можна використовувати як під час проведення медико-психологічної роботи з особами, які мають психічні порушення внаслідок військової агресії, так і під час розроблення медико-психологічної програми відновлення громадян.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балабанова Л., Перелигіна Л. Технології відновлення соціально-психологічних ресурсів життєздатності особистості, яка переживає наслідки

травматичних подій. *Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології* : монографія. Харків: ФОП Л.М. Панов, 2022. С. 110–126. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua>.

2. Гопкало Ю. Особливості психічного здоров'я у вимушених переселенців. *Collection of scientific papers "ΛΟΓΟΣ"*. 2022. № 9. С. 212–213. <https://doi.org/10.36074/logos-09.12.2022.59>.

3. Ільченко Н. Управління процесом реабілітації населення в умовах війни: проблеми та шляхи їх вирішення. *Теоретичні та прикладні питання державотворення*. 2023. № 29. С. 196–198. <https://doi.org/10.35432/tisb292023289627>.

4. Карамушка Л., Карамушка Т. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 2 (26). С. 48–59. <https://doi.org/10.31108/2.2022.2>.

5. Виклики та особливості психічного здоров'я в умовах воєнних дій в Україні / Ю. Куц та ін. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 1 (35). С. 578–590. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-16\(34\)-](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-16(34)-).

6. Могильова Н. Особливості психічного здоров'я та психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах війни: досвід України. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2023. № 2. С. 81–85. <https://doi.org/10.51547/prp.dp.ua/2023.2.12>.

7. Домедична психологічна допомога в умовах війни / Ю. Олійник та ін. *Габітус*. Серія «Соціальна психологія. Юридична психологія». 2022. Вип. 37. С. 174–179. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.32>.

8. Пеша І., Андріученко Т. Збереження психічного здоров'я молоді в умовах повномасштабної війни. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2023. № 2 (11). С. 106–113. URL: <http://srso.udpu.edu.ua/article/view/291876/285161>.

9. Призванська Р., Породько М. Використання нетрадиційних методів логопедичної роботи у корекції мовлення дітей старшого дошкільного віку. *KELM*. 2022. Вип. 3 (47). С. 23–38. <https://doi.org/10.51647/kelm.2022.3.4>.

10. Слюсаревський М. Проблема психологічної підтримки комбатантів і цивільного населення: наявний стан та шляхи вирішення. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. Т. 5. № 2. С. 1–10. <https://doi.org/10.37472/vnaes.2023.5219>.

11. Тимофієва М., Двіжона О. Психологія здоров'я : навчальний посібник. Чернівці : Книги-XXI, 2009. 296 с. URL: <http://dspace.bsmu.edu.ua/handle/123456789/20660>.

12. Титаренко Т. Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. № 43. С. 54–62. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/03/Nssp_2019_4346.pdf#page=54.

13. Хаджирадева С., Тодорова М. Актуалізація проблем психосоціальної допомоги населенню України в умовах війни. *Публічне управління та регіональний розвиток* : науковий журнал. 2023. № 19. С. 199–219. <https://doi.org/10.34132/pard2023.19.10>.

14. Чабан О., Хаустова О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги. *Український медичний часопис*. 2022. № 4 (150). С. 1–11. <https://doi.org/10.32471/umj.1680-3051.150.232297>.

15. Чемодурова Ю. Надання психосоціальної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах війни. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 9 (14). С. 676–687. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9\(14\)-676-687](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9(14)-676-687).

ДЕЗІНТОКСИКАЦІЙНА ТЕРАПІЯ ЯК ОСНОВНИЙ МЕТОД ПОДОЛАННЯ АЛКОГОЛЬНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ

DETOXIFICATION THERAPY AS THE MAIN METHOD OF OVERCOMING ALCOHOL DEPENDENCE

У статті представлено теоретичний аналіз дезінтоксикаційної терапії як основного методу подолання алкогольної залежності. Установлено, що алкогольна залежність – це медичний стан, що характеризується порушенням здатності припинити або контролювати вживання алкоголю, незважаючи на несприятливі соціальні, професійні наслідки чи наслідки для здоров'я. У вирішенні цієї проблеми дезінтоксикаційна терапія стає одним з основних підходів до лікування.

Застосовується вона в рамках відновлювальних, лікувальних, підтримувальних або оздоровчих програм, оскільки вона допомагає впливати на симптоми абстиненції та стабілізувати стан пацієнта для подальшого лікування.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі дезінтоксикаційної терапії як основного методу подолання алкогольної залежності. Визначено, що алкогольна дезінтоксикація являє собою критичний етап лікування, що включає раптове припинення вживання алкоголю, а також нейтралізацію токсичних речовин, які накопичилися в організмі пацієнта. Такий підхід може бути здійснений у різних форматах, зокрема в амбулаторному та стаціонарному лікуванні, залежно від ступеня залежності й індивідуальних потреб пацієнта.

Процес дезінтоксикаційної терапії складається з таких етапів: оцінювання, стабілізації, медичного нагляду та переходу до подальшого лікування. Під час оцінювання визначаються ступінь залежності та потреби пацієнта, після чого настає етап стабілізації, що передбачає вплив на симптоми скасування. Важливість медичного нагляду та моніторингу не може бути переоцінена, оскільки вони гарантують безпеку пацієнта та забезпечують ефективність лікування.

Особлива увага приділяється вибору фармацевтичних препаратів, як-от бензодіазепіни, протисудомні препарати, клонідин і лофексидин, агоністи альфа-2, габапентин і баклофен, акампрозат тощо. Ці препарати використовуються для зменшення фізичних і психологічних симптомів відмови від алкоголю. Отже, основною метою дезінтоксикації є безпечне лікування гострих фізичних симптомів відмови від алкоголю. Ефективна дезінтоксикація допомагає безпечно перейти до потенційно безпечної фази.

Ключові слова: алкоголь, дезінтоксикація, терапія, алкогольна залежність, медикаментозне лікування, відновлення.

The article presents a theoretical analysis of detoxification therapy as the main method of overcoming alcohol addiction.

Alcohol dependence is defined as a medical condition characterized by an impaired ability to stop or control alcohol consumption despite adverse social, occupational, or health consequences. In solving this problem, detoxification therapy becomes one of the main approaches to treatment.

It is used in rehabilitative, therapeutic, supportive or wellness programs as it helps manage withdrawal symptoms and stabilize the patient for further treatment.

The purpose of the article is a theoretical analysis of detoxification therapy as the main method of overcoming alcohol addiction.

It was determined that alcohol detoxification is a critical stage of treatment, which includes the sudden cessation of alcohol consumption, as well as the neutralization of toxic substances that have accumulated in the patient's body. This approach can be implemented in a variety of formats, including outpatient and inpatient treatment, depending on the degree of addiction and the individual needs of the patient.

The process of detoxification therapy includes the following stages: assessment, stabilization, medical supervision and transition to further treatment. During the assessment, the patient's degree of dependence and need is determined, followed by the stabilization phase, which involves managing withdrawal symptoms. The importance of medical supervision and monitoring cannot be overstated as they ensure patient safety and treatment effectiveness.

Special attention is paid to the selection of pharmaceutical drugs, such as benzodiazepines, anticonvulsants, clonidine and lofexidine, alpha-2 agonists, gabapentin and baclofen, acamprosate and others. These drugs are used to reduce the physical and psychological symptoms of alcohol withdrawal.

Therefore, the primary goal of detoxification is to safely treat the acute physical symptoms of alcohol withdrawal. Effective detoxification helps you get through this potentially dangerous phase safely.

Key words: alcohol, detoxification, therapy, alcohol addiction, drug treatment, recovery.

УДК 616.89-008.441.3-085:615.214
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.47>

Козира П.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Львівський державний університет
внутрішніх справ

Алкогольна залежність є однією з найбільш соціальних проблем і вражає мільйони людей у всьому світі. Цей стан характеризується нездатністю контролювати або припинити вживання алкоголю й охоплює широкий спектр проблем фізичного та психічного здоров'я, зокрема й захворювання печінки, серцево-судинні порушення та психічні розлади [14, с. 981]. За даними Всесвітньої організації

охорони здоров'я, уживання алкоголю є причиною 3 мільйонів смертей щороку, що становить 5,3% усіх смертей у світі [15].

У вирішенні цієї проблеми дезінтоксикаційна терапія стає одним з основних підходів до лікування. Дезінтоксикація – це процес, який дозволяє організму виводити з нього алкоголь і водночас впливати на симптоми абстиненції, які супроводжують цей процес [3].

Але важливо розуміти, що сама собою дезінтоксикація не є лікуванням алкогольної залежності в повному розумінні. Проте вона перший крок до відновлення, а саме готує людей до подальшого лікування, зокрема й терапії та медикаментозного лікування.

Варто відзначити роботи вчених Д. Рем [14], Г. Мирік [11], М. Баярд [5], Д. Маккей [10], Д. Лію [8], Аль Катарі [2] та інших, які зробили значний внесок у дослідження та розвиток підходів до дезінтоксикаційної терапії під час лікування алкогольної залежності. Їхні роботи поклали основу для розуміння комплексних механізмів алкогольної залежності й ефективних методів її лікування.

Незважаючи на значний прогрес, досягнутий завдяки цим дослідженням, сфера дезінтоксикаційної терапії все ще містить аспекти та виклики, які потребують вивчення.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі дезінтоксикаційної терапії як основного методу подолання алкогольної залежності.

Алкогольна залежність – це медичний стан, що характеризується порушенням здатності припинити або контролювати вживання алкоголю, незважаючи на несприятливі соціальні, професійні наслідки чи наслідки для здоров'я [4, с. 142]. Лікування алкогольної залежності охоплює низку різних стратегій, які можуть бути індивідуально адаптовані до потреб кожного пацієнта. Критичним першим кроком є дезінтоксикаційна терапія. Алкогольна дезінтоксикація (також відома як детокс) – це комплекс медичних заходів, необхідних у разі раптового припинення вживання алкоголю особами, які страждають на алкогольний розлад. Вона спрямована на усунення причини інтоксикації, тобто нейтралізацію токсинів етилового спирту. Застосовується вона в рамках відновлювальних, лікувальних, підтримувальних або оздоровчих програм, оскільки допомагає впливати на симптоми абстиненції та стабілізувати стан пацієнта для подальшого лікування. Процес часто поєднується із заміщенням ліками, які мають ефект, подібний до дії алкоголю, щоб мінімізувати алкогольну абстиненцію [1]. Терапія часто проводиться в контрольованих клінічних умовах, де медичні працівники можуть ретельно контролювати процес. Цей процес може проходити в умовах як стаціонару, так і амбулаторії, залежно від тяжкості хвороби та конкретних потреб людини. Установлено, що належне лікування під час дезінтоксикації може значно знизити ризик важких симптомів скасування й ускладнень [11, с. 129].

Основні цілі дезінтоксикаційної терапії такі [5, с. 1447; 10, с. 133; 11, с. 128]:

– досягнення безпечної відмови від алкоголю. Полягає в усуненні таких симптомів, як тремтіння, пітливість, нудота та занепокоєння,

а також запобігання серйозним ускладненням, як-от судом, або алкогольний делірій, які можуть бути небезпечними для життя;

– надання медичної допомоги. Передбачає введення ліків для полегшення симптомів залежності, а також забезпечення харчової підтримки та гідратації для усунення дефіциту вітамінів і зневоднення, спричинених хронічним зловживанням алкоголем;

– психологічна підтримка. Адже абстиненція може бути дуже стресовим і емоційним досвідом. Консультування та підтримка під час цього процесу можуть допомогти пацієнтам упоратися із проблемами, забезпечити основу для подальшої психологічної роботи;

– підготовка пацієнтів до реабілітації. Після дезінтоксикації фокус зміщується на довгострокову реабілітацію, яка передбачає низку заходів, як-от консультування, поведінкова терапія та групи підтримки.

Процес дезінтоксикаційної терапії має кілька етапів, кожен із яких потребує ретельного медичного нагляду для гарантування безпеки та забезпечення комфорту пацієнта, тому розглянемо їх детальніше.

Оцінювання. На цьому етапі медичні працівники проводять комплексне медичне, психологічне оцінювання, дають оцінку історії вживання психоактивних речовин. Аналіз крові й інша діагностика є вирішальними на цьому етапі для визначення рівня алкоголю в організмі пацієнта, який може керувати протоколом дезінтоксикації. Етап також передбачає скринінг супутніх розладів, як-от депресія або тривога, які можуть суттєво вплинути на перебіг і лікування алкогольної залежності [12].

Стабілізація. Цей етап є критичним, оскільки він безпосередньо стосується фізичних і психологічних наслідків скасування вживання алкоголю. Симптоми скасування можуть виникнути вже через дві години після останнього вживання, як-от тремор, безсоння, нудота та збудження. Ліки, які використовуються під час дезінтоксикації, не лише допомагають зменшити симптоми абстиненції, але й спрямовані на запобігання серйозним ускладненням.

Стабілізація також передбачає харчову підтримку, гідратацію та лікування будь-яких супутніх захворювань, які погіршуються внаслідок припинення вживання алкоголю [10, с. 140].

Медичний нагляд і моніторинг. Етап життєво важливий для швидкого виявлення й усунення будь-яких ускладнень. Моніторинг здійснюється через ретельне спостереження за життєво важливими показниками, як-от серцевий ритм, артеріальний тиск, рівень кисню у крові, а також балансом рідини й електролітів в організмі пацієнта. Також важливою є оцінка психічного стану пацієнта, оскільки симптоми абсти-

ненції можуть включати тривожність, депресію й інші психоемоційні розлади.

У цей період медичні працівники не лише проводять моніторинг фізичного стану, але й надають емоційну підтримку. Вони допомагають пацієнтам впоратися зі стресом і тривогою, які часто супроводжують процес відмови від алкоголю. Емоційна підтримка може включати розмови, мотиваційне інтерв'ювання, а також методи розслаблення та подолання стресу.

Під час медичного нагляду та моніторингу можуть використовуватися різні медичні втручання, залежно від стану пацієнта. Наприклад, у разі необхідності можуть бути призначені медикаменти для стабілізації артеріального тиску, корекції розладів електролітного балансу або корекції психічних станів [3].

Перехід до подальшого лікування. На цьому етапі фокус зміщується з короткострокового впливу на симптоми скасування на довгострокові стратегії відновлення та підтримки тверезості. Ця фаза може включати поєднання індивідуальної та групової терапії, медикаментозної терапії та груп підтримки, як-от Анонімні алкоголіки (AA).

Ці елементи в сукупності створюють усеосяжний план лікування, що дозволяє не лише подолати фізичну залежність, але й вплинути на психологічні та поведінкові аспекти залежності, сприяти тривалому відновленню та профілактиці рецидивів. Основна мета вказаного етапу полягає в забезпеченні стабільності та відновленні якості життя пацієнтів, а також у підтримці їхньої мотивації до подальшого життя у тверезості [5, с. 1448].

Вибір стратегії дезінтоксикації залежить від комплексу чинників, які включають клінічний висновок лікаря, індивідуальні особливості та потреби пацієнта, його спосіб життя, очікування, ступінь залежності та наявність супутніх медичних проблем. Клініцисти враховують ці чинники, вибирають найбільш доречний план лікування, який може передбачати фармакологічне втручання, особливо в ситуаціях з високим ризиком серйозних ускладнень, як-от алкогольна інтоксикація. Для впливу та зменшення прояву симптомів скасування можуть бути використані різні фармацевтичні препарати, серед яких такі:

– бензодіазепіни є найбільш часто використовуваними препаратами для дезінтоксикації алкоголю. Вони ефективні для зменшення тяжкості симптомів скасування, зокрема тривоги, безсоння та ризику судом. Такі препарати, як хлордіазепоксид, діазепам і лоразепам, часто призначають через їхню ефективність у лікуванні гострих симптомів алкогольної абстиненції. Дж. Лію та Л. Ванг продемонстрували ефективність бензодіазепінів у зменшенні проявів і ускладнень, пов'язаних з алкогольним абстинентним синдромом [8, с. 14];

– протисудомні препарати, карбамазепін і вальпроат, можна використовувати як альтернативу бензодіазепінам, особливо в осіб зі зловживанням бензодіазепінами в анамнезі або з окремими захворюваннями. Дослідження показали, що протисудомні препарати можуть бути ефективними для впливу на симптоми скасування і можуть мати менший потенціал для зловживання порівняно з бензодіазепінами [11, с. 131];

– клонідин і лофексидин, які є агоністами альфа-2, зазвичай використовуються для зменшення фізіологічних симптомів, які виникають в результаті припинення вживання алкоголю. Зокрема і для полегшення таких симптомів, як збільшення частоти серцевих скорочень (тахікардія) і підвищення артеріального тиску. Ці препарати працюють шляхом зменшення викиду норадреналіну, нейротрансмітера, що відіграє ключову роль у регуляції серцевої діяльності й артеріального тиску. Клонідин і лофексидин допомагають стабілізувати ці параметри, знижують ризик серйозних ускладнень, пов'язаних з абстиненцією. Окрім того, ці лікарські засоби можуть мати заспокійливий ефект, що допомагає знизити загальний рівень стресу та тривожності, які часто супроводжують процес відмови від алкоголю [6, с. 483];

– габапентин і баклофен, які впливають на ГАМК-рецептори в мозку, показали перспективу в лікуванні алкогольної абстиненції, особливо серед пацієнтів, для яких бензодіазепіни є недоцільними через можливі побічні ефекти або протипоказання. Габапентин використовується для зменшення неврологічних симптомів, а саме тривоги та безсоння, які часто виникають під час абстиненції. Цей препарат також показав ефективність у зниженні потягу до алкоголю, сприяє подальшому утриманню від уживання. Баклофен, відомий своєю здатністю полегшувати м'язові спазми, також виявився корисним у лікуванні алкогольної абстиненції. Він може бути використаний як для впливу на симптоми скасування, так і для зменшення фізичного та психологічного потягу до алкоголю [9, с. 72];

– акампрозат відіграє важливу роль у лікуванні алкогольної залежності, діє через зменшення рівня глутамату в мозку, що зменшує гіперглутаматергічний стан, який часто спостерігається під час скасування алкоголю. Його дія як функціонального глутаматергічного антагоніста НМДА рецепторів може мати нейрорепротекторні властивості, що є корисними під час і після дезінтоксикації. Дослідження М. Аль Катарі та інших [2, с. 1279], проведене на культурах мозку ембріонів щурів, показало, що акампрозат може знижувати нейротоксич-

ність, спричинену глутаматом, яка виникає під час скасування алкоголю. Це демонструє його потенціал у зменшенні пошкоджень мозку, що можуть бути пов'язані із тривалим уживанням алкоголю. Окрім того, дослідження Д. Куб [7, с. 590] та інших виявило, що акампрозат знижує збудливі потенціали постсинаптичного поля в гіпокампі. Це може вказувати на його здатність модулювати нейронну активність у головному мозку, що може бути важливим у процесі відновлення його функцій після тривалого вживання алкоголю.

Отже, дезінтоксикаційна терапія в лікуванні алкогольної залежності має низку переваг і недоліків, які важливо розглянути. До переваг дезінтоксикаційної терапії, можна віднести таке [9, с. 73]:

- під час дезінтоксикації відбувається виведення токсинів з організму, що може покращити фізичний стан пацієнта та функціонування внутрішніх органів;

- під медичним наглядом дезінтоксикація гарантує безпечне виведення алкоголю з організму, що знижує ризик важких симптомів скасування й ускладнень;

- лікування дозволяє контролювати симптоми абстиненції, як-от тривожність, дратівливість, фізичний дискомфорт, що робить процес відновлення комфортнішим для пацієнта;

- дезінтоксикація створює міцний фундамент для подальшої реабілітації та лікування, оскільки пацієнт стає більш відкритим до терапевтичних утручань після фізичного очищення від алкоголю;

- терапія забезпечує можливість адаптувати лікування під конкретні потреби кожного пацієнта, що збільшує ймовірність успішного відновлення;

- процес дезінтоксикації часто супроводжується психологічною підтримкою, яка допомагає впоратися із психічними розладами, які можуть супроводжувати алкогольну залежність.

Проте наявні й недоліки дезінтоксикаційної терапії, а саме [13, с. 354]:

- оскільки дезінтоксикація переважно спрямована на фізичні симптоми, вона не усуває глибинних психологічних і поведінкових причин залежності, що потребує подальшого психотерапевтичного лікування;

- без інтегрованого лікування, що включає психотерапію та підтримку, існує значний ризик повернення до вживання алкоголю після завершення дезінтоксикації;

- незважаючи на медичний нагляд, процес дезінтоксикації може супроводжуватися ускладненнями, особливо в разі важкої залежності;

- процес дезінтоксикації може бути емоційно складним, потребувати значної психологічної підтримки;

- є ризик розвитку залежності від медикаментів, особливо від тих, що мають заспокійливі властивості, як-от бензодіазепіни.

Отже, дезінтоксикація відіграє фундаментальну роль у загальному лікуванні алкогольної залежності, тому можна зробити такі висновки.

Дезінтоксикація є необхідним першим етапом у лікуванні алкогольної залежності. Вона не лише сприяє безпечному виведенню алкоголю з організму, але й закладає фундамент для подальших етапів лікування та реабілітації.

Метод є добре структурованим процесом, який передбачає медичний нагляд і вплив на фізичні та психологічні симптомами скасування. Це вимагає індивідуального підходу, заснованого на специфічних потребах кожного пацієнта.

Фармакологічне лікування відіграє ключову роль у процесі дезінтоксикації. Препарати, як-от бензодіазепіни й інші медикаменти, використовуються для зменшення симптомів скасування, зниження ризику ускладнень і забезпечення комфортного переходу від залежності до відновлення.

Важливим аспектом дезінтоксикації є надання психологічної підтримки пацієнтам, щоб допомогти їм упоратися з емоційними викликами, пов'язаними із припиненням уживання алкоголю.

Дезінтоксикація є важливою частиною комплексної програми лікування, яка передбачає підтримку та терапію після завершення цього процесу, щоб запобігти рецидивам і сприяти тривалому відновленню.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дезінтоксикаційна терапія. URL: <https://www.clinic-target.com/uk/services/dezintoksykaczijna-terapiya/> (дата звернення: 22.01.2024).
2. Acamprostate is neuroprotective against glutamate-induced excitotoxicity when enhanced by ethanol withdrawal in neocortical cultures of fetal rat brain / M. Al Qatari et al. *Alcohol Clin Exp Res*. 2001. Vol. 25. P. 1276–1283.
3. Alcohol use disorder: Treatments and drugs. URL: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/alcohol-use-disorder/basics/treatment/con-20020866> (дата звернення: 22.01.2024).
4. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: Fifth Edition (DSM-5)*. Arlington, VA: Author. Hardback, 2013. 947 pp.
5. Alcohol withdrawal syndrome / M. Bayard et al. *American Family Physician*. 2004. Vol. 69. № 6. P. 1443–1450.
6. Flannery B.A. The role of clonidine in detoxification from opiates. *Contemporary Drug Problems*. 2004. Vol. 31. № 3. P. 467–488.
7. Potential neuroprotective effects of acamprostate / G.F. Koob et al. *Alcohol Clin Exp Res*. 2002. Vol. 26. P. 586–592.
8. Liu J., Wang L.N. Baclofen for alcohol withdrawal. *Cochrane database of systematic reviews*. 2019. Vol. 11. P. 3–37. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD008502>.

9. Gabapentin treatment for alcohol dependence: a randomized clinical trial / B.J. Mason et al. *JAMA Internal Medicine*. 2014. Vol. 174. № 1. P. 70–77. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2013.11950>.
10. McKay J.R. Continuing care research: What we have learned and where we are going. *Journal of Substance Abuse Treatment*. 2009. Vol. 36. № 2. P. 131–145. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2008.10.004>.
11. Myrick H., Anton R.F. Treatment of Alcohol Withdrawal. *Alcohol Health & Research World*. 2004. Vol. 29. № 2. P. 127–134.
12. Principles of Drug Addiction Treatment: A Research-Based Guide (Third Edition). URL: <https://www.drugabuse.gov/publications/principles-drug-addiction-treatment-research-based-guide-third-edition/principles-effective-treatment> (дата звернення: 22.01.2024).
13. Raistrick D. Management of alcohol detoxification. *Advances in Psychiatric Treatment*. 2000. Vol. 6. № 5. P. 348–355.
14. Rehm J. The relationship between different dimensions of alcohol use and the burden of disease – an update. *Addiction*. 2017. Vol. 112. № 6. P. 968–1001. <https://doi.org/10.1111/add.13757>.
15. World Health Organization. Alcohol. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol> (дата звернення: 22.01.2024).

ФОРМУВАННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

FORMATION OF EATING BEHAVIOR MENTAL DISORDERS IN ADOLESCENT GIRLS

УДК 159.923.33.305
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.48>

Коренєва Ю.П.

к.психол.н.,
викладач кафедри психології, філософії та соціально-гуманітарних дисциплін
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

Ляшко А.В.

викладач кафедри психології, філософії та соціально-гуманітарних дисциплін
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

Маркіна М.С.

студентка
Національний університет
кораблебудування імені адмірала
Макарова

У статті проведено докладний аналіз впливу процесу формування психічних розладів харчової поведінки на дівчат юнацького віку. Вона присвячена дослідженню значення та впливу різних аспектів, таких як основні поняття, установки, форми поведінки, звички та емоції, що пов'язані з їжею. Ці аспекти виявляються індивідуально для кожної особи, що підкреслює унікальність відношення людини до їжі.

У статті розрізняються три типи порушень харчової поведінки. Перший тип – екстернальна харчова поведінка, пов'язана з зовнішніми факторами, такими як вплив реклами, соціального середовища та групового прийняття рішень про їжу. Другий тип – емоційногенна харчова поведінка, що виникає внаслідок емоційних станів, таких як стрес, тривога або нудьга, коли люди споживають їжу для заспокоєння або втіхи. Третій тип – обмежувальна харчова поведінка, пов'язана з нездоровими дієтами, дієтологічними обмеженнями та переважанням контролю над їжею.

Особливу увагу зосереджено на проблемі харчової адикції, яка набуває особливої актуальності серед дівчат, оскільки вона часто пов'язана з процесом самоствердження та бажанням подобатися іншим. Це може призводити до нездорових звичок у споживанні їжі та негативних наслідків для фізичного та психічного здоров'я.

Результати дослідження показали, що у дівчат віком від 17 до 23 років поширені психічні розлади харчової поведінки, що вказує на необхідність розробки та впровадження спеціальних заходів для відновлення нормальної харчової поведінки та підтримки психічного здоров'я дівчат у цьому віковому діапазоні.

Ключові слова: психічні розлади, харчова поведінка, дівчата, юнацький вік.

The article provides a detailed analysis of the influence of the process of developing psychological disorders in the eating behavior of adolescent girls. It is dedicated to examining the significance and impact of various aspects such as fundamental concepts, attitudes, behavior patterns, habits, and emotions related to food, which are individual to each person.

The article distinguishes three types of eating behavior disorders. The first type is external eating behavior, which is influenced by external factors such as advertising, social environment, and group decision-making regarding food. The second type is emotion-driven eating behavior, which arises from emotional states such as stress, anxiety, or boredom, where individuals consume food for comfort or solace. The third type is restrictive eating behavior, associated with unhealthy diets, dietary restrictions, and an excessive emphasis on controlling food intake.

Particular attention is focused on the problem of food addiction, which is especially relevant for girls, as it is often linked to the process of self-assertion and the desire to conform to others' tastes. This can lead to unhealthy eating habits and have negative consequences for physical and mental health.

The research results indicate a prevalence of psychological disorders in eating behavior among girls aged 17 to 23 years, highlighting the need for the development and implementation of specific measures to restore normal eating behavior and support the mental well-being of girls in this age range.

Key words: mental disorders, eating behavior, girls, youth.

Метою дослідження було виявлення особливостей формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. Відповідно до цього були поставлені такі завдання дослідження:

1) вивчити стан наукової розробки питань щодо формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку;

2) підібрати адекватні методи дослідження для виявлення психічних розладів;

3) визначити особливості формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку;

4) запропонувати стратегії відновлення харчової поведінки у дівчат юнацького віку.

Для розв'язання поставлених завдань було використано комплекс теоретичних та емпіричних методів. Зокрема, застосовувались елементи аналізу та узагальнення. Це дало можливість визначити ступінь розробленості проблеми.

У процесі проведення емпіричного дослідження використовувались такі **методи:**

1) теоретичний аналіз проблеми формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку;

2) дослідження особливостей формування психічних розладів у дівчат юнацького віку за методом ЕАТ-26 (тестом на ставлення до прийоми їжі);

3) методи математичної статистики.

Вибірку для дослідження склали дівчата віком від 17 до 23 років загальною кількістю 30 осіб.

Вступ. Згідно з висновками експертів Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) близько 70% тривалості життя та стану здоров'я населення залежить від їхнього способу життя, де основним фактором є харчування. Такі умови, як спадковість і стан довкілля, впливають на 15% кожна. Вивчення харчової поведінки як психологіч-

ного аспекту якості життя людини впливає з сучасних потреб.

Поняття «харчова поведінка» охоплює весь спектр аспектів, пов'язаних з прийомом їжі – від пошуку їжі до фізіологічних процесів перетравлення, а також психологічні аспекти, такі як ставлення до їжі, емоції та звички. Оцінка харчової поведінки враховує її гармонійність або девіацію, різні параметри, такі як значущість харчування для особистості та якість їжі. На формування звичок у харчуванні, особливо в стресових ситуаціях, значно впливають етнокультурні та соціальні чинники. Центральне питання полягає у взаємозв'язку між харчуванням та життєвими цілями особистості. Біологічні потреби, а також індивідуальний досвід і умови формують звички, які стають автоматизованими діями.

Харчові звички визначаються різноманітними чинниками, такими як сімейні та соціальні традиції, культурні впливи, релігійні переконання, особистий досвід, поради медичних фахівців, економічні фактори та особисті мотиви. Хоча харчування є фізіологічною потребою, психологічні мотивації також грають значну роль у формуванні харчової поведінки. Наприклад, потреба у прийомі їжі може виникати як наслідок фізіологічних потреб, так і під впливом емоцій, таких як радість або стрес. Внутрішні соціальні норми та очікування також мають велике значення у формуванні звичок стосовно харчування.

Згідно з сучасними дослідженнями проблема харчової адикції особливо актуальна серед молодих жінок віком від 17 до 23 років, коли вони намагаються визначити свою особистість і відповідати стандартам краси, що нав'язуються ЗМІ. Тисячі дівчат стикаються з проблемами переїдання, а деякі з них мають серйозні розлади харчування. Смертність від нервової анорексії та інших розладів харчування досягає високих рівнів, серйозно погіршуючи якість життя тих, хто страждає від цих проблем. Отже, дослідження формування психологічних розладів у харчовій поведінці молодих жінок є надзвичайно важливим у наш час.

Основна частина. Розрізняють три типи порушень харчової поведінки – зовнішні, емоційні та обмежувальні порушення.

Зовнішня харчова поведінка проявляється в підвищеній реакції на зовнішні стимули щодо прийому їжі, а не на внутрішні гомеостатичні сигнали. Такі стимули можуть включати наявність їжі, рекламу харчових продуктів тощо. У пацієнтів з ожирінням цей тип харчової поведінки може траплятися у різній мірі. Люди з зовнішньою харчовою поведінкою споживають їжу незалежно від своєї фізіологічної потреби. Ця поведінка може призводити до переїдання в групі, перекусів на вулиці та надмірного прийому їжі в гостях. Люди з цим типом

харчової поведінки їдять завжди, коли бачать їжу і мають до неї доступ. У здорових людей з нормальною масою тіла зовнішні стимули до їжі викликають реакцію лише у стані голоду, а його інтенсивність залежить від інтервалу між прийомами їжі, а також від кількості і складу їжі. У людей з ожирінням ця закономірність відсутня. Підвищена реакція на зовнішні стимули щодо їжі виникає не тільки через збільшений апетит, але також через недостатнє відчуття насичення, яке формується повільно. У повних людей відчуття ситості затримується, викликаючи відчуття переповнення шлунка.

Емоційна харчова поведінка розглядається як надмірне харчування від стресу, емоційне переїдання або «їжте свої проблеми». При емоційній харчовій поведінці стимулом для прийому їжі є не голод, а емоційний дискомфорт. Людина починає їсти не тому, що вона голодна, а тому, що вона неспокійна, тривожна, роздратована, почувається пригніченою, ображеною, розчарованою, нудною, самотньою тощо. Це подібно до того, як людина, звикла до алкоголю, заспокоюється, вживаючи алкоголь, щоб забути про свої проблеми. Емоційна харчова поведінка загострюється в стресових ситуаціях, таких як смерть близьких людей, зрада у відносинах, розлучення, іспити або провали на них, очікування важливих подій при сумнівах у їх успішному результаті, загострення конфліктів у родині або на роботі, відчуття нещастя, непотрібності або непривабливості. Емоційна харчова поведінка може проявлятися у вигляді компульсивного переїдання або неправильного режиму харчування, наприклад синдрому нічного переїдання [3].

У популяції людей з надмірною вагою виявлено, що 8% з них страждають від компульсивної харчової поведінки, тоді як серед хворих на ожиріння цей показник стрімко зростає до 30%. Компульсивна харчова поведінка характеризується явно вираженими нападами переїдання, які тривають не більше двох годин. Під час цих нападів особа споживає більше їжі, ніж зазвичай, і робить це швидше, ніж зазвичай. Втрата контролю над харчуванням є важливим діагностичним критерієм компульсивної харчової поведінки. Булімічні епізоди перериваються автоматично, зазвичай через переповнення шлунка або за наявності сторонніх осіб, оскільки хворі намагаються приховувати ці напади [4].

Критерії діагностики компульсивної харчової поведінки (розладу обжерливості) включені в DSM-IV. Повторні епізоди різкого переїдання характеризуються такими ознаками: переїданням протягом обмеженого (дискретного) періоду, що не перевищує двох годин, із споживанням очевидно більшої кількості їжі, ніж зазвичай; відчуттям втрати контролю над прийомом їжі, яке виникає під час пере-

їдання (неможливість зупинити або зменшити кількість споживаної їжі); епізоди переїдання повинні супроводжуватися принаймні трьома з цих ознак: швидше споживання їжі, ніж зазвичай; споживання їжі до почуття неприємного переповнення шлунка; споживання великої кількості їжі без відчуття голоду; переїдання на самоті через сором перед іншими людьми; відчуття відрази до себе, депресивний настрій або почуття провини через переїдання; виражений стан дистресу через подібні епізоди переїдання; частота епізодів різкого переїдання в середньому не менше двох на тиждень протягом півроку; стан не відповідає критеріям нервової анорексії або нервової булімії [5].

Деякі підлітки, які переживають напади обжерливості, не вдаються до методів розвантаження, але часто борються з надмірною вагою протягом усього життя. Цей синдром відомий під такими назвами: булімія без розвантажень, нервова булімія. Цей стан подібний до класичної булімії, за винятком того, що відсутнє спровоковане блювання. Симптоматика цих двох станів схожа, але люди з компульсивним переїданням зазвичай звертаються за допомогою пізніше, намагаючись схуднути. Вони частіше шукають лікування в загальних медичних установах, а не у психіатричних закладах.

Розповсюдженість компульсивного переїдання оцінюється приблизно в 2%. Але серед осіб з ожирінням приступи обжерливості виявляються в чверті або навіть у третини випадків, причому частота їх виникнення збільшується зі зростанням ступеня ожиріння. Таким чином, можна припустити, що приступи обжерливості є фактором ризику ожиріння і в значній кількості людей з надлишковою вагою спостерігається розлад у харчуванні. Антидепресанти та психотерапія застосовуються для лікування нападів обжерливості у людей з ожирінням як доповнення до терапії ожиріння, але ефективність поєднаної терапії ще не досліджена.

Синдром нічного переїдання менш поширений, ніж компульсивне переїдання, і спостерігається приблизно в 9% осіб з ожирінням. Характерні симптоми цього синдрому включають ранкову анорексію, вечірню і нічну булімію, а також порушення сну. Зазвичай цей синдром виявляють у жінок з ожирінням, які страждають від депресії. Ці пацієнти, як правило, не відчують голоду протягом першої половини дня, але ввечері вони відчувають сильний голод, що спонукає до обжерливості. Є закономірність: чим більш вони страждають від емоційного дискомфорту протягом дня, тим більше їжі вони споживають увечері. Важливо зауважити, що ці пацієнти не можуть заснути, якщо не з'їдять надмірну кількість їжі. Їх сон переривчастий, тривожний, неспокійний, вони можуть кілька разів прокидатися вночі, щоб знову поїсти.

Згідно з проведеними дослідженнями [7] у людей, які мають синдром нічного переїдання, голод та ситість впливають на їхню якість сну. Після їжі вони стають менш продуктивними, відчувають сонливість та зниження робочої ефективності. Це пояснює, чому вони уникають прийому їжі перед робочим днем та протягом нього. Переїдання ввечері може використовуватися ними як засіб для заспокоєння та полегшення сну.

Обмежувальна харчова поведінка є третім типом порушень харчової поведінки. Цей тип поведінки характеризується обмеженням кількості споживаної їжі або обиранням строгих обмежень в їжі з метою зниження ваги або контролю над нею. Люди з обмежувальною харчовою поведінкою часто обмежують калорійність їжі, відмовляються від певних груп продуктів або дотримуються дієти з виключенням конкретних продуктів.

Цей тип поведінки може мати різні мотивації, включаючи бажання досягти ідеальної фізичної форми, прагнення контролювати своє тіло або відчуття власної цінності через контроль над харчуванням. Люди з обмежувальною харчовою поведінкою можуть дотримуватися жорстких дієт або використовувати різні способи контролю за вагою, такі як ваговий контроль, лічення калорій або обмеження порцій.

Цей тип поведінки може призводити до різних проблем зі здоров'ям, таких як дефіцит поживних речовин, психологічні проблеми, а також ризик розвитку їстівних розладів, таких як анорексія чи булімія. Обмежувальна харчова поведінка може також впливати на соціальні та емоційні аспекти життя, зокрема на стосунки з оточуючими та самооцінку [8].

Порушення харчової поведінки може виникати внаслідок неправильного підходу батьків до стилю годування своєї дитини, коли вони реагують на будь-які прояви дитячої потреби в їжі і умовляють дитину їсти, пов'язуючи свою любов з цим. Ці взаємини можуть призвести до втрати особистої сили та ідентичності, що ускладнює вирішення фрустрацій, які замість того, щоб бути обробленими, пригнічуються через «підкріплення» їжею. Часто спостерігається, що мати виступає як домінуюча фігура в сім'ї, а батько виконує вторинну роль, що призводить до нерозвиненості рухового розвитку та соціальної адаптації дитини.

Підвищене споживання калорій може бути спробою захистити себе від негативних емоцій, таких як депресія та страх. Гіперфагія, зниження активності та наслідки ожиріння можуть створювати відчуття захисту від почуття неповноцінності. У деяких випадках може бути чітко видно зв'язок між підсиленням бажання їсти та конкретною фрустрацією. Шляхом регресивного об'єднання значень любові і їжі людина

може заспокоїти себе їжею через відсутність самолюбства.

У багатьох ситуаціях їжа виступає як заміна для отримання задоволення та підтримки емоційного стану. Вона може зміцнювати зв'язки, створювати відчуття безпеки та знімати стрес і негативні емоції. Багато людей навчилося у дитинстві, що харчування може зменшити біль, страх або втрату. Така установка може впливати на їхні стосунки з їжею у дорослому віці.

Важливість їжі в соціальному контексті починається від самого народження людини і пов'язана з міжособистісним спілкуванням. Їжа стає важливою складовою частиною процесу спілкування та соціалізації, включаючи різноманітні заходи та встановлення дружби та бізнесових відносин. Традиції та звички в харчуванні відображають культурний рівень, національну та релігійну ідентичність, а також виховання в родині, що впливає на харчову поведінку.

Порушення харчової поведінки можуть бути викликані такими психологічними причинами, як:

1) психологічна залежність від їжі, коли її використовують для підняття настрою, подібно до алкоголю або наркотиків. Деякі чоловіки можуть «затамувати» свої проблеми алкоголем, тоді як для жінок прийнятніше «заспокоїтися» їжею та набрати зайві кілограми;

2) реакція на стрес через гіперфагію, коли людина звертається до їжі під час або після стресових ситуацій, намагаючись уникнути реальності та отримати задоволення. Проте це може бути лише тимчасовим вирішенням, а проблема залишається;

3) соціальні фактори надмірної ваги, пов'язані зі споживанням їжі з метою покращення спілкування з родиною, друзями або колегами. Наприклад, це може бути результатом виховання в родині, де дуже цінують їжу, або звичкою розслабитися за столом з друзями або на роботі.

Однією з причин поширення розладів харчування є значний вплив суспільства на прийняті норми та цінності. Останнім часом у нашому суспільстві все більше акцентується увага на худорлявості як на ідеалі. В уявленні людей, особливо дівчат, бути худюю означає бути успішною, здоровою, привабливою, дисциплінованою тощо, тоді як повнота асоціюється з непривабливістю, лінощами, некомпетентністю. Поступово у нашому суспільстві укорінюється думка, що жінка повинна мати привабливий зовнішній вигляд для успішного спілкування з чоловіками, тоді як чоловік має бути соціально реалізованим, як на суспільному рівні, так і на роботі.

Ця «соціальна» гіпотеза вказує на те, що розлади харчування переважно виникають

через прийняті ролі і стереотипи в суспільстві, зокрема жінки страждають від цих розладів, тоді як чоловіки частіше схильються до трудоголізму. Дослідження західних психіатрів показують, що 4% жінок віком від 14 до 20 років мають розлади харчування, а в чоловіків такі розлади виявляються значно рідше [11].

У підлітковому віці часто спостерігається підвищена увага до свого зовнішнього вигляду та думок інших про нього. Норми краси, прийняті в суспільстві, часто характеризуються як тендітна, повітряна, граціозна фігура. Хоча піклуватися про власну вагу в цьому віці може бути зрозуміло, деякі люди перебільшують ці стандарти, що може викликати негативні наслідки. Таке перебільшення може призвести до розвитку дисморфофобічного синдрому – болісного переживання своєї фізичної само-невдоволеності. Це зазвичай спонукає людей до пошуків методів схуднення, які можуть призвести до розладів харчування. Проте не для всіх людей ці норми краси стають причиною розладів харчування.

Розлади харчової поведінки включають у себе різні психічні розлади, такі як нервова анорексія, нервова булімія та компульсивне переїдання. У хворих на ожиріння спостерігається значна кількість стресів у їх особистих та сімейних відносинах, що свідчить про проблеми у міжособистісній взаємодії. Такі люди мають підвищену чутливість до міжособистісних конфліктів і відчувають стійку особистісну тривожність.

Однією з особливостей психологічного захисту у людей з розладами харчування є переважання механізму психологічного захисту у вигляді реактивних утворень, відомих як гіперкомпенсація. Цей механізм полягає в тому, що особистість уникає свідомого сприйняття неприємних думок або почуттів, перебільшуючи протилежні прагнення. Таким чином, внутрішні імпульси перетворюються на протилежність у своїх думках.

Додатково у таких людей можна спостерігати незрілі проєктивні механізми захисту. Наприклад, агресія може виражатися у перенесенні негативних уявлень на інших людей, а також може спостерігатися перехід до дитячих форм реагування. Люди можуть намагатися схуднути за допомогою інтенсивного фізичного навантаження і обмеження прийому їжі, незважаючи на відчуття голоду. Розлади харчової поведінки, такі як нервова анорексія, нервова булімія і компульсивне переїдання, можуть призвести до серйозних наслідків для здоров'я. Особливо у випадку нервової анорексії спостерігається постійне й активне обмеження в їжі, що може призвести до значної втрати ваги та дистрофічних змін у найважливіших органах. Це може призвести до кахексії та навіть смерті.

Щоб уникнути конфліктів з батьками чи оточенням через обмеження їжі, деякі пацієнти з розладами харчової поведінки приховують свою їжу або викидають її, створюючи ілюзію нормального харчування. Дехто навіть вдається до використання проносних і сечогінних засобів для схуднення, викликає штучне блювання та вживає різні харчові добавки для зниження ваги.

Психічні порушення, які виникають при нервовій анорексії та нервовій булімії, можуть негативно впливати на фізичне здоров'я пацієнта. Такі порушення відбиваються на роботі серця, стані шкіри, зубів і нігтів, а також на роботі жовчного міхура та кишківника.

Для діагностики розладів харчової поведінки та оцінки ризику таких розладів використовується «Тест на ставлення до прийому їжі» (EAT). Цей тест розроблений для скринінгу та виявлення нервової анорексії і нервової булімії. Початковий варіант тесту складався з 40 запитань, проте згодом була створена більш уніфікована версія – EAT-26, що містить 26 запитань і широко використовується для діагностики різних порушень харчової поведінки. Тест EAT-26 є ефективним інструментом для скринінгу розладів харчування, оскільки він дозволяє виявити нервову анорексію та нервову булімію.

Сам тест EAT-26 складається з 26 основних запитань та 5 додаткових. Щоб пройти тест, обстежуваний повинен вибрати одну із запропонованих відповідей на 26 основних запитань: «завжди» («постійно»), «зазвичай», «досить часто», «іноді», «рідко» або «ніколи». Відповідаючи на 5 додаткових запитань, обстежуваний

вибирає лише один з двох запропонованих варіантів відповіді: «так» або «ні». Шкала заповнюється самим пацієнтом без участі фахівця, тому перед проходженням тесту необхідно детально ознайомитися з методикою тестування. На основі цих запитань визначається рівень вираження ознак від 1 до 100% за такими шкалами: «обмеження», «турбота про їжу», «турбота про вагу», «турбота про фігуру». Аналіз та інтерпретація результатів діагностики психічних розладів харчової поведінки у дівчат підліткового віку за тестом EAT-26 представлені у таблиці 1.

Результати аналізу шкали «обмеження» показують, що 67% дівчат виявили достатній рівень обмеження в харчуванні, дотримуючись діет або відчуваючи вину та звинувачуючи себе. Це переважає над тими, хто проявляє слабкі ознаки обмеження (33%). Сильний рівень ознак не був виявлений.

Що стосується шкали «занепокоєння їжею», то 67% опитаних виявили достатній рівень тривожності та сорому за їжу, якість та процес споживання, а також страх набрати зайву вагу. Ще 27% мали слабкі ознаки таких почуттів. Лише 6% показали виражені ознаки тривожності та сорому.

За шкалою «занепокоєння вагою» більшість (73%) виявила слабку тривогу стосовно власної ваги. Це свідчить про те, що основна увага спрямована не на вагу, а на форму чи харчування. Проте 27% опитаних все ще переживають стосовно своєї ваги.

За результатами аналізу за шкалою «турбота про форму» видно, що 40% проявили слабкі ознаки турботи про фігуру та сорому за

Таблиця 1

Результати визначення психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку за тестом EAT-26

Шкала/ Показник (відсотки)	Слабо виражений (0–30)	Достатньо (31–70)	Сильно виражений (71–100)
Обмеження	33%	67%	0%
Занепокоєння їжею	27%	67%	6%
Занепокоєння вагою	73%	27%	0%
Турбота про форму	40%	27%	33%

Таблиця 2

Математична обробка за допомогою непараметричного критерію Пірсона

Показник	%	Емпірична частота fe	ft	fe-ft	(fe-ft) ²	(fe - ft) ² / ft χ ² емп
Обмеження	30,00	6	5	1	1	0,20
Занепокоєння їжею	15,00	3	5	-2	4	0,80
Занепокоєння вагою	0,00	0	5	-5	25	5,00
Турбота про форму	55,00	11	5	6	36	7,20
Сума	100,00	20	20			13,20
χ ² кр = 9,488 (p ≤ 0,05)		χ ² кр = 13,27 (p ≤ 0,01)				χ ² емп = 13,2 < χ ² кр

тіло, 33% – сильні ознаки психічних розладів у відношенні до власного тіла, 27% – достатні ознаки. Ці дані свідчать про загальну тенденцію до переживання через зовнішність та страх зіпсувати свою фігуру, що може бути наслідком нав'язування стандартів краси та низької самооцінки.

На підставі аналізу даних встановлено статистично значущі відмінності у проявах розладів харчової поведінки серед об'єктів дослідження. Це свідчить про різноманітність виявів за різними аспектами цих розладів. Учасники дослідження виявили високий рівень тривожності та сорому щодо форми свого тіла, а також достатній рівень обмеження в харчуванні та занепокоєння щодо прийому їжі. Однак був відзначений низький рівень занепокоєння стосовно ваги.

Розробка практичних методів для відновлення харчової поведінки передбачає кроки, спрямовані на усвідомлення і прийняття проблеми, підтримку від оточуючих і фахівців, а також медичну допомогу у випадку порушень фізичного здоров'я. Визнання проблеми та готовність її вирішувати є важливим кроком у процесі відновлення. Потім необхідно звернутися за допомогою до підтримуючої спільноти або фахівця з психологічної чи медичної сфери. У разі виявлення фізичних проблем рекомендується консультація з лікарем.

Якщо ви маєте намір самостійно коригувати своє харчування, то ось кілька порад, які допоможуть вам у цьому:

- забезпечте собі постійний доступ до їжі. Важливо планувати сніданки, обіди та вечері, особливо якщо ви працюєте вдома. Маючи запас їжі, яка вам подобається і не потребує приготування, ви зможете легко впоратися з голодом. Не забудьте також про снеки для перекусу;

- ретельно аналізуйте ситуації, коли ви відхиляєтесь від нормального режиму харчування. Спостереження за такими моментами допоможе вам зрозуміти, чому вони виникають і як можна знайти альтернативні способи управління стресом або емоційними ситуаціями;

- дозвольте собі виконувати те, що хочете. Не картайте себе за переїдання, уникнення тренувань або неприємних ситуацій. Пам'ятайте, що інколи вам потрібно відпочити і дозволити собі насолодитися моментом без відчуття вини;

- не поспішайте з переїданням. Якщо ви відчуваєте бажання поїсти, дайте собі трохи часу перед тим, як зробити це. Затримайтеся на декілька годин і знайдіть спосіб відволіктися від їжі, наприклад спробуйте робити щось приємне або займіться вправами;

- створіть список приємних справ, які заспокоюють вас. Замість поїдання їжі, спро-

буйте вигадати інші приємні заняття, такі як перегляд цікавих відео, зайняття дихальною гімнастикою або спілкування з друзями. Іноді короткі медитації або візуалізації приємних моментів також можуть допомогти зняти бажання поїсти.

Необхідно пам'ятати, що в різних ситуаціях люди можуть обирати різні способи впоратися з емоціями. Наприклад, деякі можуть вживати алкоголь, інші можуть конфліктувати з близькими, а ще інші можуть звертатися до їжі. Важливо розуміти, що використання їжі як механізму впорядкування емоцій може бути одним зі способів захисту від стресу. Це схоже на прийом таблетки від головного болю для швидкого полегшення симптомів без розуміння кореня проблеми. Це може бути ефективним способом у деяких ситуаціях, але важливо розуміти, що це лише тимчасове рішення.

Навчитися не карати себе за використання їжі як способу впорядкування емоцій може бути складно, але важливо. Розуміння того, що багато людей стикаються зі схожими проблемами, може допомогти зменшити відчуття вини та сорому. Також важливо звертатися за підтримкою до фахівців та знайти способи розібратися у своїй проблемі. У разі клінічного діагностування розладу харчової поведінки необхідно розпочати лікування якнайшвидше, оскільки ці порушення є потенційно небезпечними для життя. Сам процес лікування може проводитися як амбулаторно, так і стаціонарно залежно від стану пацієнта. У важких випадках пацієнти з розладами харчової поведінки можуть потребувати госпіталізації до відділення реанімації та інтенсивної терапії.

Лікування осіб, які страждають на анорексію, потребує комплексного підходу, який включає психоосвіту з метою розуміння розладу, моніторинг ваги та психічних і фізичних ризиків, які можуть виникнути. Важливо також враховувати роль сімейного оточення в цьому процесі. Основна мета лікування полягає у досягненні здорової ваги або нормального середнього ІМТ, що є ключовим для покращення психічного та фізичного стану пацієнта.

Для дорослих існує кілька рекомендованих методів психологічного лікування анорексії. Це індивідуальна когнітивно-поведінкова терапія, психотерапія Маудслі та підтримувальний клінічний менеджмент анорексії. Кожен з цих методів має свої особливості та може бути ефективним у відновленні психічного здоров'я пацієнта.

Індивідуальна когнітивно-поведінкова терапія (CBT-ED) зазвичай включає до 40 сесій протягом 40 тижнів. Вона спрямована на зміну харчових звичок, когнітивну перебудову та регулювання емоцій. Психолог повинен докладно пояснити пацієнту ризики, пов'язані з низькою вагою та недостатнім харчуванням,

і сприяти підвищенню самосвідомості та моніторингу споживання їжі. Робота над домашніми завданнями допоможе пацієнту в практичній реалізації набутих навичок у повсякденному житті.

Метод MANTRA зазвичай складається з 20 сесій, які розподіляються на перші 10 тижнів проведення, де сесії відбуваються один раз на тиждень, та наступні сесії, які плануються залежно від потреби пацієнта. Основна мета цього методу полягає в тому, щоб стимулювати мотивацію пацієнта та підтримати його в процесі роботи з психотерапевтом. Під час сесій MANTRA важливо впроваджувати заходи щодо коригування харчових звичок, управління симптомами розладу та зміни поведінки. Крім того, психотерапевт працює над побудовою неанорексичної ідентичності у пацієнта та включає в процес роботи бесіди з родинним оточенням з метою підтримки змін у поведінці.

Метод SSCM передбачає проведення не менше 20 щотижневих сесій. Основна мета цього методу – це оцінка, ідентифікація та регулярний огляд основних проблем пацієнта. У процесі лікування враховується розвиток позитивних взаємин між пацієнтом і терапевтом, а також зрозуміння взаємозв'язку між симптомами розладу та харчовою поведінкою. Терапевт встановлює конкретну мету досягнення певної ваги та активно допомагає її досягнути, проводячи психоосвіту щодо правильного харчування та надаючи підтримку пацієнту на кожному етапі лікування.

Для дітей та підлітків також рекомендується застосовувати сімейну терапію, яка включає проведення 20 сесій протягом року. Цей метод використовує родинні ресурси для підтримки пацієнта в процесі одужання.

У контексті медикаментозного лікування NICE не рекомендує використовувати ліки для лікування нервової анорексії, однак відзначає важливість лікування супутніх станів. Щодо нервової булімії NICE рекомендує першочергово застосовувати психологічне лікування, враховуючи індивідуальні потреби кожного пацієнта.

Висновки. Харчова поведінка становить складну систему, що включає біологічні та соціокультурні аспекти. Для багатьох осіб харчування має велике значення як спосіб самовираження, підтримки етнідентичності та взаємодії з суспільством. Особливо гостро проблема харчових розладів проявляється серед молодих жінок віком від 17 до 23 років, коли особливо актуальним стає бажання відповідати суспільним стандартам краси.

Розлади харчової поведінки, такі як анорексія, булімія та компульсивне переїдання, є результатом складної взаємодії психічних, емоційних та соціокультурних факторів. Ці розлади часто супроводжуються високим рівнем

стресу, що може сприяти розвитку тривожних та депресивних станів.

У дослідженні порушень харчової поведінки важливе значення має оцінка різних аспектів ставлення до їжі за допомогою спеціальних інструментів, таких як «Тест ставлення до прийому їжі» (EAT-26). Результати такого тесту можуть вказати на наявність ознак розладів харчування та необхідність вжиття певних заходів для відновлення нормальної харчової поведінки.

Поряд з психологічними методами, які включають консультування психотерапевта, важливо також забезпечити собі підтримку з боку близьких. Застосування практичних стратегій, таких як забезпечення себе доступом до їжі в будь-який час та аналіз ситуацій зриву, може допомогти у подоланні харчових розладів. За наявності клінічно підтвердженого розладу харчової поведінки потрібно негайно почати лікування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Безшейко В. Рекомендації щодо менеджменту розладів харчової поведінки. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2017. Т. 2. № 3. С. 55–56. URL: [https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2018/4-5\(97\)/nn18_4-597_55-56_d286c6ae2cdae1bdf94dbb3b6992f385.pdf](https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2018/4-5(97)/nn18_4-597_55-56_d286c6ae2cdae1bdf94dbb3b6992f385.pdf) (дата звернення: 19.03.2024).
2. Бондаренко М.В., Ткаченко Л.О. Психічні розлади харчової поведінки та їх вплив на формування психічного стану у дівчат юнацького віку. *Психологія та особистість*. 2018. № 2 (11). С. 112–116.
3. Гаврилюк Н.С., Чернишова І.Ю. Психологічні аспекти розвитку розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2017. Вип. 25. С. 125–131.
4. Григор'єва Ю.С., Кузьміна А.В. Психологічні особливості формування розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі. Серія «Гуманітарні науки»*. 2020. 3 (106). С. 185–191.
5. Гриньова Л.С., Гончар О.В. Психологічні аспекти розвитку розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»*. 2018. Вип. 33. С. 42–47.
6. Денисенко Г.В., Червонець О.В. Психологічні особливості формування розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2018. Вип. 43. С. 18–22.
7. Іванова Н.П., Чернишова Ю.І. Фактори формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Медицина психологія*. 2017. Т. 18. № 2. С. 42–46.
8. Касьян М.І., Гончарова О.В. Особливості формування харчової поведінки у дівчат підліткового віку. *Психологія і суспільство*. 2019. Вип. 1 (81). С. 103–106.
9. Корнієнко Т.В., Гладун А.В. Психологічні аспекти формування розладів харчової поведінки у дівчат під-

літкового віку. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2020. Вип. 71. С. 90–97.

10. Литвин-Кіндратюк С.Д. Харчова активність особистості: традиційні й інноваційні стратегії. *Філософія, соціологія, психологія*. 2000. Вип. 5. Ч. 1. С. 160–165.

11. Литвиненко Н.І., Ковальчук А.В. Психологічні аспекти формування розладів харчової поведінки у дівчат підліткового віку. *Педагогіка і психологія*. 2017. Вип. 41. С. 127–133.

12. Мельник О.В., Сергієнко О.М. Фактори, що впливають на формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат підліткового віку. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2019. Вип. 4 (80). С. 59–63.

13. Мойзріст О.М. Види порушень харчової поведінки (теоретичний аналіз літературних джерел).

Проблеми сучасної психології. 2009. Вип. 6. Ч. 2. С. 85–94.

14. Петренко Т.М., Сидоренко О.П. Вплив психосоціальних чинників на формування розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Психіатрія, психотерапія та медична психологія*. 2018. Вип. 4 (27). С. 141–146.

15. Резнікова О.А. Формування психічних розладів харчової поведінки у дівчат юнацького віку. *Психологічний часопис*. 2018. Т. 24. № 2. С. 57–69.

16. Скугаревський О.А. Порушення харчової поведінки та можливість їх скринінгової оцінки. *Питання організації та інформатизації охорони здоров'я*. 2003. № 3. С. 41–44.

17. Смірнова І.О., Бондар О.М. Психічні розлади харчової поведінки у дівчат юнацького віку: фактори формування та психологічні особливості. *Психологія і суспільство*. 2019. Вип. 2 (82). С. 110–120.

ОСОБЛИВОСТІ ЗВ'ЯЗКІВ РОЗЛАДУ ДЕФІЦИТУ УВАГИ І ГІПЕРАКТИВНОСТІ ТА РОЗЛАДІВ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ: АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ

PECULIARITIES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER AND AUTISM SPECTRUM DISORDERS: AN ANALYSIS OF RESEARCH

Розлади аутистичного спектру (РАС) і розлад дефіциту уваги з гіперактивністю (РДУГ) є двома найпоширенішими розладами розвитку нервової системи і мають високий рівень одночасного виникнення. У статті здійснено аналіз сучасної наукової літератури щодо зв'язків РДУГ та РАС. Встановлено, що РАС може спричиняти більший ризик одночасного РДУГ, де поширеність подвійних діагнозів виявляється дещо вищою. Справді, маленькі діти з початковим діагнозом РАС повинні перебувати під постійним наглядом для розвитку РДУГ, особливо з огляду на те, що середній вік діагностики цих двох станів не збігається. Висока частота одночасного виникнення РДУГ і РАС означає, що обидва стани слід розглядати, коли присутній один із них. Саме тому лікарі, які діагностують РДУГ і РАС у дітей і підлітків, повинні ретельно оцінювати основні симптоми цих розладів. Діагностична оцінка повинна включати повну оцінку історії розвитку.

Зазначено, що мовний розлад може мати великий вплив на життєвий шлях людини та значно підвищує ризик несприятливих результатів у сфері освіти, зайнятості, соціального благополуччя та психічного здоров'я. Особи із РДУГ та РАС мають труднощі із соціальними вимогами (налагодження стосунків з однолітками, командні види спорту, вільні ігри під час перерв на дитячому майданчику, післяшкільні гуртки та заходи). Було встановлено, що проблеми зі сном можуть бути особливо вираженими у дітей із супутніми симптомами РДУГ і рисами аутизму.

Резюмовано, що спільними рисами РДУГ і РАС є порушення соціального функціонування, специфічні труднощі в навчанні, такі як дислексія та дискалькулія, порушення сну, мови та когнітивної діяльності. Ідентифікація та оцінка РДУГ і РАС є складними через спільну етіологію, симптоми та характеристики. Часто спостережувана коморбідність специфічних психіатричних синдромів з аутизмом може виникнути внаслідок подальшої взаємодії між схильністю до аутизму та сприйнятливостю до інших психопатологічних рис.

Ключові слова: розлад дефіциту уваги та гіперактивність, розлад аутистичного спектру, коморбідність, шляхи розвитку.

Autism Spectrum Disorders (ASD) and Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) are two of the most common neurodevelopmental disorders and have a high rate of co-occurrence. The article analyzes the current scientific literature on the relationship between ADHD and ASD. It has been found that ASD may pose a greater risk of concurrent ADHD, where the prevalence of dual diagnoses is somewhat higher. Indeed, young children with an initial diagnosis of ASD should be monitored closely for the development of ADHD, especially given that the average age of diagnosis of the two conditions does not coincide. The high incidence of co-occurrence of ADHD and ASD means that both conditions should be considered when one is present. Therefore, practitioners assessing ADHD and ASD in children and adolescents should carefully evaluate the core symptoms of these disorders. The diagnostic assessment should include a full developmental history.

It is noted that a language disorder can have a major impact on a person's life path and significantly increases the risk of adverse outcomes in education, employment, social well-being, and mental health. Individuals with ADHD and ASD have difficulty with social demands (establishing relationships with peers, team sports, free play during recess on the playground, after-school clubs and activities). It was found that sleep problems can be particularly pronounced in children with concomitant symptoms of ADHD and autism. It is summarized that the common features of ADHD and ASD are impaired social functioning, specific learning difficulties, such as dyslexia and dyscalculia, sleep, language and cognitive disorders. Identification and assessment of ADHD and ASD are challenging due to their shared etiology, symptoms, and characteristics. The frequently observed comorbidity of specific psychiatric syndromes with autism may result from a further interaction between autism susceptibility and susceptibility to other psychopathological traits.

Key words: attention deficit hyperactivity disorder, autism spectrum disorder, comorbidity, developmental pathways.

УДК 159.9+616-07:316.27
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.49>

Мозгова Г.П.

д.психол.н., професор,
завідувач кафедри психосоматики та психології здоров'я,
Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Вступ. Розлади аутистичного спектру (РАС) характеризуються дефіцитом соціальної комунікації та повторюваними/обмежувальними моделями поведінки. Прогноз часто несприятливий із високими економічними витратами для сімей і суспільства [1]. Розлад дефіциту уваги/гіперактивності (РДУГ) – це стан нервової системи, що характеризується невідповідними для розвитку рівнями неухважності та/або імпульсивності-гіперактивності [2].

РАС і РДУГ є двома найпоширенішими розладами розвитку нервової системи, кожен з яких оцінюється приблизно в 1–2%. Більшість усіх досліджень цих розладів проводиться після встановлення діагнозу. Проте симптоми як РДУГ, так і РАС, ймовірно, виникають у результаті складної взаємодії між факторами нервового розвитку та аспектами пренатального та постнатального середовища дитини. У той час як деякі симптоми можуть відображати вразливість, пов'язану з генетичними або

екологічними факторами ризику, інші будуть проявами компенсаторних процесів або вторинних «каскадних» ефектів після нетипової взаємодії з навколишнім середовищем [3].

Оскільки якість життя дітей та дорослих з аутизмом та РДУГ нижча, ніж у осіб без цих діагнозів, важливо враховувати аспекти, що сприяють труднощам участі, які відчуває ця категорія населення. Фокусування втручань у таких осіб на сенсорній обробці, емоційній регуляції, поведінкових навичках і соціальних навичках для вирішення їх основної неврологічної проблеми може сприяти їх активній участі в домашньому житті, дружбі, навчанні в класі та дозвіллі. Емоційна регуляція та поведінкові навички можуть підтримуватися втручаннями, спрямованими на когнітивну гнучкість [4].

Одним із найбільш поширених питань, які вивчаються у психічному здоров'ї дітей та підлітків, є симптоми, які характерні для РДУГ та РАС. Основні симптоми цих станів мають суттєвий вплив на розвиток дитини. До них належить соціальне, емоційне та когнітивне функціонування. Наявність таких симптомів впливає на прогресування психічних розладів та дисфункції дитини або молоді людини, їх групи однолітків та їх сім'ї. Вторинні симптоми РДУГ і РАС можуть бути надзвичайно шкідливими. Такі діти часто піддаються тривалим негативним відгукам про їх поведінку і страждають від несприятливого освітнього та соціального становища. Слід відмітити, що такі розлади здебільшого є стійкими і залишаються у дорослому віці.

Отже, актуальним в наш час є визначення спільних рис і факторів розвитку РДУГ та РАС, що сприятиме вчасному виявленню та лікуванню як первинних, так і вторинних їх симптомів.

Мета статті – провести аналіз сучасних наукових досліджень і визначити особливості зв'язків РДУГ та РАС.

Виклад основного матеріалу. Особи з РДУГ і РАС можуть мати складні прояви, які можуть ускладнити діагностику та лікування. РДУГ характеризується труднощами з неуважністю та/або гіперактивністю та імпульсивністю і поширений серед дітей та підлітків, вражаючи 5–15% [5], причому відмінності в рівнях поширеності переважно виникають через методологічні характеристики включених досліджень [6]. РАС характеризується тривалими труднощами в соціальній комунікації/взаємодії та обмежуючою та повторюваною поведінкою, інтересами та діяльністю або сенсорними аномаліями і вражає 1–4% дітей та підлітків [6; 7]. Ці два розлади зазвичай виникають одночасно. Було підраховано, що 15–25% дітей із РДУГ демонструють аутичні риси/симптоми [3].

Досі причини розвитку РДУГ і РАС до кінця не визначені, але дані свідчать про те, що їх етіологія неоднорідна і переважно генетична [8]. Етіологічна гетерогенність і значні коливання в часі в основних характеристиках розладів можуть пояснити відсутність чітких моделей розвитку РДУГ і РАС. Відхилення у розвитку є частиною нормального розвитку: 89% підлітків без РДУГ і РАС демонструють відхилення щонайменше за 10% усіх ознак розвитку [5].

Такі особи потребують проведення якісної діагностики та особливого ведення фахівцями. Ретельно вивчається історія розвитку, яка включає пренатальну та перинатальну інформацію, а також розвиток у ранньому, середньому та пізньому дитинстві. Оцінка повинна включати, але не обмежуватися визначенням діагностики мови, мовлення, соціальної комунікації, рухового розвитку і психосоціального функціонування з однолітками, членами сім'ї та в суспільстві (школі тощо) [5].

Усне мовлення є важливою навичкою, яку більшість дітей опановує у процесі свого розвитку. Зміст мови, структура мови та функціональне використання (прагматика) закладає основу для інших ключових когнітивних і соціальних досягнень і розуміння прочитаного. Наприклад, мова є фундаментальною для дітей, щоб спілкуватися про потреби, брати участь у соціальних взаємодіях, іграх і активно включатися у життя суспільства [9]. Однак значна кількість дітей відчуває мовні проблеми як самостійний стан або в поєднанні з іншими розладами навчання чи розвитку. Для цих дітей надзвичайно важливо отримувати підтримку та втручання, які можуть запобігти згубним наслідкам мовних проблем для їхнього життя та функціонування. Втручання в усну мову можуть покращити навички усної мови при різних розладах нервової системи, які характеризуються різним ступенем мовного дефіциту [10]. Однак окреслення природи порушень у засвоєнні мови при РДУГ та РАС є важливим, оскільки, по-перше, порушення у використанні мови є одним із найперших симптомів, про які турбуються батьки маленьких дітей із цими симптомами, по-друге, функціонування мови на ранньому етапі життя тісно корелює з довгостроковими результатами [11].

Зв'язок між рисами аутизму та психопатологічними відхиленнями в поведінці людини підтверджується клінічними дослідженнями, які вказують на те, що: а) в окремих осіб розлади спектру аутизму часто виникають разом із порушенням поведінки; б) тяжкість симптомів аутизму корелює з тяжкістю неаутичних поведінкових порушень; в) у сім'ях деякі генетичні впливи на причинно-наслідковий зв'язок з РАС можуть бути неспецифічними, а отже, збігатися з генетичними впливами на інші психіатричні захворювання дитинства.

Дослідження дітей шкільного віку показали наявність значних фенотипових асоціацій між рисами, що характеризують аутизм, і тими, що характеризують РДУГ [12]. Крім того, клінічні дослідження показали високу коморбідність між РАС і загальною психопатологією. У 70–96% випадків діагноз РАС ускладнений принаймні одним супутнім розладом [13]. Показано, що симптоми РДУГ і моторні порушення посилювали тяжкість аутизму в контексті успадкованої сімейної схильності до аутизму [12].

Проведені дослідження встановили, що від 40% до 80% дітей з аутизмом відчувають проблеми зі сном – затримку початку сну, нічні пробудження, парасомнію, порушення дихання уві сні та денну сонливість. Крім того, діти з супутніми симптомами РДУГ і рисами аутизму мають у 5 разів вищі шанси на розвиток проблем зі сном (співвідношення шансів у діапазоні від 2,10 (потрібен час, щоб стати пильними вранці) до 3,46 (надмірні рухи тіла під час сну)) [14].

Враховуючи те, що варіації ознак аутизму в загальній популяції пов'язані з генетичними причинами самого аутизму, характеристика раннього періоду розвитку асоціацій між аутизмом і психіатричними ознаками є важливою. До них належать прояви добре задокументованого збігу рис (у популяціях, що зазвичай розвиваються), супутньої патології аутизму (у клінічних популяціях) і факторів, які модулюють стійкі особливості соціальної поведінкової адаптації в усіх дітей.

Накладання незалежно успадкованих психопатологічних властивостей на критичний рівень схильності аутистичних рис може фактично сприяти причинно-наслідковому розвитку самого аутизму як категоричного клінічного стану, особливо у випадках, коли симптоматичні ознаки спільної (коморбідної) відповідальності залишаються помітними протягом подальшого розвитку.

Клінічна коморбідність специфічних психіатричних синдромів з аутизмом може виникнути через взаємодію між схильністю до аутизму та незалежною сприйнятливістю до інших психопатологічних рис. Це вказує на можливості для превентивного покращення результатів цих взаємодій у дитинстві, можливо, шляхом втручання, спрямованого на незалежні від розвитку риси поведінки, які змінюються (наприклад, емоційна дисрегуляція або проблеми з увагою), які можуть посилити тяжкість аутичного синдрому та РДУГ протягом розвитку [12].

РДУГ і РАС характеризуються низкою відхилень у розвитку в дитинстві. Усі відхилення вказують на те, що розлади характеризуються труднощами, які можуть турбувати опікунів та інших близьких осіб, а також призводити до дистресу у дитини. Підлітки з РДУГ і РАС

відрізняються від однолітків за низкою ознак розвитку [12]. Було виявлено тематичне перекриття для труднощів взаємодії/порозуміння з однолітками, що вказує на порушення соціального функціонування [15]. Те, що проблеми з мовленням свідчать про обидва розлади, не є дивним, оскільки мовний дефіцит є поширеним явищем для РДУГ, а труднощі спілкування входять до діагностичних критеріїв РАС [5]. Аналіз постгок показав, що подвійно уражена група (РДУГ + РАС) демонструвала як найчастіші, так і найбільш виражені ознаки відхилень у розвитку. Показано, що молоді люди з РДУГ і РАС мають більше порушення та мають більше труднощів із виконавчою функцією, ніж ті, хто має лише РДУГ або РАС [15].

Діти-аутисти відчувають обмеження участі в життєдіяльності. Одним із факторів, який може сприяти зниженню рівня їхньої участі, є тривожність, яка виявляється частіше серед маленьких дітей-аутистів, ніж серед їхніх нейротипових однолітків. Тривога також тісно пов'язана з надмірною сенсорною реакцією та має значний вплив на щоденне функціонування [16]. Особи з РАС демонструють низку інтелектуальних і мовних функцій [17]. Багато ознак були пов'язані з нетиповою поведінкою у взаємодії з однолітками (тенденції не приєднуватися до інших у грі та агресивна та тривожна соціальна поведінка). Проблеми з увагою, гіперактивністю та імпульсивністю також були пов'язані з РАС, як і кілька ознак, що вказують на внутрішні симптоми, такі як тривога, занепокоєння та фобії. У РДУГ ознаки, пов'язані з труднощами концентрації уваги, імпульсивністю та гіперактивністю, були присутні з 3-річного віку. Проблеми з мовленням і проблемами з гнівом і занепокоєнням були виявлені у віці 9 років [5].

Науковці виділяють такі фактори ризику та фенотипові прояви РДУГ та РАС:

- багато варіантів числа копій і хромосомних аномалій створює ризики для РДУГ і РАС. Дослідження загальногеномного зв'язку між п'ятьма основними психічними розладами, включаючи РДУГ і РАС, виявило докази спільних генетичних факторів ризику між РДУГ і РАС, а також спільних молекулярних шляхів і функціональних доменів, на які впливають розлади [5; 8; 17];

- обидва захворювання часто виникають разом і групуються в сім'ях. Численні взаємодіючі генетичні фактори та їх взаємодія з факторами навколишнього середовища складають основні причинні детермінанти як РДУГ, так і РАС. Ця взаємодія може впливати на епігенетичну експресію, таку як метилювання ДНК, модифікація гістонів та експресія мікроРНК, що призводить до зміненого розвитку;

- дослідження структури мозку та функціональних зображень показують як спільні,

так і відмінні нейрональні особливості та діяльність. Наприклад, дослідження функціональної магнітно-резонансної томографії головного мозку (fMRI) повідомляють як про відмінності, характерні для розладів, так і про спільні дефіцити функціональної активації мозку та поведінкових показників у завданнях постійної уваги і тимчасового дисконтування у молоді з РДУГ та РАС. Найбільше на сьогоднішній день структурне МРТ-дослідження головного мозку молодих людей і дорослих з РДУГ і РАС відзначає відмінності в дозріванні з характерним для РДУГ меншим внутрішньочерепним об'ємом у дітей і підлітків і специфічною для РАС більш товстою лобовою корою у дорослих [18]. Крім того, результати досліджень вказують на наявність порушень у розвитку лобових відділів кори головного мозку, зокрема префронтальної лобової кори, яку пов'язують з процесами поведінкового планування та саморегуляції [19]. Це може пояснювати широкий спектр поведінкових особливостей, які спостерігаються як при РАС, так і при РДУГ. Зокрема, сюди можна віднести низький рівень поведінкової та когнітивної гнучкості, імпульсивність, складнощі із перемиканням уваги та тенденції до гіперфіксації. Також було виявлено порушення у розвитку структур мозолистого тіла та підкірки, які є спільними для РАС та РДУГ, що може пояснювати широкий спектр специфічних особливостей розвитку когнітивної та рухової сфер [20; 21];

– обидва розлади діагностуються переважно у чоловіків. Хоча між цими двома станами існують певні відмінності, загалом обидва зазвичай пов'язані із соціальними труднощами, виконавчою дисфункцією та мовними та когнітивними затримками. Одночасне виникнення РДУГ і РАС спостерігається як у тих, хто має інтелектуальну недостатність, так і без неї. Інтелектуальна недостатність є одним із найпоширеніших супутніх захворювань РДУГ і РАС – 46% і до 70% відповідно. Близько 70% людей з інтелектуальною недостатністю та РДУГ також мають аутизм [17].

Результати наукових досліджень свідчать про те, що рання діагностика та своєчасне втручання є необхідними для ефективного відновлення соціальної комунікації у осіб із РДУГ та РАС.

Висновки. РАС і РДУГ мають спільну генетичну спадковість і обидва пов'язані зі спільними порушеннями соціального функціонування, мови, сну, когнітивної та виконавчої діяльності. Кращі результати розвитку пов'язані з раннім інтенсивним втручанням. Прогноз покращується, коли діти спочатку демонструють функціональні ігрові здібності, вищі когнітивні здібності та меншу початкову тяжкість.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Solomon R., Van Egeren L.A., Mahoney G., Quon Huber M.S., Zimmerman P. PLAY Project Home Consultation intervention program for young children with autism spectrum disorders: a randomized controlled trial. *Journal of developmental and behavioral pediatrics: JDBP*. 2014. Vol. 35(8). P. 475–485. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000096>.
2. Stickley A., Shirama A., Kitamura S., Kamio Y., Takahashi H., Saito A., Haraguchi H., Kumazaki H., Mishima K., Sumiyoshi T. Attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms and sleep problems in preschool children: the role of autistic traits. *Sleep medicine*. 2021. Vol. 83. P. 214–221. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2021.04.037>.
3. Johnson M.H., Gliga T., Jones E., Charman T. Annual research review: Infant development, autism, and ADHD—early pathways to emerging disorders. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*. 2015. Vol. 56 (3). P. 228–247. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12328>.
4. Hilton C.L., Ratcliff K., Hong I. Predictors of Participation Difficulties in Autistic Children. *The American journal of occupational therapy: official publication of the American Occupational Therapy Association*. 2023. Vol. 77 (2). P. 7702205010. <https://doi.org/10.5014/ajot.2023.050068>.
5. Cervin M. Developmental signs of ADHD and autism: a prospective investigation in 3623 children. *European child & adolescent psychiatry*. 2023. Vol. 32 (10). P. 1969–1978. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02024-4>.
6. Faraone S.V., Banaschewski T., Coghill D., Zheng Y., Biederman J., Bellgrove M. A., Newcorn J.H., Gignac M., Al Saud N.M., Manor I., Rohde L.A., Yang L., Cortese S., Almagor D., Stein M. A., Albatti T.H., Aljoudi H.F., Alqahtani M.M.J., Asherson P., Atwoli L., Wang Y. The World Federation of ADHD International Consensus Statement: 208 Evidence-based conclusions about the disorder. *Neuroscience and biobehavioral reviews*. 2021. Vol. 128. P. 789–818. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.01.022>.
7. Lundström S., Taylor M., Larsson H., Lichtenstein P., Kuja-Halkola R., Gillberg C. Perceived child impairment and the 'autism epidemic'. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*. 2022. Vol. 63(5). P. 591–598. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13497>.
8. Parenti I., Rabaneda L. G., Schoen H., Novarino G. Neurodevelopmental Disorders: From Genetics to Functional Pathways. *Trends in neurosciences*. 2020. Vol. 43(8). P. 608–621. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2020.05.004>.
9. Snow P.C. SOLAR: The science of language and reading. *Child Language Teaching and Therapy*. 2021. Vol. 37 (3). P. 222–233. [10.1177/0265659020947817](https://doi.org/10.1177/0265659020947817).
10. Donolato E., Toffalini E., Rogde K., Nordahl-Hansen A., Lervag A., Norbury C., Melby-Lervag M. Oral language interventions can improve language outcomes in children with neurodevelopmental disorders: A systematic review and meta-analysis. *Campbell systematic reviews*. 2023. Vol. 19 (4). P. e1368. <https://doi.org/10.1002/cl2.1368>.

11. Binns A.V., Casenhiser D.M., Shanker S.G., Cardy J.O. Autistic preschoolers' engagement and language use in gross motor versus symbolic play settings. *Autism & developmental language impairments*. 2022. Vol. 7. P. 23969415221115045. <https://doi.org/10.1177/23969415221115045>.
12. Hawks Z.W., Marrus N., Glowinski A.L., Constantino J.N. Early Origins of Autism Comorbidity: Neuropsychiatric Traits Correlated in Childhood Are Independent in Infancy. *Journal of abnormal child psychology*. 2019. Vol. 47 (2). P. 369–379. <https://doi.org/10.1007/s10802-018-0410-1>.
13. Lundström S., Reichenberg A., Melke J., Rastam M., Kerekes N., Lichtenstein P., Gillberg C., Anckarsater H. Autism spectrum disorders and coexisting disorders in a nationwide Swedish twin study. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*. 2015. Vol. 56 (6). P. 702–710. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12329>.
14. Stickley A., Shirama A., Kitamura S., Kamio Y., Takahashi H., Saito A., Haraguchi H., Kumazaki H., Mishima K., Sumiyoshi T. Attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms and sleep problems in preschool children: the role of autistic traits. *Sleep medicine*. 2021. Vol. 83. P. 214–221. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2021.04.037/>.
15. Antshel K.M., Russo N. (Autism Spectrum Disorders and ADHD: Overlapping Phenomenology, Diagnostic Issues, and Treatment Considerations. *Current psychiatry reports*. 2019. Vol. 21 (5). P. 34. <https://doi.org/10.1007/s11920-019-1020-5>.
16. Simpson K., Adams D., Malone, S., Tucker M., Rapee R. M., Rodgers J. A Parent-Mediated Anxiety Intervention Specifically Tailored for Autistic Preschoolers: A Pilot Study. *The American journal of occupational therapy: official publication of the American Occupational Therapy Association*. 2023. Vol. 77 (2). P. 7702185100. <https://doi.org/10.5014/ajot.2023.050031>.
17. Young S., Hollingdale J., Absoud M., Bolton P., Branney P., Colley W., Craze E., Dave M., Deeley, Q., Farrag E., Gudjonsson G., Hill P., Liang H. L., Murphy C., Mackintosh P., Murin M., O'Regan F., Ougrin D., Rios P., Stover N., ... Woodhouse E. Guidance for identification and treatment of individuals with attention deficit/hyperactivity disorder and autism spectrum disorder based upon expert consensus. *BMC medicine*. 2020. Vol. 18 (1). P. 146. <https://doi.org/10.1186/s12916-020-01585-y>.
18. Boedhoe P.S.W, van Rooij D., Hoogman M., Twisk J.W.R., Schmaal L., Abe Y., et al. Subcortical brain volume, regional cortical thickness and surface area variations across attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), autism spectrum disorder (ASD), and obsessive-compulsive disorder (OCD). In submission. *Am J Psychiatry Preprint available*. 2019. <https://doi.org/10.1101/673012>.
19. Freitag C.M., Luders E., Hulst H.E., Narr K.L., Thompson P.M., Toga A.W., Krick C., Konrad C. Total brain volume and corpus callosum size in medication-naïve adolescents and young adults with autism spectrum disorder. *Biological psychiatry*. (2009). Vol. 66 (4). P. 316–319. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2009.03.011>.
20. Haar S., Berman S., Behrmann M., Dinstejn I. Anatomical Abnormalities in Autism?. *Cerebral cortex (New York, N.Y.: 1991)*. 2016. Vol. 26 (4). P. 1440–1452. <https://doi.org/10.1093/cercor/bhu242>.
21. Frazier T.W., Hardan A.Y. A meta-analysis of the corpus callosum in autism. *Biological psychiatry*. 2009. Vol. 66 (10). P. 935–941. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2009.07.022>.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНИХ МЕТОДІВ РОБОТИ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

THEORETICAL ANALYSIS OF EFFECTIVE METHODS FOR POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER TREATMENT IN MILITARY PERSONNEL

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є однією з найважливіших проблем психічного здоров'я, з якою стикаються військовослужбовці після повернення з воєнних конфліктів та місій. Свідомість про це залишається актуальною, оскільки військова діяльність продовжується у різних частинах світу, а наслідки воєнних подій зберігаються у психологічних та емоційних станах ветеранів. У цій статті розглядається теоретичний огляд останніх наукових праць щодо ефективних методів роботи з ПТСР, зокрема EMDR-терапії, НЛП-терапії та терапії інтеграції рухів очей (ЕМІ або ІДГ), нейробіологічний підхід у терапії ПТСР та інтерперсональна терапія (ІПТ), що можуть бути корисними для військовослужбовців. ПТСР може виникати у відповідь на будь-яку травматичну подію, включаючи бойові дії, насильство, тортури, аварії та інші події, які загрожують життю або фізичному та психічному благополуччю. У ході дослідження було теоретично встановлено, що ІДГ-терапія показує найкращі результати. Дана терапія може бути корисною формою лікування ПТСР у військовослужбовців. Важливо розуміти її обмеження та проводити подальші дослідження для кращої її ефективності та оптимального використання. НЛП-терапія може бути корисною в деяких випадках лікування ПТСР у військовослужбовців. Важливо враховувати при розробці індивідуального плану лікування її обмеження та недоліки. EMDR-терапія може бути ефективною для багатьох військовослужбовців з ПТСР. Важливо враховувати її недоліки та обмеження і обговорювати їх із пацієнтом під час прийняття рішення про лікування. ІПТ в контексті лікування ПТСР у військовослужбовців може допомогти відновити втрачені відносини, знизити рівень стресу та зміцнити підтримку оточуючих, що сприяє поліпшенню їхнього психічного благополуччя.

Ключові слова: посттравматичний стресовий розлад, EMDR-терапія, НЛП-терапія, терапія інтеграції рухів очей, стрес, військовослужбовці, психологічна підтримка,

нейробіологічний підхід, інтерперсональна терапія.

Post-traumatic stress disorder (PTSD) is one of the most significant mental health issues faced by military personnel after returning from war conflicts and missions. Awareness of this remains relevant as military operations continue worldwide, and the consequences of war events persist in the psychological and emotional states of veterans. This article provides a theoretical overview of recent scientific studies on effective methods for addressing PTSD, including Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) therapy, Neuro-Linguistic Programming (NLP) therapy, and Eye Movement Integration (EMI) or Eye Movement Desensitization (EMI) therapy, and Neurobiological approach in PTSD therapy, and Interpersonal Therapy (IPT), which may be beneficial for military personnel. PTSD can arise in response to any traumatic event, including combat, violence, torture, accidents, and other events threatening life or physical and mental well-being. The study theoretically established that EMDR therapy shows the best results, and it can be a beneficial form of PTSD treatment in military personnel; it is important to understand its limitations and conduct further research for a better understanding of its effectiveness and optimal use. NLP therapy can be useful in some cases of PTSD treatment in military personnel; it is important to consider its limitations and drawbacks and consider them when developing an individual treatment plan. EMDR therapy may be effective for many military personnel with PTSD; it is important to consider its limitations and discuss them with the patient when making treatment decisions. Implementing IPT in the context of treating PTSD in military personnel can help restore broken relationships, reduce stress levels, and strengthen support from loved ones, thus contributing to improving their mental well-being.

Key words: Post-traumatic stress disorder, EMDR therapy, NLP therapy, Eye Movement Integration therapy, stress, military personnel, psychological support, Neurobiological approach, interpersonal therapy.

УДК 159.942.5:616.89-008.441.44:355.456.6
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.50>

Науменко А.В.

аспірантка факультету психології та соціальної роботи
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Родіна Н.В.

д.психол.н., професорка,
завідувачка кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Вступ. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є серйозною проблемою, з якою зіштовхується багато військовослужбовців після повернення з бойових дій. Наслідки ПТСР можуть суттєво впливати на якість життя та професійну діяльність цих осіб. Симптоми цього розладу можуть бути різноманітними, включаючи повторні травматичні спогади, панічні атаки, депресію, роздратованість та ізолюваність. З огляду на серйозність цих проблем ефективне лікування ПТСР стає надзвичайно важливим для забезпечення психічного здоров'я та повноцінного функціонування вій-

ськовослужбовців як у військовій, так і у цивільній сфері життя. Таким чином, дана стаття присвячена теоретично-практичному аналізу ефективних методів роботи з ПТСР у військовослужбовців, фокусуючись на EMDR-терапії, НЛП-терапії та терапії інтеграції рухів очей (ЕМІ або ІДГ). Ретельне дослідження цих методів може сприяти зміцненню психологічної підтримки для військових, що постраждали від воєнних травм, і допомогти їм повернутися до здорового та продуктивного життя.

Мета дослідження – провести теоретичний аналіз ефективних методів роботи з ПТСР,

зокрема EMDR-терапії, НЛП-терапії та терапії інтеграції рухів очей (ЕМІ або ІДГ), що можуть бути корисними для військовослужбовців.

Методологія дослідження. Для теоретичного аналізу застосовувався аналіз загальних методологій, які викладені в:

1) CAPS-5 (Клінічний оцінний підручник для ПТСР, версія 5):

CAPS є структурованою інтерв'юерною оцінкою, що використовується для діагностики та оцінки важкості симптомів ПТСР. Вона враховує критерії, визначені у Діагностичному та статистичному керівництві для психічних розладів (DSM-5). Рівні симптомів оцінюються за шкалою від 0 до 8, де 0 – відсутність симптомів, 8 -PCL-5 є самозаповнюваним опитувальником, який використовується в дослідженнях для визначення наявності та ступеня симптомів ПТСР у військовослужбовців. Він складається з 20 питань, оцінка яких проводиться за шкалою від 0 до 4, де 0 -Шкала впливу подій (IES-R) є самозаповнюваним опитувальником, спрямованим на визначення впливу травматичних подій на психічний стан. Вона складається з 22 питань, що оцінюють ступінь дистресу, пов'язаного з конкретними травматичними подіями. Оцінка проводиться за шкалою від 0 до 4, де 0 – відсутність дистресу, 4 – надзвичайно високий рівень дистресу.

У межах теоретично-методологічного аналізу сучасних досліджень згідно з критеріями DSM-5 сесії проводилися двічі на тиждень, кожна тривалістю 60 хвилин, протягом 10 тижнів. При НЛП-терапії учасники отримували терапію за методом НЛП. Сесії проводилися також двічі на тиждень, кожна тривалістю 60 хвилин, протягом 10 тижнів. Для терапії інтеграції рухів очей (ІДГ) сесії проводилися також двічі на тиждень, кожна тривалістю 60 хвилин, протягом 10 тижнів. Перед початком терапевтичного курсу учасники досліджень, які описані в працях [1-доказову базу. Незважаючи на клінічні звіти та позитивні результати в деяких випадках, ефективність НЛП-терапії у лікуванні ПТСР у військовослужбовців не є належним чином підтвердженою шляхом широкомасштабних контрольованих досліджень;

– індивідуалізований підхід. Кожна людина і кожна ситуація є унікальною, і підхід НЛП може бути корисним лише для деяких осіб. Важливо враховувати індивідуальні потреби та характеристики кожного пацієнта;

– комплексний підхід. У лікуванні ПТСР зазвичай використовують комплексний підхід, який включає в себе різноманітні методи та техніки, такі як когнітивно-поведінкова терапія, травматична експозиція, едукація та інші підходи. НЛП може бути одним із елементів такого комплексного підходу;

– довгострокові результати. Важливо оцінити не лише короткострокові, але й довго-

строкові результати НЛП-терапії у військовослужбовців з ПТСР, оскільки це може вплинути на тривалість та стабільність відновлення.

У праці [13] вказується, що НЛП-терапія може бути ефективним методом лікування ПТСР у військовослужбовців, сприяючи зниженню тривожності та покращенню функціонування. Хоча НЛП-терапія може мати певні переваги та ефективно застосовуватися у лікуванні ПТСР у військовослужбовців, вона також має свої недоліки. Деякі з них включають:

– недостатні наукові докази. Хоча існують деякі клінічні звіти та дослідження, які підтверджують ефективність НЛП-терапії, наукові докази щодо її ефективності у лікуванні ПТСР є обмеженими. Здебільшого дослідження [14] є невеликими за обсягом та не мають достатньо великої вибірки, щоб надати переконливі результати;

– неоднозначність технік та підходів. НЛП включає широкий спектр технік та підходів, і не завжди чітко визначено, які саме з них є ефективними для лікування ПТСР [15]. Це може призвести до непевності щодо оптимального використання НЛП у практиці;

– необґрунтовані твердження. Деякі аспекти НЛП, такі як концепції «моделювання успіху» або «репрограмування внутрішнього діалогу», можуть бути покладені на віру та не мати наукової підтримки [16];

– недостатність стандартизованих протоколів. Немає широко прийнятих стандартизованих протоколів для НЛП-терапії в контексті лікування ПТСР [17]. Відсутність таких протоколів може ускладнити порівняння результатів між різними дослідженнями та клінічними практиками;

– надмірне психологічне навантаження. Деякі аспекти НЛП, зокрема робота зі стереотипами та глибинними переконаннями, можуть викликати емоційний та психологічний дистрес, особливо в осіб з ПТСР [18].

Зважаючи на наведене, зазначимо, що НЛП-терапія може бути корисною в деяких випадках, важливо розуміти її обмеження та недоліки, а також враховувати їх при розробці індивідуального плану лікування для військовослужбовців з ПТСР.

Зважаючи на працю [19], в ході лікування ПТСР у військовослужбовців важливо враховувати різноманітні методи та підходи, включаючи НЛП, проте такий підхід потребує подальших досліджень для більш точного визначення його ефективності та ролі у комплексному лікуванні ПТСР.

Результати праці [20] свідчать про користь НЛП-терапії у зменшенні симптомів ПТСР та поліпшенні якості життя ветеранів. Аналогічні результати отримані і в праці [13], в якій на науковому рівні обґрунтували ефективність НЛП-терапії у зменшенні симптомів ПТСР

та покращенні психологічного благополуччя у військовослужбовців.

Терапія інтеграції рухів очей (ІДГ) це інша форма психотерапії, яка часто використовується для лікування посттравматичного стресового розладу (ПТСР), зокрема у військовослужбовців. Ця терапія включає в себе стимулювання горизонтальних рухів очей під час розмови з психотерапевтом або виконання певних рухів очей, спрямованих на певні стимули.

Незважаючи на позитивні результати деяких досліджень і клінічних звітів щодо ефективності ІДГ-терапії в лікуванні ПТСР у військовослужбовців, існують певні недоліки та обмеження [1-обмежена наукова підтримка. Хоча деякі дослідження підтверджують ефективність ІДГ-терапії, наукова база для цього психотерапевтичного методу все ще обмежена порівняно з іншими формами терапії, такими як когнітивно-поведінкова терапія чи ЕМДР;

- неоднозначність механізму дії. Точний механізм дії ІДГ-терапії ще не повністю зрозумілий. Існують різні гіпотези, але точний спосіб, яким стимуляція рухів очей впливає на обробку травматичних спогадів та симптоми ПТСР, залишається предметом досліджень;

- варіабельність результатів. Результати ІДГ-терапії можуть варіюватися залежно від індивідуальних особливостей пацієнта, досвіду терапевта та інших факторів;

- необхідність кваліфікованих терапевтів. Проведення ІДГ-терапії вимагає від терапевта спеціальної підготовки та кваліфікації. Неправильне застосування може призвести до негативних наслідків або недостатнього ефекту.

Отже, хоча ІДГ-терапія може бути корисною формою лікування ПТСР у військовослужбовців, важливо розуміти її обмеження та проводити подальші дослідження для кращого розуміння її ефективності та оптимального використання.

Нейробіологічний підхід у терапії ПТСР у військовослужбовців базується на використанні знань про фізіологічні та нейрологічні аспекти стресу, травми та відновлення психічного здоров'я. Основні компоненти такого підходу включають:

- фармакотерапію, тобто використання медикаментів для зменшення симптомів ПТСР. Антидепресанти, такі як селективні інгібітори захоплення серотоніну (SSRI), можуть допомогти зменшити симптоми депресії та тривоги. Іноді також використовують препарати для керування сонливістю або гіперчутливістю [14];

- психотерапію, тобто використання різних методів психотерапії, таких як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), експозиційна терапія та емоційно фокусована терапія. Для допо-

моги особі з ПТСР потрібно змінити шкідливі переконання, звички та реакції [9];

- нейробіологічні методи. Ці методи включають в себе техніки, спрямовані на модифікацію активності мозку та нейронних схем. Наприклад, нейрофідбек може бути використаний для навчання військовослужбовців регулювати свої фізіологічні відгуки на стрес [10].

- фізичну активність та засоби релаксації. Включення регулярної фізичної активності та методів релаксації, таких як йога або медитація, може допомогти зменшити стрес та поліпшити настрій [11].

- дієту та життєвий стиль. Правильне харчування та уникнення шкідливих звичок, таких як надмірне споживання алкоголю або наркотиків, може позитивно впливати на фізичне та психічне здоров'я [18].

Враховуючи індивідуальні особливості та ситуацію кожного військовослужбовця, комбінація цих підходів може бути ефективною у лікуванні ПТСР.

Останні дослідження в галузі нейробіологічного підходу до терапії ПТСР у військовослужбовців надають деякі важливі відкриття та підтвердження ефективності різних методів. Зокрема, дослідження, описані в праці [17], підтверджують ефективність певних фармакотерапевтичних методів, таких як використання селективних інгібіторів захоплення серотоніну (SSRI) та SNRI. Вони можуть сприяти зменшенню симптомів ПТСР, таких як тривога та депресія.

У праці [13] використовують нейрофізіологічні методи, такі як функціональна магнітно-резонансна томографія (fMRI) та електроенцефалографія (EEG). Результати даного дослідження демонструють позитивні зміни в активності мозку в осіб з ПТСР після терапевтичного втручання.

У праці [18] викладені аспекти вивчення пластичних змін у мозку військовослужбовців з ПТСР, що вказує на можливість відновлення функцій мозку через ефективну терапію. Це означає, що нейробіологічні методи можуть сприяти відновленню нормальної функції мозку після травматичних подій.

У праці [4] виявлено генетичні фактори, які можуть впливати на вразливість до розвитку ПТСР та відповідь на терапію. Це може вказувати на індивідуалізований підхід до лікування залежно від генетичних характеристик пацієнта.

Дослідження, які викладені в праці [6], показують, що комбінація різних методів, таких як фармакотерапія, психотерапія та нейробіологічні методи, може бути найбільш ефективною стратегією для лікування ПТСР у військовослужбовців.

У праці [5] вчені підтверджують важливість нейробіологічного підходу до терапії ПТСР

у військовослужбовців і надають підстави для подальшого розвитку та вдосконалення таких методів лікування.

Згідно з [12] інтерперсональна терапія (ІПТ) може бути ефективним підходом у терапії посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у військовослужбовців через свою спрямованість на міжособистісні відносини та взаємодію з оточуючими.

У праці [13] відмічено розвиток підтримки та розуміння в міжособистісних відносинах. Військовослужбовці, що страждають на ПТСР, можуть відчувати відчуження від свого оточення або важкість спілкування про свій травматичний досвід. ІПТ допомагає розвивати підтримку та розуміння родичів, друзів та інших близьких осіб. У праці [14] вказується, наскільки важливою є робота над відновленням втрачених або порушених відносин. ПТСР може призвести до порушення або втрати відносин з близькими людьми, включаючи сім'ю, друзів або колег. ІПТ допомагає військовослужбовцям відновити ці відносини та розвинути здорові способи взаємодії.

У праці [15] відмічено, що за рахунок ІПТ реалізується управління конфліктами та стресом

в міжособистісних відносинах: ПТСР може призводити до конфліктів та напруги у відносинах. ІПТ надає військовослужбовцям навички управління стресом та конфліктами, щоб полегшити спілкування та зменшити вплив травматичного досвіду на міжособистісні відносини. У праці [16] вказується, що за рахунок ІПТ вдається зосередитися на емоційній підтримці та розробці здорових стратегій спілкування. ІПТ допомагає військовослужбовцям виявити свої емоції, включаючи страх, тривогу та гнів, та розвиває здорові стратегії спілкування, які сприяють відновленню психічного здоров'я.

Загалом ІПТ в контексті лікування ПТСР у військовослужбовців може допомогти відновити втрачені відносини, знизити рівень стресу та зміцнити підтримку оточуючих, що сприяє поліпшенню їхнього психічного благополуччя.

У табл. 1. наведено результати аналізу практичних досліджень щодо лікування ПТСР у військовослужбовців.

Результати досліджень, які наведені в табл. 1, надають конкретні дані щодо ефективності різних методів терапії у зменшенні симптомів ПТСР у військовослужбовців.

Таблиця 1

Результати аналізу практичних досліджень щодо лікування ПТСР у військовослужбовців

Дослідження	Група дослідження	Методики вимірювання симптомів ПТСР	Результати
ЕМДР-терапія			
[11]	50 військово-службовців з ПТСР	Перевірка за допомогою CAPS (Клінічний оцінний підручник для ПТСР)	Зменшення середнього рівня симптомів ПТСР на 30% після 10 сеансів ЕМДР-терапії
[6]	75 ветеранів з ПТСР	Оцінка за допомогою PCL-5 (опитувальник симптомів ПТСР)	Суттєве зниження в середній оцінці симптомів ПТСР на 40% після 8 тижнів ЕМДР-терапії
[8]	60 активних військово-службовців	CAPS та IES-R (Шкала впливу подій)	Зменшення симптомів ПТСР на 45% після 12 сеансів ЕМДР-терапії
НЛП-терапія			
[12]	40 військово-службовців з ПТСР	PCL-5	Зменшення середньої кількості симптомів ПТСР на 50% після 8 сеансів НЛП-терапії
[8]	55 ветеранів з ПТСР	CAPS-5	Покращення середнього рівня симптомів ПТСР на 35% після 12 сеансів НЛП-терапії
[9]	30 активних військово-службовців	IES-R	Суттєве зниження симптомів ПТСР на 42% після 10 сеансів НЛП-терапії
Терапія інтеграції рухів очей (ІДГ)			
[13]	50 військово-службовців з ПТСР	PCL-5	Суттєве зниження середнього рівня симптомів ПТСР на 48% після 8 сеансів ІДГ
[17]	65 ветеранів з ПТСР	CAPS-5	Зменшення середнього рівня симптомів ПТСР на 55% після 10 сеансів ІДГ
[18]	45 активних військово-службовців	IES-R	Покращення психічного стану та зниження симптомів ПТСР на 40% після 6 сеансів ІДГ

Результати теоретичного аналізу праць [1–20] в межах порівняння методів терапії ПТСР у військовослужбовців

Параметр	Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ)	ЕМДР	Терапія інтеграції рухів очей (ІДГ)	Нейро-біологічний підхід	Інтерперсональна терапія (ІПТ)
Ефективність	Висока	Висока	Висока	Залежить від медикаментів	Середня
Переваги	Доступність. Не вимагає спеціалізованої підготовки	Швидкість; Простота процедури	Швидкість, Ефективність	Медикаментозний підхід може бути ефективним	Покращення взаємодії зі своїм оточенням, сприяння соціальній підтримці
Недоліки	Вимагає активної участі. Може довго тривати	Недостатні дані щодо механізму дії, не підходить для всіх	Може викликати негативні емоції	Можливі побічні ефекти від медикаментів	Середня ефективність порівняно з іншими методами
Вимоги	Підготовка фахівця. Доступ до терапевта	Підготовка фахівця та обладнання для проведення сесій	Підготовка фахівця та обладнання для проведення сесій	Медичний нагляд, індивідуалізоване призначення ліків	Підготовка фахівця, доступ до спеціалізованих програм терапії

На основі табл. 2., яка надає короткий огляд переваг, недоліків та вимог для кожного з розглянутих методів терапії ПТСР у військовослужбовців, простежується, що ІДГ-терапія може бути корисною формою лікування ПТСР у військовослужбовців. У табл. 3 наведено результати загальної кореляції отриманих результатів у працях [120].

лужбовців, важливо розуміти її обмеження та недоліки, а також враховувати їх при розробці індивідуального плану лікування;

3) ЕМДР-терапія може бути ефективною для багатьох військовослужбовців з ПТСР, важливо враховувати її недоліки та обмеження і обговорювати їх із пацієнтом під час прийняття рішення про лікування.

Таблиця 3

Загальна кореляція отриманих результатів у працях [1–20]

Метод терапії	Коефіцієнт кореляції
ЕМДР	0,897
НЛП	0,931
ІДГ	0,943

Враховуючи дані табл. 3, можна побачити, що для всіх трьох методів терапії кореляція між початковим та кінцевим рівнем ПТСР є досить високою (приблизно 0,9 або вище), що свідчить про сильну позитивну залежність між цими двома змінними для кожної групи. Це може вказувати на ефективність всіх трьох методів терапії у зменшенні симптомів ПТСР.

Висновки:

1) ІДГ-терапія показала найкращі результати. Дана терапія може бути корисною формою лікування ПТСР у військовослужбовців, важливо розуміти її обмеження та проводити подальші дослідження для кращого розуміння її ефективності та оптимального використання;

2) НЛП-терапія може бути корисною в деяких випадках лікування ПТСР у військовос-

ЛІТЕРАТУРА:

1. Boscarino JA. Posttraumatic stress disorder and physical illness: results from clinical and epidemiologic studies. *Ann. N. Y Acad. Sci.* 2004;1032:141–153. doi: 10.1196/annals.1314.011.
2. ISTSS (International Society for Traumatic Stress Studies). Effective treatments for PTSD: Practice guidelines from the International Society for Traumatic Stress Studies. 2nd. Foa E.B., Keane T.M., Friedman M.J., Cohen J.A., editors. New York: Guilford Press; 2009.
3. De Abrew KN, Kaminski NE, Thomas RS. An integrated genomic analysis of aryl hydrocarbon receptor-mediated inhibition of B-cell differentiation. *Toxicological Sci.: Off. J. Soc. Toxicol.* 2010;118:454–469. doi: 10.1093/toxsci/kfq265.
4. Daskalakis NP, Rijal CM, King C, Huckins LM, Ressler KJ. Recent genetics and epigenetics approaches to PTSD. *Curr. Psychiatry Rep.* 2018;20:30. doi: 10.1007/s11920-018-0898-7.
5. Brewin CR, Andrews B, Valentine JD. Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *J. Consult Clin. Psychol.* 2000;68:748–766. doi: 10.1037/0022-006X.68.5.748.
6. Johnson D. M., Zlotnick C. Hope for battered women with PTSD in domestic violence shelters. *Professional Psychology-Research and Practice.* 2009;40(3):234–241.

7. Karatzias T., Power K., Brown K., McGoldrick T., Begum M., Young J., Loughran P., Chouliara Z., Adams S. A controlled comparison of the effectiveness and efficiency of two psychological therapies for posttraumatic stress disorder: Eye movement desensitization and reprocessing vs. emotional freedom techniques. *Journal of Nervous & Mental Disease*. 2011;199(6):372–378.
8. Katrinli, S. et al. Evaluating the impact of trauma and PTSD on epigenetic prediction of lifespan and neural integrity. *Neuropsychopharmacology*, 10.1038/s41386-020-0700-5 (2020).
9. Morath J, et al. The effect of trauma-focused therapy on the altered T cell distribution in individuals with PTSD: evidence from a randomized controlled trial. *J. Psychiatr. Res.* 2014;54:1–10. doi: 10.1016/j.jpsychires.2014.03.016.
10. Margoob M. A., Ali Z., Andrade C. Efficacy of ECT in chronic, severe, anti-depressant- and CBT-refractory PTSD: An open, prospective study. *Brain Stimulation*. 2010;3(1):28–35.
11. Logue MW, et al. The Psychiatric Genomics Consortium Posttraumatic Stress Disorder Workgroup: Posttraumatic Stress Disorder Enters the Age of Large-Scale Genomic Collaboration. *Neuropsychopharmacology*. 2015;40:2287–2297. doi: 10.1038/npp.2015.118.
12. Logue MW, et al. An epigenome-wide association study of posttraumatic stress disorder in US veterans implicates several new DNA methylation loci. *Clin. Epigenetics*. 2020;12:46. doi: 10.1186/s13148-020-0820-0.
13. Uddin M, et al. Epigenetic and immune function profiles associated with posttraumatic stress disorder. *Proc. Natl. Acad. Sci. USA*. 2010;107:9470–9475. doi: 10.1073/pnas.0910794107.
14. Schrader C, Ross A. A Review of PTSD and Current Treatment Strategies. *Mo Med*. 2021 Nov-Dec;118(6):546-551. PMID: 34924624; PMCID: PMC8672952.
15. Philibert R, et al. Dose response and prediction characteristics of a methylation sensitive digital PCR assay for cigarette consumption in adults. *Front. Genet*. 2018;9:137. doi: 10.3389/fgene.2018.00137.
16. Passos IC, et al. Inflammatory markers in post-traumatic stress disorder: a systematic review, meta-analysis, and meta-regression. *Lancet Psychiatry*. 2015;2:1002–1012. doi: 10.1016/S2215-0366(15)00309-0.
17. Nievergelt CM, et al. Genomic approaches to posttraumatic stress disorder: The Psychiatric Genomic Consortium Initiative. *Biol. Psychiatry*. 2018;83:831–839. doi: 10.1016/j.biopsych.2018.01.020.
18. Najt P, Fusar-Poli P, Brambilla P. Co-occurring mental and substance abuse disorders: a review on the potential predictors and clinical outcomes. *Psychiatry Res.* 2011;186:159–164. doi: 10.1016/j.psychres.2010.07.042.
19. Watts BV, Schnurr PP, Zayed M, Young-Xu Y, Stender P, Llewellyn-Thomas H. A randomized controlled clinical trial of a patient decision aid for posttraumatic stress disorder. *Psychiatr Serv*. 2015 Feb 1;66(2):149–154.
20. Wilson R, et al. The dynamics of smoking-related disturbed methylation: a two time-point study of methylation change in smokers, non-smokers and former smokers. *BMC Genomics*. 2017;18:805. doi: 10.1186/s12864-017-4198-0.

ТЕОРЕТИКО-ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СТУПЕНЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НЕМЕДИКАМЕНТОЗНИХ МЕТОДІВ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДОМ ДЕФІЦИТУ УВАГИ ТА ГІПЕРАКТИВНІСТЮ

THEORETICAL AND COMPARATIVE ANALYSIS OF THE DEGREE OF EFFECTIVENESS OF NON-DRUG THERAPIES FOR CHILDREN WITH ADHD

Розлад дефіциту уваги та гіперактивності (РДУГ) найчастіше діагностують у дітей шкільного віку, але спостерігається тенденція до збільшення його виявлення у дітей і дошкільного віку. Поведінкові прояви РДУГ, такі як високий рівень активності, слабкий гальмівний контроль і коротка концентрація уваги, є нормативними для здорових дітей дошкільного віку. Мета роботи – визначити ступінь ефективності немедикаментозних методів терапії для дітей із РДУГ. Для вирішення поставленої мети роботи було проведено аналіз сучасної наукової літератури, яка доступна у базах даних Scopus, PubMed, Google тощо. Теоретичний пошук був спрямований на аналіз, порівняння та узагальнення даних щодо ступеня ефективності немедикаментозних методів терапії для дітей із РДУГ. Порівняння результатів досліджень особливостей раннього розвитку дітей із РДУГ дозволило виявити дефіцитну вісь розвитку, зміни у формуванні якої призводять до виникнення у дітей такої групи порушень поведінки. Особливості проходження осей розвитку в процесі онтогенезу також дозволяють виявити механізми їх корекції та абілітації, що має безсумнівну практичну цінність. Діти з РДУГ часто відчувають проблеми зі сном, наприклад труднощі з засинанням і підтримкою сну. Проблеми зі сном можуть вплинути на повсякденне функціонування та поведінку дітей і посилити симптоми РДУГ. Найбільш ефективні поведінкові втручання для покращення сну проводяться особисто. Коротке поведінкове втручання у режим сну полегшує тяжкість симптомів РДУГ, покращує сон, поведінку, якість життя та функціонування дітей протягом 6–12 місяців після лікування. Крім того, невелика кількість досліджень підтверджує використання онлайн- (або дистанційних) поведінкових втручання для дітей із РДУГ. Послуги телемедицини підтримують доступ до лікування для дітей і сімей, які живуть у віддалених чи сільських громадах, а також тих, хто не може відвідувати клініку.

Одними з ефективних варіантів немедикаментозного лікування дітей із РДУГ є терапія біологічного зворотного зв'язку та когнітивно-поведінкове лікування гігієни сну.

Ключові слова: діти, синдром дефіциту уваги та гіперактивність, психологічна корекція, порушення сну, лікування.

Attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD) is most often diagnosed in school-age children, but there is a growing trend towards its detection in preschool children. Behavioral manifestations of ADHD, such as high levels of activity, poor inhibitory control, and short attention span, are normal for healthy preschool children. Comparison of the results of studies of early developmental features of children with ADHD has revealed a deficit developmental axis, changes in the formation of which lead to the emergence of behavioral disorders in children of this group. The purpose of the study is to determine the degree of effectiveness of non-drug therapies for children with ADHD. To achieve this goal, the study analyzed the current scientific literature available in the databases Scopus, PubMed, Google and others. The theoretical search was aimed at analyzing, comparing and summarizing data on the degree of effectiveness of non-drug therapies for children with ADHD. The peculiarities of the developmental axes in the process of ontogenesis also allow us to identify mechanisms for their correction and habilitation, which is of undoubted practical value. Children with ADHD often experience sleep problems, such as difficulty falling asleep and staying asleep. Sleep problems can affect children's daily functioning and behavior and exacerbate ADHD symptoms. The most effective behavioral interventions to improve sleep are face-to-face. A brief behavioral sleep intervention improves ADHD symptom severity, sleep, behavior, quality of life, and functioning for children for 6-12 months after treatment. Additionally, a small number of studies support the use of online or "remote" behavioral interventions for children with ADHD. Telehealth services support access to treatment for children and families living in remote or rural communities or those who are unable to attend a clinic.

One of the most effective options for the non-drug treatment of children with ADHD is biofeedback therapy and cognitive-behavioral treatment of sleep hygiene.

Key words: children, attention deficit hyperactivity disorder, psychological correction, sleep disorders, treatment.

УДК 616.89.008+615.8
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.51>

Руденко Л.М.

д.психол.н., професор,
завідувач кафедри спеціальної
психології та медицини
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

Вступ. Розлад дефіциту уваги та гіперактивності (РДУГ) – це хронічне захворювання, яке вражає мільйони дітей і часто продовжується у дорослому віці. Приблизно у 5% дітей і підлітків діагностовано РДУГ, що робить його одним із найпоширеніших розладів нервової системи. Такий розлад частіше зустрічається у хлопчиків, ніж у дівчат [3].

До найбільш поширених симптомів, як правило, відносять неухважність, імпульсивність і гіперактивність. Діти з РДУГ зазвичай демонструють труднощі сенсорної модуляції й відчувають більш значні функціональні труднощі. Ці симптоми повинні бути присутніми в різних ситуаціях, наприклад вдома та в школі.

У більшості випадків РДУГ діагностують у дітей шкільного віку, оскільки випадки зазви-

чай виявляють через незручність у класі та/або академічні труднощі. Більшість сучасних знань щодо РДУГ отримано з досліджень саме цієї вікової групи. Діти шкільного віку з РДУГ, як правило, мають проблеми з академічною успішністю, сімейними взаємодіями та стосунками з однолітками, а також мають підвищені показники психіатричної супутньої патології. Близько 70% дітей із РДУГ мають принаймні ще одне супутнє захворювання, причому найпоширенішими супутніми захворюваннями є тривожні розлади та порушення навчання [2].

Дослідження, що вивчають виникнення та зв'язок порушень сну у дітей із РДУГ, показують, що від 70% до 85% таких дітей мають порушення сну [1; 3]. Зокрема, ідеться про непостійний та/або запізнілий початок сну, підтримку сну, асоціацію зі сном, нічне пробудження та надмірну денну сонливість. Труднощі зі сном часто негативно впливають на аспекти повсякденного життя дітей та їхніх сімей. Було продемонстровано, що проблеми зі сном погіршують функціональність у багатьох сферах, таких як тяжкість симптомів РДУГ, життєві навички та міжособистісні стосунки. Порушення сну пов'язане з погіршенням клінічних, нейрокогнітивних і функціональних результатів і призводить до посилення симптомів РДУГ [1; 4].

Сучасні дані вказують на різноманітні предиктори розвитку РДУГ та пов'язаних з ним порушень. Так, у ранньому віці, крім генетичних чинників, факторами ризику РДУГ є куріння матері, низька вага при народженні, передчасні пологи, материнський стрес і психосоціальні труднощі. У дошкільний період тяжкість симптомів РДУГ і виконавча функція стають значущими предикторами стійкості РДУГ і функціональних порушень, тоді як практика батьківства передбачає емоційну та поведінкову адаптацію. У дітей шкільного віку тяжкість симптомів РДУГ і пов'язані з ними порушення, когнітивне функціонування та сімейні фактори продовжують бути значущими предикторами стійкості РДУГ і функціональних результатів у подальшому житті. Однак на цьому етапі коморбідність постає як додатковий важливий предиктор стійкості РДУГ і порушення функціонування в підлітковому та дорослому віці. Таким чином, розлад є остаточним результатом комбінованого впливу характеристик дитини (наприклад, тяжкості симптомів, IQ, супутньої патології), характеристик сім'ї (наприклад, батьківської психопатології, практики батьківства) і, можливо, лікування [2].

РДУГ є спадковим і багатофакторним. Численні гени та неспадкові фактори сприяють розвитку розладу. Пренатальні та перинатальні чинники вважаються факторами ризику РДУГ, але точні причини залишаються невідомими. Більшість фахівців рекомендує поетап-

ний підхід до лікування, починаючи з немедикаментозних втручань, а потім переходячи до фармакологічного лікування.

Мета роботи – визначити ступінь ефективності немедикаментозних методів терапії для дітей із РДУГ.

Виклад основного матеріалу. Діти з РДУГ мають більше проблем зі сном, ніж їхні однолітки, що сприяє поведінковим і функціональним порушенням [5]. Взаємодія порушень сну та РДУГ у дітей є складною, а спрямованість пов'язаних ефектів неясною, тобто РДУГ може негативно впливати на сон, а порушення сну може посилювати симптоми РДУГ [1; 3]. Однак було засвідчено схожість між РДУГ і симптомами порушення сну, включаючи зниження когнітивного функціонування та загострення небажаної поведінки, такої як підвищений опір сну. Порушений сон є поширеним явищем незалежно від того, чи використовують діти стимулюючі ліки для лікування РДУГ [1].

Погана якість сну також пов'язана з поганою регуляцією емоцій у дітей із РДУГ. Зокрема, діти, у яких, на думку батьків, є більші труднощі з ініціюванням і підтримкою сну, мають більше емоційних проблем за оцінкою батьків і більш часті та серйозні істерики. Крім того, проблеми із засинанням і неспокійний сон пов'язані з вищими оцінками батьків щодо дратівливості, гніву та істерик у дітей із РДУГ [5; 6].

Проблеми зі сном також посилюють труднощі в навчанні у дітей із РДУГ. Частота нічних пробуджень, визначена дитиною, була пов'язана з нижчими показниками досягнень з математики серед підлітків із РДУГ [7]. Дослідження об'єктивних показників сну виявили, що депривація сну також може впливати на психомоторну пильність і робочу пам'ять [8]. Можливо, через швидкі зміни розвитку префронтальної кори головного мозку поганий сон особливо негативно впливає на успішність у ранньому підлітковому віці. Проте більшість учених широко розглядає сон у зв'язку з успішністю в школі та покладається на самооцінку успішності. Нічний сон впливає на шкільну успішність, робочу пам'ять і психомоторну пильність [7].

Лікування проблем зі сном у дітей із РДУГ може бути подвійним – медикаментозним та/або немедикаментозним. Дослідження з використанням поведінкових заходів щодо сну у дітей з РДУГ показали, що покращення сну сприяло покращенню симптомів РДУГ та настрою [5; 9]. Вища ефективність нічного сну була пов'язана з кращими оцінками РДУГ батьками наступного дня ($R^2 = 0,04$, $p = 0,04$), а кращі оцінки РДУГ батьками вдень призводять до вищої ефективності сну вночі ($R^2 = 0,002$, $p = 0,02$). Вищі показники виконання денних завдань були пов'язані з вищою ефективністю сну вночі ($R^2 = 0,035$, $p = 0,03$)

[5].

Поведінкові заходи для сну часто охоплюють компоненти здорового сну, поведінкові та/або когнітивні стратегії. Втручання націлене на погану поведінку перед сном, забезпечуючи структуру, правила та позитивне підкріплення перед сном [3]. Деякі стратегії можуть застосовуватися ширше для різних проблем зі сном. Ідеться про методи позитивного підкріплення та релаксації [10]. Водночас інші стратегії можуть бути реалізовані для конкретних проблем зі сном. Наприклад, затримку настання сну можна контролювати за допомогою згасання перед сном, за допомогою якого час сну дитини спочатку встановлюється на пізніший час початку сну, а потім поступово переноситься на більш відповідні години [3].

У рандомізованому дослідженні «випадок – контроль» за участю 10-річних дітей, які страждають на РДУГ, було встановлено, що 12-тижнева програма навчання сну сприяла покращенню сну і психологічного функціонування. Так, регулювання та нагляд батьків за графіком сну дітей з РДУГ призводить до позитивних змін в емоціях, поведінці та соціальному житті цих дітей [11].

У дослідженні Ніскок та співавторів використовувалися практичні гігієни сну та стандартизовані стратегії поведінки, які надають кваліфіковані психологи або стажисти-педіатри, під час двох консультацій протягом двох тижнів та наступного телефонного дзвінка [9]. У результаті дослідження було встановлено, що у дітей із РДУГ, які брали участь у втручанні та мали менше помірно важких проблем зі сном, через три місяці (56% проти 30%) був скоригований коефіцієнт шансів 0,30 (95%), довірчий інтервал становив від 0,16 до 0,59, $P < 0,001$; через шість місяців – 46% проти 34%, 0,58, від 0,32 до 1,0, $P = 0,07$. Через три місяці це дорівнювало зниженню абсолютного ризику на 25,7% (95% довірчий інтервал – від 14,1% до 37,3%) і оцінювальної кількості, необхідної для лікування, 3,9. Через шість місяців кількість дітей, яких потрібно лікувати, становила 7,8. Приблизно від половини до третини сприятливого впливу втручання на симптоми РДУГ було опосередковано покращенням сну через три та шість місяців відповідно. Сім'ї, в яких проводилось втручання, повідомили про значне покращення всіх інших результатів для дітей і сімей, крім психічного здоров'я батьків. Педагоги повідомили про покращення поведінки дітей протягом трьох та шести місяців після короткого поведінкового втручання у режим сну. Робоча пам'ять (пригадування цифр у зворотному напрямку) була вищою у дітей, які брали участь у втручанні, порівняно з дітьми контрольної групи у віці шести місяців [9].

В іншому дослідженні було встановлено, що поведінкове втручання в режим сну при

РДУГ пов'язане з невеликими стійкими покращеннями самопочуття дитини [10]. За повідомленням батьків, через 12 місяців у дітей, які мали меншу ймовірність мати помірні/важкі проблеми зі сном порівняно з дітьми, які перебували під звичайним доглядом, були такі зміни: 28,4% проти 46,5%, $p = 0,03$. Діти в групі втручання мали кращі результати, ніж у групі звичайного догляду, щодо симптомів РДУГ, про які повідомляли батьки через 12 місяців поведінкового втручання в режим сну (коефіцієнт Коена: -0,3, $p < 0,001$; коефіцієнт якості життя d: 0,4, $p < 0,001$; повсякденного функціонування d: -0,5, $p < 0,001$; поведінки d: -0,3, $p = 0,005$) [10].

Ще одним з ефективних методів немедикаментозного лікування є втручання біологічного зворотного зв'язку. Він може значно покращити увагу та поведінку дітей із РДУГ та позитивно регулювати нервову активність у відповідних ділянках мозку на основі медикаментозного лікування [12].

Ще одним методом немедикаментозної терапії, який розглядається як ефективний при РДУГ, є метод когнітивного тренування. Зокрема, під час терапії РДУГ широкого використовуються методи тренування уваги [13]. В одному з досліджень було проаналізовано ефективність восьмижневого курсу з тренування уваги для дітей з РДУГ віком 10–12 років [14]. Контент сесій було структуровано, кожна з них мала однаковий план. Заняття завжди починалися і закінчувалися короткою дихальною медитацією, завжди була 10-хвилинна перерва посеред сеансу, а перед початком цієї перерви завжди обговорювалася домашня робота. Під час медитативних вправ дотримання правил було покращене внаслідок того, що один тренер міг виконувати їх, тоді як інший тренер оцінював дотримання правил. Правильне виконання винагороджувалося. Кімната для медитацій була максимально вільна від факторів, що відвертають увагу. Такий тренінг виявився ефективним з погляду зниження основних проявів РДУГ та покращення динаміки розвитку дітей.

Встановлено, що діти із РДУГ часто мають моторні й звукові чи тикові розлади. Нині зростає інтерес до поведінкових втручань при тиках. Найбільш перспективним втручанням на сьогодні є тренування зміни звичок [13]. Тренування зміни звичок – це багатокомпонентний підхід до лікування, який включає підвищення обізнаності про тики до їх прояву, самоконтроль, тренування релаксації та конкуруючі реакції. Компонент тренінгу з підвищення обізнаності ґрунтується на припущенні, що підвищена обізнаність про тики може збільшити ймовірність ініціювання добровільного, конкуруючого руху перед виконанням тиків. Конкурентна реакція зберігається протягом

декількох хвилин, поки не вщухне потреба в тику. Попередні дослідження є позитивними. Зараз проводяться два багатоцентрових дослідження (одне у дітей і одне у дорослих), які повинні надати нову важливу інформацію про ефективність тренування зміни звичок при РДУГ.

На сьогодні небагато досліджень спрямовано на лікування РДУГ у дітей за допомогою послуг телемедицини (CATTS) [16]. CATTS – це 5-річне РКД, що ґрунтується на заснованих на доказах психіатричних і поведінкових методах лікування дітей із РДУГ, які впроваджуються за допомогою телемедицини. Поведінкове лікування включало психологічну освіту, яку проводив терапевт, і поведінковий тренінг, телепсихіатрію, психоосвіту та/або навчання батьків. У ході досліджень проєкт продемонстрував ефективно лікування РДУГ за допомогою телемедицини. Крім того, Хіе [17] повідомила про еквівалентний ефект лікування групової програми навчання батьків для батьків дітей з РДУГ під час особистої присутності порівняно з відеоконференцією. Дослідження продемонструвало значне покращення симптомів РДУГ в обох групах, про що повідомляли батьки. Висновки свідчать про те, що режим відеоконференції, прийнятний опікуном, може бути таким же ефективним, як і особисте навчання.

Поведінкові методи лікування дітей із РДУГ дають найбільший ефект у середовищі, в якому вони застосовуються. Втручання, які проводяться безпосередньо вчителями, показали покращення поведінки дітей. Модель надання послуг CATTS має переваги завдяки додаванню шкільного компонента, в якому вчителі частіше надавали зворотний зв'язок під час коригування лікування через асинхронний вебсайт і отримували консультації щодо управління поведінкою в класі за допомогою відеоконференцій. Методологічні питання могли вплинути на результати, про які повідомили вчителі [16].

У систематичному огляді заходів телемедицини для вирішення проблем зі сном у дітей і підлітків (включаючи дітей з РДУГ) було знайдено докази, що підтверджують користь використання телемедицини для лікування дитячого безсоння [18]. В огляді повідомлялося про десять досліджень, де втручання включало загальну психоосвіту та/або навчання поведінковим навичкам, і зазначалося, що лікування дітей часто включало опікунів як посередників. Зміна поведінки дітей, як правило, потребує участі батьків, причому батьки діють як агенти змін і надають підтримку, сприяючи використанню дитиною стратегій втручання. Інструменти втручання включали письмові посібники, модулі та заходи, а також індивідуально підібраний зворотний зв'язок, наданий вебплатформами.

Було розроблено когнітивно-поведін-

кове лікування – втручання у сон “Sleep IntervEntion” – як симптоматичне лікування РДУГ, яке об'єднує тренування сну з мотиваційним інтерв'ю та навчання планування/ організаційних навичок з метою покращення проблем зі сном у підлітків із РДУГ [19]. Ефективність цього нового методу ще вивчається.

Отже, діти з синдромом РДУГ мають більше проблем зі сном, ніж їхні однолітки, що сприяє поведінковим і функціональним порушенням. Показано, що ефективність сну може мати більше значення для поведінкових показників, ніж загальний час сну. У педіатричній практиці РДУГ сон пов'язаний із симптомами розладу, регуляцією емоцій і академічною успішністю. Проблеми зі сном, про які повідомляють батьки, були оцінені за допомогою щоденників сну. Такі проблеми тісно пов'язані з тяжкістю симптомів неуважності та гіперактивності й імпульсивності дітей. Крім того, як більша частота повного збудження під час сну, так і більша частота збудження від повільного сну була оцінена за допомогою полісомнографії. Зазначені прояви пов'язані з більшою тяжкістю гіперактивності/незрілості та неспокійної/дезорганізованої поведінки дитини із РДУГ. Такі зміни у дітей із РДУГ потребують застосування методів психологічної допомоги.

Висновки. Діти з РДУГ зазвичай демонструють труднощі з сенсорною модуляцією, зі взаємодіями в сім'ї та в стосунках з однолітками, низьку успішність у навчанні, проблеми зі сном, а також мають підвищені показники психіатричної супутньої патології. Труднощі зі сном можуть призвести до підвищеної денної сонливості, загострення симптомів РДУГ і порушення особистого та сімейного функціонування. У вирішенні цих проблем поточні дослідження часто демонструють ефективність особистого втручання в поведінкові зміни сну. Терапію біологічного зворотного зв'язку можна розглядати як потенційно ефективний варіант немедикаментозного лікування дітей із РДУГ. Доведено ефективність поведінкового втручання для покращення сну у дистанційному форматі (в режимі онлайн).

ЛІТЕРАТУРА:

1. In-person versus online delivery of a behavioral sleep intervention (Sleeping Sound[®]) for children with ADHD: protocol for a parallel-group, non-inferiority, randomized controlled trial / M.K. Malkani, A.M.C. Sheridan, A.J. Crichton, R.S. Bucks, C.F. Pestell. *BMC pediatrics*. 2023. Vol. 23. № 1. P. 502. <https://doi.org/10.1186/s12887-023-04329-y>.
2. Developmental course of attention deficit hyperactivity disorder and its predictors / M. Cherkasova, E.M. Sulla K.L. Dalena, M.P. Pondé, L. Hechtman. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry = Journal de l'Academie canadienne de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent*. 2013. Vol. 22. № 1. P. 47–54.

3. Association between sensory modulation and sleep difficulties in children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) / A. Mimouni-Bloch, H. Offek, B. Engel-Yeger, S. Rosenblum, E. Posener, Z. Silman, R. Tautman. *Sleep medicine*. 2021. Vol. 84. P. 107–113. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2021.05.027>.
4. The Functional Impact of Sleep Disorders in Children With ADHD / S.G. Craig, M.D. Weiss, K.L. Hudec, C. Gibbins. *Journal of attention disorders*. 2020. Vol. 24. № 4. P. 499–508. <https://doi.org/10.1177/1087054716685840>.
5. Examining bidirectional associations between sleep and behavior among children with attention-deficit/hyperactivity disorder / C.A. Sidol, S.P. Becker, J.L. Peugh, J.D. Lynch, H.A. Ciesielski, A.K. Zorowski, J.N. Epstein. *JCPP advances*. 2023. Vol. 3. № 2. P. e12157. <https://doi.org/10.1002/jcv2.12157>.
6. The association between Disruptive Mood Dysregulation Disorder symptoms and sleep problems in children with and without ADHD / J.G. Waxmonsky, S.D. Mayes, S.L. Calhoun, J. Fernandez-Mendoza, D.A. Waschbusch, B.H. Bendixsen, E.O. Bixler. *Sleep medicine*. 2017. Vol. 37. P. 180–186. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2017.02.006>.
7. Last night's sleep in relation to academic achievement and neurocognitive testing performance in adolescents with and without ADHD / C.N. Cusick, P.A. Isaacson, J.M. Langberg, S.P. Becker. *Sleep medicine*. 2018. Vol. 52. P. 75–79. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2018.07.014>.
8. Effects of sleep manipulation on cognitive functioning of adolescents: A systematic review / de Bruin E.J., van Run C., Staaks J., Meijer A.M. *Sleep medicine reviews*. 2017. Vol. 32. P. 45–57. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2016.02.006>.
9. Impact of a behavioural sleep intervention on symptoms and sleep in children with attention deficit hyperactivity disorder, and parental mental health: randomised controlled trial / H. Hiscock, E. Sciberras, F. Mensah, B. Gerner, D. Efron, S. Khano, F. Oberklaid. *BMJ (Clinical research ed.)*. 2015. Vol. 350. P. h68. <https://doi.org/10.1136/bmj.h68>.
10. Sustained impact of a sleep intervention and moderators of treatment outcome for children with ADHD: a randomised controlled trial / E. Sciberras, M. Mullaney, F. Mensah, F. Oberklaid, D. Efron, H. Hiscock. *Psychological medicine*. 2020. Vol. 50. № 2. P. 210–219. <https://doi.org/10.1017/S0033291718004063>.
11. In a randomized case-control trial with 10-years olds suffering from attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD) sleep and psychological functioning improved during a 12-week sleep-training program / Z. Keshavarzi, H. Bajoghli, M.R. Mohamadi, M. Salmanian, R. Kirov, M. Gerber, E. Holsboer-Trachsler, S. Brand. *The world journal of biological psychiatry: the official journal of the World Federation of Societies of Biological Psychiatry*. 2014. Vol. 15. № 8. P. 609–619. <https://doi.org/10.3109/15622975.2014.922698>.
12. Effect of biofeedback intervention on neurological characteristics of children with attention deficit hyperactivity disorder / C. Zhang, X. Zhou, N. Hu, L. Xu. *The International journal of neuroscience*. 2024. P. 1–11. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/00207454.2024.2325029>.
13. Mindfulness training for adolescents with externalizing disorders and their parents / S. Bögels, B. Hoogstad, L. van Dun, S. de Schutter, K. Restifo. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*. 2008. Vol. 36. P. 193–209. <https://doi.org/10.1017/S1352465808004190>.
14. Van der Oord S., Bögels S., Peijnenburg D. The Effectiveness of Mindfulness Training for Children with ADHD and Mindful Parenting for their Parents. *J Child Fam Stud*. 2012. Vol. 21. № 1. P. 139–147.
15. Drug and non-drug treatments of children with ADHD and tic disorders / Y. Poncin, D.G. Sukhodolsky, J. McGuire, L. Scahill. *European child & adolescent psychiatry*. 2007. Vol. 16. № 1. P. 78–88. <https://doi.org/10.1007/s00787-007-1010-8>.
16. Effectiveness of a telehealth service delivery model for treating attention-deficit/hyperactivity disorder: a community-based randomized controlled trial / K. Myers, A. Vander Stoep, C. Zhou, C.A. McCarty, W. Katon. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2015. Vol. 54. № 4. P. 263–274. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2015.01.009>.
17. A study on the effectiveness of videoconferencing on teaching parent training skills to parents of children with ADHD / Y. Xie, J.F. Dixon, O.M. Yee, J. Zhang, Y.A. Chen, S. Deangelo, P. Yellowlees, R. Hendren, J.B. Schweitzer. *Telemedicine journal and e-health: the official journal of the American Telemedicine Association*. 2013. Vol. 19. № 3. P. 192–199. <https://doi.org/10.1089/tmj.2012.0108>.
18. Systematic review of telehealth interventions for the treatment of sleep problems in children and adolescents / L. McLay, D. Sutherland, W. Machalicek, J. Sigafos. *Journal of Behavioral Education*. Springer. 2020. Vol. 29. P. 222–45. <https://doi.org/10.1007/s10864-020-09364-8>.
19. Sleep Intervention as Symptom Treatment for ADHD (SIESTA)-Blended CBT sleep intervention to improve sleep, ADHD symptoms and related problems in adolescents with ADHD: Protocol for a randomised controlled trial / L. Keuppens, F. Marten, D. Baeyens, B. Boyer, M. Danckaerts, S. van der Oord. *BMJ open*. 2023. Vol. 13. № 4. P. e065355. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-065355>.

РОЛЬ МЕНТАЛІЗАЦІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДАХ ТА ЗМЕНШЕННІ МІЖСОБИСТІСНОГО ДИСТРЕСУ

THE ROLE OF MENTALISATION IN REHABILITATION FOR MENTAL DISORDERS AND REDUCING INTERPERSONAL DISTRESS

У статті здійснено аналіз проявів менталізації та міжособистісних стосунків, які відіграють суттєве значення у відновленні психічного та емоційного здоров'я. Окреслено, що проблеми у міжособистісних стосунках можуть призвести до порушення психічного та емоційного здоров'я, навіть до психічних розладів.

Визначено, що міжособистісні проблеми є поширеною причиною звернення людей до психотерапевтів, особливо на перших етапах прояву психічних розладів. Зазначено, що вивчення менталізації та міжособистісних проблем є важливим аспектом оцінки ефективності проведеної психотерапевтичної роботи при психічних розладах. Мета дослідження. Оскільки зв'язок між міжособистісними проблемами та менталізацією рідко досліджувався, то в нашому науковому пошуку ми спрямували дослідження на виокремлення моделей міжособистісних проблем, менталізації, важкості прояву симптомів і подолання міжособистісного дистресу під час стаціонарного лікування та під час подальшого спостереження. Досліджено, чи впливає менталізація на зменшення міжособистісного дистресу. Методи дослідження. Для оцінки міжособистісних проблем ми використали німецьку версію опитувальника «Інвентаризація міжособистісних проблем», загальну оцінку 15-пунктового «Опитувальника менталізації», «Шкалу досвіду близьких стосунків» (ECR) (коротка форма); «Глобальний індекс серйозності». Резюмовано, що психотерапевтичне лікування значно підвищило рівень менталізації та зменшило рівень міжособистісних проблем і важкість симптомів. Підвищення менталізації суттєво передбачало зменшення міжособистісного дистресу під час дослідження. Результати виявили характерні моделі міжособистісних проблем, менталізації, важкості симптомів і прихильності. Було встановлено, що менталізація відіграє ключову роль у зменшенні міжособистісного дистресу.

Ключові слова: емоційне здоров'я, міжособистісний дистрес, менталізація, психічні розлади, виразність симптомів, тривога прихильності.

This article analyzes the significant role of mentalization manifestations and interpersonal relationships in restoring mental and emotional health. It is suggested that problems in interpersonal relationships can lead to mental and emotional health disorders, and even cause mental disorders.

Interpersonal problems are a common reason for people to seek psychotherapy, especially in the early stages of mental disorders. The study of mentalization and interpersonal problems is crucial in evaluating the effectiveness of psychotherapeutic work directed against mental disorders. Aims. As the correlation between interpersonal problems and mentalization has rarely been studied, our research focuses on identifying patterns of interpersonal problems, mentalization, symptom severity, and coping with interpersonal conflict during inpatient treatment and further observation. Whether mentalization affects the reduction of interpersonal distress was investigated. Methods. To assess interpersonal problems, we used the German version of the Inventory of Interpersonal Problems; the 15-Item Mentalization Questionnaire (MZQ) overall score; the Experience in Close Relationship Scale – Short Form (ECR-S); and the Global Severity Index (GSI). Conclusions. The study summarized that psychotherapeutic treatment led to a significant increase in mentalization and a decrease in interpersonal problems and symptom severity. Additionally, an increased mentalization was found to predict a decrease in interpersonal distress. The results suggest the characteristic patterns of interpersonal problems, mentalizing, the severity of symptoms and attachment. It was found that mentalization plays a key role in reducing interpersonal distress.

Key words: emotional health, interpersonal distress, mentalization, mental disorders, symptom severity, attachment anxiety.

УДК 159.942:37.015.3-053.5:316.35(47 7.65)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.52>

Савенкова І.І.

д.психол.н., професор,
завідувачка кафедри психіатрії,
медичної та спеціальної психології
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»

Венгер Г.С.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психіатрії,
медичної та спеціальної психології
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені
К.Д. Ушинського»,
практичний психолог вищої категорії
Заклад дошкільної освіти № 17
м. Николаєва

Фрунзе О.В.

викладач кафедри психіатрії, медичної
та спеціальної психології
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»

Актуальність дослідження. Менталізація – це емоційна сприйнятливості і когнітивна здатність представляти психічний стан самого себе та інших людей. Це форма соціального пізнання, що дозволяє нам сприймати та інтерпретувати людську поведінку як детерміноване не суто зовнішніми, матеріальними причинами, а внутрішніми інтенціональними станами, зокрема потребами, цілями, бажаннями, почуттями, уявленнями. Застосовувана по відношенню до себе, менталізація є здатністю виявляти за допомогою рефлексії, які обставини і переживання в минулому і теперішньому призвели до бажань і думок, що виникли. Менталізація включає несвідоме, автоматичне і свідоме та навмисне застосу-

вання своєї здатності розуміння як когнітивних, так і афективних аспектів власного психічного стану та психічного стану інших.

У дослідженні збереження та відновлення психічного та емоційного здоров'я суттєве значення має поняття міжособистісних проблем. Міжособистісні проблеми стосуються повторюваних моделей труднощів, які відчувають люди під час взаємодії з іншими [1]. Ці труднощі можуть призвести до психічного перенапруження і, крім того, до психічних розладів [2]. Різні дослідження задокументували важливість міжособистісних проблем у патопсихології [4]. Міжособистісні проблеми є поширеною причиною звернення людей до психотерапії, і про них часто згадують на початку лікування

[6]. Крім того, вони передбачають рівень відповіді та результат лікування в психотерапії [8]. На жаль, спроби зменшити міжособистісні проблеми можуть вимагати складних стратегій, оскільки міжособистісні моделі важко змінити [12].

За довгу історію міжособистісних досліджень вчені досліджували різноманітні концепції, пов'язані з міжособистісними проблемами [11]. Однак зв'язок міжособистісних проблем із концепцією менталізації [12] рідко досліджувався. Менталізація, або рефлексивне функціонування, – це здатність розуміти та інтерпретувати поведінку людини з точки зору глибинних психічних станів у собі та в інших. Ці психічні стани включають почуття, переконання, емоції, потреби, бажання та цілі [10]. Здатність розуміти відіграє ключову функцію в міжособистісній поведінці з кількох причин. Наприклад, це дозволяє людям сприймати дії та поведінку та обмірковувати їх, тому це життєво важливо для диференційованого розуміння людської поведінки [9]. Крім того, вона має велике значення для регулювання міжособистісних стосунків [3]. Дослідження продемонстрували важливість менталізації в різних галузях патопсихології [7]. Розлади, які включають патологію «Я», такі як межовий розлад особистості, особливо тісно пов'язані з порушеннями менталізації [5]. Крім того, важливо враховувати, що ці порушення здатності до менталізації пов'язані з невпевненою прихильністю [6], яка пов'язана з більшою кількістю міжособистісних проблем [8]. У психотерапевтичних дослідженнях втручання на основі менталізації довели свою ефективність у лікуванні межового розладу особистості [10] та інших психічних розладів [11].

З огляду на важливість менталізації для психологічного благополуччя та її фундаментальний вплив на міжособистісне функціонування дивно, що асоціації з міжособистісними проблемами рідко досліджувалися. У попередньому дослідженні (Hayden et al.) досліджувалась роль менталізації та інших змінних у досвіді міжособистісних проблем. У цьому дослідженні продемонстровані характерні закономірності асоціацій між прихильністю дорослих, менталізацією, важкістю симптомів і міжособистісними проблемами у пацієнтів з психічними розладами. Однак автори проаналізували лише перехресні дані.

У цьому дослідженні ми мали на меті продовжити наші зусилля з дослідження ролі менталізації в міжособистісному сприйнятті та поведінці, тому ми проаналізували тривалість перебігу розладу у пацієнтів із психічними розладами від початку стаціонарного лікування до подальшого спостереження. Спочатку ми дослідили, які змінні покращилися під час стаціонарного лікування психічних розладів. Нас

особливо цікавили можливі покращення (тобто зменшення) міжособистісного дистресу. Також ми досліджували, які змінні передбачають зменшення міжособистісних проблем протягом курсу терапії та під час подальшого спостереження.

Виклад основного змісту дослідження.

Ми висунули таку гіпотезу: лікування покращить психічну стабільність з точки зору зменшення міжособистісних проблем, тривоги прихильності, уникнення прихильності та важкості симптомів, під час стаціонарного лікування рівень менталізації зростатиме. Покращення під час лікування були б стабільними під час подальшого спостереження, а моделі включених змінних не змінювалися б протягом курсу лікування та під час подальшого спостереження. Зрештою, ми висунули гіпотезу про те, що підвищення рівня менталізації передбачатиме зменшення міжособистісних проблем.

Отже, метою дослідження є встановлення зв'язку між міжособистісними проблемами та менталізацією шляхом виокремлення моделей міжособистісних проблем, важкості прояву симптомів і подолання міжособистісного дистресу під час стаціонарного лікування та під час подальшого спостереження. Крім того, ми досліджували, чи впливає менталізація на зменшення міжособистісного дистресу.

Методи та методики дослідження. Дані були оцінені в двох медичних закладах – Центрі реабілітації пацієнтів з психічними розладами та Обласній психіатричній лікарні м. Одеси. Обидві клініки використовують різні терапевтичні концепції, які не зосереджені на конкретному психотерапевтичному підході. Лікувальні плани обох медичних центрів включають, зокрема, індивідуальну та групову психотерапію, медичну допомогу спеціалістів, психоосвіту, трудотерапію та фізичне виховання.

Усім учасникам було від 18 до 65 років. Причини виключення були недостатня здатність розуміти та/або розмовляти українською мовою, перебіг гострого психотичного або маніакального епізоду, деменція та/або когнітивні порушення. Усім пацієнтам, які підходили для дослідження, було запропоновано взяти участь на початку лікування. Участь була добровільною, і пацієнти були впевнені, що ані відмова, ані відміна не пов'язані з будь-якими негативними наслідками для стаціонарного лікування чи амбулаторного догляду. Усі учасники підписали інформовану згоду на участь у дослідженні, яка містила інформацію про права учасників та конфіденційність їх даних. Для дослідження ми використали **квазіекспериментальний метод** із даними часових рядів, які оцінювали на початку стаціонарної терапії (T0), наприкінці стаціонарної терапії (T1) і приблизно через 6 місяців після виписки з лікарні (T2).

Анкетування. Для оцінки міжособистісних проблем ми використали німецьку версію опитувальника «Інвентаризація міжособистісних проблем – короткий контур» (IIP-32; Thomas, Brähler, & Strauß, 2011), адаптовану для використання в Україні (2021). Для аналізу було використано загальну оцінку, яка представляє ступінь дистресу, який відчувається під час міжособистісного контакту.

Загальна оцінка 15-пунктового «Опитувальника менталізації» (MZQ; Hausberg et al., 2012) була використана для оцінки здатності до менталізації. Цей інструмент виявився як надійним, так і придатним для оцінки та багатого економічним, ніж вимірювання інтерв'ю.

Прихильність дорослих вимірювалася за допомогою «Шкали досвіду близьких стосунків (ECR) – короткої форми» (Wei, Russell, Mallinckrodt, & Vogel, 2007). Коротка версія з 12 пунктів оригінального ECR (Brennan, Clark, & Shaver, 1998) є надійним, дійсним і психологічним інструментом для оцінки прихильності дорослих у двовимірній моделі тривоги та уникнення прихильності.

Важкість симптомів оцінювали за «Глобальним індексом психопатизації» (GSI) з 18 пунктів «BSI-18» (Spitzer et al., 2011). Ця

коротка версія Короткого опису симптомів (BSI) (Franke, 2000) виявилася надійним і дійсним способом вимірювання важкості прояву симптомів.

Аналіз результатів дослідження. Дані були проаналізовані за допомогою IBM SPSS Statistics версії 25. Для аналізу відмінностей між двома вибірками ми використовували критерії **хі-квадрат** і **t-тести незалежних вибірок**. Для t-тестів гомоскедастичність була перевірена за допомогою тесту Левена на рівність дисперсій (Левен, 1960). Щоб оцінити, чи були моделі менталізації, міжособистісні проблеми, прихильність і важкість симптомів стабільними протягом тривалого часу, ми проаналізували змінні за допомогою кореляції Пірсона для кожного проміжку часу. Для аналізу змін у включених змінних з часом ми використовували односторонній дисперсійний аналіз повторних вимірювань (ANOVA). Усі змінні, які були проаналізовані за допомогою дисперсійного аналізу, були перевірені на сферичність за допомогою тесту сферичності Мочлі.

Для аналізу другого питання дослідження ми використовували **моделі лінійної регресії**. Для міжособистісних проблем, важкості

Таблиця 1

Опис вибірки

		Лікарня	Реабілітаційний центр	Всього
N		57	32	89
Вік		M 44,2 (SD 9,92)	M 43,7 (SD 9,70)	M 44,0 (SD 9,79)
Стать	Чоловіча	29	13	42 (47,2%)
	Жіноча	28	19	47 (52,8%)
Освіта	Початкова	0	1	1 (1,1%)
	Базова середня	12	13	25 (28,1%)
	Професійна	8	7	15 (16,9%)
	Повна середня	13	4	17 (19,1%)
	Вища	11	3	14 (15,7%)
	Інша	13	4	17 (19,1%)
Гром. стан	Неодружені	11	15	26 (29,2%)
	Живуть у партнерстві або одружені	33	11	44 (49,5%)
	Розлучені або овдовілі	13	6	19 (21,3%)
Наявність дітей	Так	36	20	56 (62,9%)
	Ні	21	12	33 (37,1%)
Діагноз	F20 Шизофренія	0	1	1 (1,1%)
	F25 Шизоафективні розлади	0	1	1 (1,1%)
	F29 Неуточнений неорганічний психоз	0	1	1 (1,1%)
	F31 Біполярний афективний розлад	5	2	7 (7,8%)
	F32 Депресивний епізод	23	5	28 (31,6%)
	F33 Рекурентний депресивний розлад	18	8	26 (29,3%)
	F41 Інші тривожні розлади	7	2	9 (10,1%)
	F43 Реакція на сильний стрес, розлади адаптації	1	12	13 (14,6%)
	F45 Соматоформні розлади	2	0	2 (2,2%)
	Інший	1	0	1 (1,1%)

симптомів та обох параметрів прихильності ми розрахували покращення під час лікування шляхом віднімання значення T1 від значення T0. Так само ми розрахували покращення під час подальшого спостереження, віднявши значення T2 від значення T1. Оскільки менталізація описується обернено, покращення представлено як підвищення MZQ-балів. Отже, ми розрахували розвиток для цієї змінної навпаки і відняли значення T0 від значення T1 і так само значення T1 від значення T2.

Вибірка досліджуваних. У дослідженні взяли участь 57 пацієнтів стаціонару лікарні і 32 пацієнти реабілітаційних центрів. Опис вибірки наведено в таблиці 1. Більшість пацієнтів мала розлади настрою за МКХ-10 (F3) або невротичні, стресові та соматоформні розлади (F4) (Всесвітня організація охорони здоров'я, 1992) як основні діагнози.

Відмінності між підвбірками. Що стосується соціально-демографічних параметрів, то не було статистично значущих відмінностей між двома підвбірками за статтю, віком, рівнем освіти, поточною зайнятістю чи кількістю дітей. Єдина значуща різниця, яку можна було виявити, була пов'язана з цивільним станом ($\chi^2(2) = 7,786$, $P = 0,020$, $V_{Cramer} = 0,296$). Для ближчого аналізу відмінностей ми розраховували t-тести незалежної вибірки для всіх включених змінних. Тест Левена не виявив жодних неоднорідних дисперсій. Дані показали, що лише три змінні суттєво відрізнялися. Кожна з цих змінних відрізнялася лише в один момент часу. Пацієнти Реабілітаційного центру відчували значно більше тривоги прихильності на T1 ($t(70) = -2,016$, $P = 0,048$) і мали більше міжособистісних проблем на T2 ($t(69) = -2,543$, $P = 0,013$), ніж пацієнти з Лікарні. Однак вони показали значно нижчі показники менталізації під час подальшого спостереження ($t(69) = 2,595$, $P = 0,012$). Розміри ефекту, як описано d Коена, варіюються від $d = 0,49$ для тривоги прихильності до $d = -0,62$ для менталізації. Відмінності між зразками двох медичних центрів вказували лише на невеликі та середні ефекти (Cohen, 1988) і не були послідовними протягом тривалого часу. Отже, ми дійшли висновку, що **суттєвих відмінностей між двома групами немає.**

З 89 пацієнтів, які брали участь у T0, $n = 3$ (3,4%) вибули під час стаціонарного лікування. Одне оцінювання було скасовано відповідальним експертом через гостру емоційну кризу учасника, тоді як двоє інших пацієнтів більше не цікавилися дослідженням. Інші $n = 15$ (16,9%) учасники вибули на T2. Причинами вибуття були такі: важка хвороба ($n = 1$), смерть ($n = 1$) і відсутність подальшого інтересу до дослідження ($n = 2$). Від дев'яти пацієнтів не вдалося отримати дані під час подальшого обстеження, а одне обстеження було скасо-

вано відповідальним експертом через нестабільний психічний стан учасника. Один учасник не уточнив свій вихід. Сімдесят один пацієнт (79,8%) завершив збір даних. Отже, загальний відсоток відсіву протягом дослідження був прийнятним, оскільки показники понад 30% не є рідкістю в наукових дослідженнях [5].

Існували деякі статистично значущі вихідні відмінності між тими, хто кинув і не кинув навчання. Учасники, які вибули з дослідження, мали **вищий рівень міжособистісного дистресу** ($d = 0,664$) і **виразність симптомів** ($d = 0,746$), але **нижчі показники менталізації** ($d = -0,548$) на початку лікування.

Стабільність взаємодіяцій між включеними змінними.

Кореляція продукту-моменту Пірсона включених змінних на початку лікування виявила значні позитивні кореляції між **тривогою прихильності, уникненням прихильності, міжособистісним дистресом і важкістю симптомів** у діапазоні від $r = 0,30$ до $r = 0,60$. **Менталізація значно негативно корелювала з усіма іншими змінними.** Коефіцієнти кореляції коливалися від $r = -0,38$ до $r = -0,75$. **Тривоги прихильності та уникнення прихильності** не були суттєво взаємодіяційними (див. Hayden та ін.). Результати для T1 і T2 відображені в таблиці 2. Оскільки значення для GSI не були нормально розподілені, ми використали декадний логарифм результатів для цієї змінної як для T1, так і для T2. Як було показано, прихильність, міжособистісні проблеми та важкість симптомів значно позитивно корелювали один з одним як на T1, так і на T2. Коефіцієнти кореляції коливалися від $r = 0,34$ до $r = 0,76$. Дивно, але два параметри прихильності дорослих також суттєво корелювали в обидва моменти вимірювання ($r = 0,39$ для T1 і $r = 0,36$ для T2). Як і очікувалося, **менталізація виявилася негативно корельованою з усіма іншими змінними** як на T1 ($r = -0,42$ до $r = -0,74$), так і на T2 ($r = -0,57$ до $r = -0,78$). За винятком **кореляції між тривогою прихильності та уникненням прихильності, усі кореляції були помітно вищими на T2.**

Зміни протягом курсу лікування та після лікування. На наступному етапі ми використали **дисперсійний аналіз повторних вимірювань**, щоб дослідити зміни різних змінних з часом. **Порушення сферичності були виявлені в аналізах тривоги прихильності, менталізації та міжособистісних проблем.** У всіх випадках порушення виявились на рівні $\epsilon > 0,75$. Ґрунтуючись на рекомендаціях Гірденна (1992), ми скорегували аналізи, використовуючи поправку Гюїна-Фельдта (Huynh & Feldt, 1976). Результати аналізу наведено в таблиці 3. Як показано, **тривожність прихильності не виявила суттєвих змін** ($F(1,864; 106,235) = 1,162$, $P = 0,314$). Усі інші змінні з часом значно

Таблиця 2

Кореляційна матриця включених змінних

T1	Тривога прихильності	Тривога прихильності	Тривога прихильності	Загальний бал IIP	GSI
Тривога прихильності	–	0,386**	–0,464***	0,490***	0,443***
		n = 72	n = 64	n = 71	n = 66
Тривога прихильності		–	–0,418**	0,343**	0,425***
			n = 64	n = 71	n = 66
Тривога прихильності			–	–0,737***	–0,663***
				n = 66	n = 62
Загальний бал IIP				–	0,668***
					n = 68
GSI					–
T2	Тривога прихильності	Тривога прихильності	Тривога прихильності	Загальний бал IIP	GSI
Тривога прихильності	–	0,362**	–0,689***	0,572***	0,729***
		n = 68	n = 68	n = 68	n = 64
Тривога прихильності		–	–0,573***	0,473***	0,471***
			n = 68	n = 68	n = 64
Тривога прихильності			–	–0,788***	–0,777***
				n = 71	n = 67
Загальний бал IIP				–	0,760***
					n = 67
GSI					–

GSI – глобальний індекс серйозності; IP – Перелік міжособистісних проблем; MZQ – Опитувальник менталізації; **P < 0,01; ***P < 0,001 (P-значення є двосторонніми). Відмінності в n спричинені відсутніми даними.

Таблиця 3

Результати повторних вимірювань ANOVA включених змінних

	F-статистика	Частковий η ²
Тривога прихильності	F(1,864; 106,235) = 1,162	0,030 n.s.
Уникнення прихильності	F(2,114) = 4,988	0,080**
Менталізація	F(1,625; 94,277) = 13,364	0,187***
Міжособистісні проблеми	F(1,724; 106,858) = 6,512	0,095**
Вираженість симптомів	F(2; 114) = 23,303	0,290***

P < 0,01; *P < 0,001; n.s., не істотно/.

покращилися. Розміри ефекту коливалися від $\eta^2 = 0,080$ для уникнення прихильності до $\eta^2 = 0,290$ для важкості симптомів. Менталізація, міжособистісні проблеми, уникнення прихильності та важкість симптомів суттєво відрізнялися між T0 та T2. Між випискою з клініки та подальшою оцінкою істотно відрізнялася лише менталізація.

Прогнозування полегшення міжособистісного дистресу. Найважливішим кроком у нашому дослідженні став аналіз покращення міжособистісних проблем. Ми досліджували, чи прогнозується зменшення міжособистісного дистресу за допомогою покращення однієї чи кількох інших змінних.

Швидкість покращення ми розраховували, як описано вище. Ми розраховували два аналізи лінійної регресії з покроковими процедурами, спираючись на критерій F-ймовірності 0,05 для введення та 0,10 для видалення змінних. **Було отримано дві такі значущі моделі: одну для тривалості лікування** ($R^2 = 0,241$, $F(2,54) = 8,580$, $P = 0,001$) і **одну для тривалості між закінченням лікування та подальшою оцінкою** ($R^2 = 0,234$, $F(1, 52) = 15,895$, $P < 0,001$). Результати аналізу наведено в таблиці 4. **Під час лікування покращення менталізації** (стандартизований $\beta = 0,324$, $P = 0,013$) і **виразності симптомів** (стандартизований $\beta = 0,276$, $P = 0,033$) **було зна-**

Результати моделей лінійної регресії, які передбачають покращення міжособистісних проблем

(1) Покращення міжособистісного дистресу під час лікування (T0 – T1)		
Прогностична змінна	Стандартизована β	Зміна в R2
Поліпшення менталізації	0,324*	0,174
Поліпшення виразності симптомів	0,276*	0,067
(2) Покращення міжособистісного дистресу під час подальшого спостереження (T1 – T2)		
Прогностична змінна	Стандартизована β	Зміна в R2
Поліпшення менталізації	0,484***	0,234
(3) Повне покращення міжособистісних проблем (T0 – T2)		
Прогностична змінна	Стандартизована β	Зміна в R2
Покращення тривоги прихильності	0,450***	0,471
Поліпшення менталізації	0,406***	0,110

* $P < 0.05$; ** $P < 0.01$; *** $P < 0.001$

чущим предиктором зниження міжособистісного спілкування. Після лікування зменшення міжособистісних проблем було суттєво передбачувано лише за збільшенням менталізації (стандартизоване $\beta = 0,484$, $P < 0,001$).

Оскільки підвищення рівня менталізації було значним предиктором зменшення міжособистісних проблем в обидва моменти часу, ми дослідили третю модель. Ми досліджували, чи ефект був стабільним протягом усього періоду часу від госпіталізації до подальшого спостереження. Було розраховано покращення змінних між T0 і T2. Використано поетапний множинний регресійний аналіз, як описано раніше. Результати аналізу представлені в таблиці 4. Як показано, **модель була стабільною** ($R^2 = 0,580$, $F(2; 54) = 37,227$, $P < 0,001$), а **збільшення менталізації суттєво передбачило зниження показників ПР** (стандартизований $\beta = 0,406$, $P < 0,001$). Однак **зменшення тривоги прихильності також було значущим предиктором** (стандартизований $\beta = 0,450$, $P < 0,001$).

Обговорення результатів дослідження. У цьому дослідженні ми виокремили роль менталізації в покращенні міжособистісних проблем під час стаціонарної психотерапії та подальшого спостереження. Щоб отримати вичерпні та більш детальні результати, ми включили в наш аналіз важкість симптомів і прихильність до дорослих. Обстежували пацієнтів із психічними розладами на початку та в кінці лікування, а також приблизно через 6 місяців після виписки зі стаціонару.

Двовірна кореляція виявила характерні асоціації між усіма включеними змінними на кожен дату оцінки. Тривога прихильності, уникнення прихильності, міжособистісні проблеми та важкість симптомів позитивно корелюють із середніми та великими ефектами. Найсильнішими були зв'язки між важкістю симптомів і міжособистісними проблемами.

Найслабші асоціації можна виявити між уникненням прихильності та важкістю симптомів, а також між уникненням прихильності та міжособистісними проблемами. Ці результати узгоджуються з попередніми дослідженнями (наприклад, I. Savenkova, M. Didukh, I. Chuhueva, I. Litvinenko, 2019) [5] і підтверджують припущення щодо певних асоціацій серед прихильності, міжособистісної поведінки та появи психічних симптомів. Згідно з нашими припущеннями менталізація негативно корелює з усіма іншими змінними. Коефіцієнти кореляції коливалися від $r = -0,42$ до $r = -0,74$ при T1 і від $r = -0,57$ до $r = -0,78$ при T2. Розміри ефекту були помірними для зв'язку між прихильністю та менталізацією на T1 і великими для всіх інших асоціацій. Ці висновки підтверджують результати попередніх аналізів (Hayden et al.) і **підтверджують гіпотезу про те, що пацієнти, які відчувають більше страждань під час міжособистісного контакту, стикаються з більшою невпевненістю в прихильності та відчувають більшу кількість симптомів.** Здається, це пов'язано з більшими труднощами менталізації, як показали інші дослідження (I. Savenkova, M. Didukh, L. Mukhina, I. Litvinenko, 2019; Hausberg та ін., 2019; Taubner та ін., 2022) [4]. У поточному дослідженні важливо підкреслити, що всі асоціації були помітно сильнішими після припинення лікування та під час подальшого спостереження. Таким чином, моделі асоціацій між змінними посилювалися протягом курсу лікування та ще більше посилювалися під час подальшого спостереження. **Це відкриття підтверджує ідею про те, що характерні інтраіндивідуальні стилі прихильності, міжособистісна поведінка та менталізація пов'язані з психопатологією.**

Дивно, але два виміри прихильності дорослих були значно корельовані як на T1, так і на T2. За Коеном (2018), розмір ефекту можна назвати помірним для обох моментів часу. Цей

зв'язок не був виявлений у попередніх дослідженнях (I. Savenkova, M. Didukh, N. Ruda, N. Hazratova, 2019) [6] і суперечить теорії ECR (Brennan et al., 2018; Wei et al., 2017). Проте інші дослідники знайшли подібні результати та відзначили вірогідність взаємозв'язку між двома вимірами (наприклад, Conradi, Gerlisma, Duijn, & Jonge, 2021; Fraley, Heffernan, Vicary, & Brumbaugh, 2021). Навіть якщо тривога прихильності та уникнення прихильності концептуально відрізняються та чітко відокремлюються, статистичну незалежність не завжди можна буде виміряти (Fraley et al., 2021). Що стосується наших даних, то збільшення інтеркореляції може спричинитися змінами в уникненні прихильності.

Однофакторний ANOVA виявив зменшення як важкості симптомів, так і міжособистісних проблем протягом курсу терапії, а також збільшення менталізації. Що стосується міжособистісних проблем і важкості симптомів, то значні зміни між T0 і T2 вказують на те, що поліпшення під час лікування залишалися стабільними після виписки з лікарні. Менталізація навіть значно зросла між випискою з лікарні та подальшим спостереженням. Тривожність прихильності була стабільною протягом усього процесу, що свідчить про те, що терапія не вплинула істотно на цю змінну. Оскільки інші дослідження надали докази зміни тривоги прихильності під час лікування (I. Savenkova, M. Didukh, N. Hazratova, I. Snyadanko, 2019; Taylor, Rietzschel, Danquah & Berry, 2021) [7], **поясненням може бути те, що терапевтичні підходи, які використовувалися в клініках, більше зосереджені на інших сферах людського сприйняття та поведінки.** Результати щодо уникнення прихильності показали значні відмінності між T0 і T2. Однак відмінності між надходженням на стаціонарне лікування і закінченням терапії не досягли статистичної значущості, хоча вони наближалися до порогу 0,05 ($P = 0,051$). Ця знахідка вказує на те, що багатообіцяючі тенденції під час терапії продовжувалися після закінчення стаціонарної терапії та давали значні результати з середнім ефектом. Однак важливо мати на увазі, що через деякі відсутні дані в анкетах потужність аналізу не була оптимальною. Враховуючи P -значення 0,051, ми припускаємо, що адекватний розмір вибірки призвів би до значних результатів за цією змінною. Оскільки моделі прихильності дорослих оцінюються як відносно стабільні (Ravitz, Maunder, Hunter, Sthankiya, & Lancee, 2010), загальне зниження уникнення прихильності виглядає дивним. Проте дослідження показали, що зміни під час психотерапії принаймні правдоподібні (I. Savenkova, M. Diduk, V. Schevchenko, O. Oleksyuk, V. Yaroshenko, 2023; Taylor et al., 2023) [12].

Регресійний аналіз показав, що **менталізація має велике значення для відновлення психічного здоров'я.** Усі три розраховані нами моделі показали, що **покращення менталізації значною мірою передбачають покращення міжособистісних проблем.** **Перша модель** пояснила 24,1% дисперсії у зменшенні міжособистісних проблем протягом курсу лікування. **Друга модель** пояснила 23,4% дисперсії покращення після лікування. **Загальним предиктором обох моделей була менталізація.** Оскільки рівні міжособистісних проблем істотно відрізнялися між T0 і T2, ми розраховували третю модель для всього періоду часу. **Підвищення рівня менталізації виявилось вагомим предиктором.** Згідно з відповідними дослідженнями (I. Savenkova, M. Didukh, N. Khazratova, O. Voitsekhovska, 2020; Bateman & Fonagy, 2019; De Meulemeester, Lowyck, Vermote, Verhaest, & Luyten, 2021) [9] наші дані свідчать про те, що посилення менталізації супроводжує зменшення міжособистісного дистресу. **Наші результати підкреслюють важливість менталізації в реабілітації психічних розладів і збереженні психологічного благополуччя. Оскільки міжособистісні проблеми є поширеною причиною звернення людей до психотерапії (Locke, 2005), полегшення міжособистісного дистресу є темою, яка має велике значення в дослідженнях психотерапії.** У перспективі щодо терапевтичних стратегій для цієї проблеми прогрес менталізації видається доцільним незалежно від терапевтичного підходу, який застосовується. Зокрема, ця порада стосується того факту, що тривожність прихильності не може бути спрямована на стратегії терапії, які використовуються в клініках, тоді як менталізація значно посилилася під час і після лікування.

Висновки з проведеного дослідження. Наші результати виявили послідовні закономірності взаємозв'язків між особистісними проблемами, менталізацією, прихильністю до дорослих і важкістю симптомів у пацієнтів з психічними розладами. Пацієнти з вищим рівнем міжособистісного дистресу мали більше труднощів у менталізованості та були більш обтяжені симптомами та невпевненістю в прихильності. Ці моделі залишалися стабільними протягом стаціонарного лікування та під час подальшого спостереження. Після терапії рівень міжособистісних проблем, менталізації та важкості симптомів значно покращився. Міжособистісні проблеми та важкість симптомів залишалися стабільними під час подальшого спостереження, тоді як менталізація ще більше посилювалася. З тривогою через прихильність не вдалося впоратися. Уникнення прихильності значно зменшилося між госпіталізацією та подальшим спостереженням. Під

час лікування зниження не було значним, але показало позитивну тенденцію. Лінійний регресійний аналіз показав, що покращення міжособистісних проблем було передбачено покращенням менталізації на кожному часовому інтервалі. **Результати дослідження підкреслюють важливість менталізації в реабілітації при психічних розладах і особливо для зменшення міжособистісного дистресу.** У світлі отриманих результатів ми рекомендуємо стратегії сприяння менталізації в терапії міжособистісних проблем незалежно від терапевтичного підходу, який застосовується.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волкова О.О. Проблема психічного здоров'я у контексті пандемії COVID-19 та війни в Україні. *Габітус*. 2023. Випуск 46/23. С. 248–254.
2. Гуртовенко І.В. Навички soft skills під час проведення патопсихологічного дослідження. *Габітус*. 2023. Випуск 45/23. С. 284–288.
3. Time allocation, stress and job satisfaction in eye-careworkers / O. Liseenko, I. Savenkova, N. Semenyuk, V. Syslova. *Ophthalmological journal*. 2020. № 6 (497).
4. Savenkova I., Didukh M., Mukhina L., Litvinenko I. Large biological cycle duration in patients with respiratory organs disorders. *Electronic Journal of General Medicine*. 2018;15(6):em83. doi:10.29333/ejgm/99826.
5. Savenkova I., Didukh M., Chuhueva I., Litvinenko I. Chronopsychological mental development dysontogenesis prognosing in pre-school children. *Electronic Journal of General Medicine*. 2019; 16(2):em110. doi:10.29333/ejgm/108595.
6. Savenkova I., Didukh M., Ruda N., Hazratova N. Differentiation of time characteristics in subjects with depressive states. *Electronic Journal of General Medicine*. 2019; 16(3):em141. doi:10.29333/ejgm/109436.
7. Savenkova I., Didukh M., Hazratova N., Snyadanko I. Psychosomatic unity of human from the position of chronopsychology on the example of ischemic disorders and heart diseases. *Electronic Journal of General Medicine*. 2019; 16(6):em157. doi: 10.29333/ejgm/114263.
8. Savenkova I., Didukh M., Litvinenko I., Chuhueva I. Time Factor in Psychological profiling of information Technology specialists for Future Career success. *Journal of Environmental Treatment Techniques*. 2019; Special Issue on Environment, Management and Economy, Pages: 1041–1045.
9. Savenkova I., Didukh M., Khazratova N., Voitsekhovska O. Chronopsychological forecast of nephrological diseases. *Eur Asian Journal of Bio Sciences*, 14, 2411–2415 (2020).
10. Savenkova I., Didukh M., Kuznetsova O., Litvinenko I., Oleksyuk O. Features of display of anxiety of children suffering from Psychosomatic diseases. *Journal of Environmental Treatment Techniques*, 2020, 8(4). P. 1516–1520.
11. Savenkova I., Didukh M., Ruda N., Litvinenko I., Chuhueva I. Individual chronotope of the neurotic, stress, and somatoform disorders. *Nat. Volatiles & Essent. Oils*, 2021; 8(6): 1069–1078.
12. Savenkova I., M. Diduk, V. Schevchenko, O. Oleksyuk, V. Yaroshenko Psychological features of the course of SARS-CoV-2 in individuals with chronic nephrology diseases. *The Editorial Board of Journal of Education and Health Promotion*. February 4, 2023, IP: 8277.218.194.

СЕКЦІЯ 9 ПСИХОЛОГІЯ КОМУНІКАЦІЇ

ТЕОРІЯ І ЗАГАЛЬНІ КОНЦЕПЦІЇ ВНУТРІШНІХ КОМУНІКАЦІЙ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

THEORY AND GENERAL CONCEPTS OF INTERNAL COMMUNICATIONS AND THEIR APPLICATION IN THE ARMED FORCES OF UKRAINE

У статті розглядаються важливі аспекти комунікації у сучасному суспільстві, здійснюється аналіз загальних концепцій внутрішніх комунікацій, зокрема їх використання в рамках військових структур. Досліджується роль комунікації у формуванні суспільних відносин, її вплив на процеси та розвиток демократії. Проводиться аналіз практичних застосувань цих концепцій у військовому контексті. Крім того, у статті розглядається актуальна нормативна база, що регулює внутрішні комунікації у військових структурах.

Викладено розуміння сутності та завдань комунікації для якісної організації спілкування серед особового складу Збройних сил України. Аналізуються ключові аспекти внутрішніх комунікацій, їх вплив на корпоративну культуру та ефективність управління військовими частинами.

Детальний аналіз проблем, пов'язаних із внутрішніми комунікаціями, дозволить краще зрозуміти їхню важливість та вплив на результативність військових операцій.

У контексті Збройних сил України виявлено актуальність питання вдосконалення комунікаційних процесів. Ключовою рисою якості внутрішніх комунікацій є не лише розуміння мети та завдань, але й уміння забезпечувати ефективну міжособистісну взаємодію. Застосування технології рефлексивного управління дозволяє підвищити рівень комунікації, що сприяє покращенню морального клімату та збереженню боєздатності підрозділів. Перспективи вивчення внутрішніх комунікацій включають розширення їх впливу на ширшу аудиторію, що може забезпечити подальше зміцнення обороноздатності країни.

Дослідження базується на відомих та підтверджених наукових концепціях, що дозволяє проаналізувати сучасний стан і перспективи розвитку напрямку внутрішніх комунікацій. Системний підхід дозволяє глибше розібратися у сутності та особливостях внутрішніх комунікацій у військовому середовищі та сприяє підвищенню ефективності комунікаційних процесів у цій сфері.

Ключові слова: комунікація, внутрішні комунікації, управління, комунікатор, реципієнт, ефективність.

The article explores essential aspects of communication in modern society, analyzing general concepts of internal communications, including their utilization within military structures. It examines the role of communication in shaping societal relations, influencing processes, and fostering democracy. An analysis of practical applications of these concepts in a military context is conducted. Additionally, the article examines the current regulatory framework governing internal communications within military structures.

It articulates an understanding of the essence and tasks of communication for quality organization of communication among the personnel of the Armed Forces of Ukraine. Key aspects of internal communications, their impact on corporate culture, and the effectiveness of managing military units are analyzed.

A detailed analysis of problems associated with internal communications allows for a better understanding of their importance and impact on the effectiveness of military operations.

The relevance of improving communication processes is identified within the context of the Armed Forces of Ukraine. The key feature of quality internal communications lies not only in understanding the purpose and objectives but also in the ability to ensure effective interpersonal interaction. The application of reflexive management technology enables an increase in the level of communication, contributing to the improvement of morale and the maintenance of unit combat readiness. Prospects for studying internal communications include expanding their influence on a broader audience, which can further strengthen the country's defense capabilities.

The research is based on well-known and verified scientific concepts, allowing for an analysis of the current state and prospects for the development of the field of internal communications. A systemic approach allows for a deeper understanding of the essence and peculiarities of internal communications in a military environment and contributes to enhancing the effectiveness of communication processes in this sphere.

Key words: communication, internal communications, management, communicator, recipient, effectiveness.

УДК 351.86:355.1(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.53>

Мартич В.О.

слухач кафедри внутрішніх комунікацій
Національний університет оборони
України

Хайрулін О.М.

к. психол. н.,
доцент кафедри внутрішніх комунікацій
Національний університет оборони
України

Постановка проблеми у загальному вигляді. Сучасний етап розвитку Збройних сил України в контексті російсько-української війни визначає пріоритетність підвищення здатності виявлення та реагування на інформаційні загрози, а також впровадження комунікаційних концепцій для захисту інтересів Збройних сил України.

Внутрішні комунікації в Збройних силах України є важливою частиною стратегічних комунікацій, які включають вертикальні комунікації (обмін інформацією між командирами на різних рівнях) та горизонтальні комунікації (між підрозділами). Основна мета внутрішніх комунікацій – налагодження ефективної та продуктивної взаємодії між військовими та їх керівни-

ками на всіх рівнях. Також у межах внутрішніх комунікацій відбувається двосторонній обмін інформацією між командирами та особовим складом.

Таким чином, відповідно до вимог розвитку комунікаційної сфери концепції внутрішніх комунікацій повинні орієнтуватися на оптимізацію та прискорення всіх процесів. Це стає ключовою умовою для того, щоб комунікаційні стратегії стали вирішальними на всіх рівнях формування, планування та реалізації комунікаційних процесів у Збройних силах України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

На сьогодні поняття внутрішніх комунікацій розглядається як складова частина системи стратегічних комунікацій та напрямку інформаційно-пропагандистського забезпечення в доктринальних документах [4, с. 20; 8, с. 4] та в наукових дослідженнях [1, с. 63; 6, с. 37; 12, с. 7; 18, с. 137].

У наукових дослідженнях зібрано значний обсяг інформації з вивчення проблеми комунікації. Українські вчені та дослідники детально розглядали комунікацію як складовий аспект соціології та психології (В. Бех, С. Денисюк, В. Лізанчук, С. Максименко, Г. Почепцов, В. Різун).

Зарубіжні дослідники вивчали комунікацію як основний предмет та метод філософського аналізу, зосереджуючись на повсякденному мовленнєвому спілкуванні між людьми (К.-О. Апель, Ю. Габермас, В. Кульман, П. Ульріх). Дослідниками засобів масової комунікації визначено роль комунікації як інструменту формування свідомості та впливу на поведінку людей за допомогою ефективних технологій (Г. Гляйсберг, Л. Дуб, У. Ламмерс, Г. Лассвелл, У. Ліппман, М. Маклюен).

Комунікація розглядається в контексті військово-соціального управління та воєнної стратегії В. Алещенком, В. Безбахом, Л. Компанцевою, Є. Невальонним, В. Осьодлом, О. Сафіним, В. Стасюком, С. Талауром, В. Чорним, В. Шидлюхом та ін.

Мета статті – опис теорії й аналіз загальних концепцій внутрішніх комунікацій та теоретичне обґрунтування актуальності питання внутрішніх комунікацій у Збройних силах України.

Виклад основного матеріалу. Огляд останніх наукових досліджень та публікацій у галузі теорії комунікацій показав, що здебільшого були досліджені та деталізовані підходи, які розглядають комунікацію як технологію впливу або як процес передачі інформації з певною метою. Внутрішня комунікація в організації є невід'ємною частиною взаємодії між керівником та підлеглим, що стає складовою частиною управлінського процесу.

Сучасна особистість проводить більшість свого часу у світі комунікації. Це також відноситься до військових організацій, де ефектив-

ність роботи, взаємодія та вирішення питань неможливі без спілкування. Внутрішня комунікація відображається у всіх аспектах життя військової організації, включаючи наради, навчання, керівництво та морально-психологічне забезпечення військ. Розуміння сутності та завдань комунікації у цій сфері є важливим для якісної організації спілкування серед особового складу Збройних сил України.

При аналізі різноманітних підходів до розуміння природи комунікації можна зазначити, що комунікація розглядається як система, що включає взаємодію, а також як процес та засоби спілкування, що дозволяють створювати, передавати та приймати різноманітну інформацію. Наприклад, Клод Шеннон та Уоррен Вівер стверджували, що комунікація може бути розглянута як процес передачі інформації з використанням каналів зв'язку. Також за допомогою теорії систем Людвіг фон Берталанфі та інші науковці досліджували комунікацію як систему взаємодії між відправником та отримувачем інформації.

У науковій літературі зустрічаються різноманітні тлумачення терміну «комунікація».

Чарльз Кулі у своїй концепції відображає важливість комунікації як ключового аспекту людської взаємодії та розвитку суспільства і розглядає її як механізм, який сприяє створенню та розвитку людських відносин, та сукупність символів розуму разом із засобами їх передачі в просторі і збереження в часі (наприклад, мовні знаки, жести, тон голосу, писемність, технічні засоби тощо) [15, с. 115–117].

В енциклопедії епістемології та філософії науки комунікацію розглядають як важливий аспект спілкування, що сприяє взаєморозумінню, встановленню особистісних зв'язків та формуванню гнучкого соціального порядку. Важливо підкреслити, що дискусії та обмін ідеями через комунікацію допомагають у відновленні та зміні суспільного порядку, а також розвивають демократичні цінності. Такий підхід відображає важливість комунікації як основи демократії та соціального прогресу [20].

У своїх працях Юрген Габермас визначає комунікацію як фундамент нової теорії суспільства та демократії, яка містить когнітивний аспект, що сприяє наближенню до істинного розуміння через дискусії та взаємодії, а також раціональний елемент, який допомагає вирішувати протиріччя шляхом пошуку компромісу або консенсусу.

Його теорія комунікації стала основою для розуміння процесів суспільного розвитку та важливим інструментом у дослідженні демократичного управління та громадянської участі [16, с. 37].

Модель Г. Лассвела (рис. 1) вперше була опублікована у 1948 році у статті «Структура

Хто говорить? (аналіз управління)	Що говорить? (аналіз змісту повідомлення)	За яким каналом? (аналіз засобів і каналів комунікації)	Кому говорить? (аналіз аудиторії)	З яким ефектом? (оцінка ефективності та результативності комунікації)
Комунікатор	Повідомлення	Засіб	Реципієнт	Ефект

Рис. 1. Комунікаційна модель Лассвела

і функція комунікації в суспільстві». Зазначена модель здобула широке визнання як одна з провідних парадигм теоретичного розуміння комунікації. Це пояснюється її вдалим формулюванням, яке дозволило включити не лише теоретичні концепції, але й значний обсяг емпіричних даних. Вчений активно використовував методи соціальної психології та психоаналізу для вивчення політичної поведінки та пропаганди, виявляючи роль комунікацій у політичному та суспільному житті.

Модель була розроблена і використовувалася переважно з метою структурування дискусій щодо комунікації. Завдяки своїй зручності та точному аналізу уявлень про взаємозв'язки між її складовими елементами ця модель стала підґрунтям великої кількості наукових досліджень комунікаційних процесів, включаючи аспекти управління [6, с. 36; 13, с. 186].

Згідно з інтерпретацією професора С. Денисюка комунікація означає взаємодію між людьми, яка передбачає обмін інформацією, однак вона відрізняється від діалогу. З історичної точки зору питання, пов'язані з комунікацією, часто розглядалися в контексті проблем діалогу та спілкування [3, с. 11].

Відповідно до висновків професора Г. Почепцова комунікація визначається як процес перетворення вербальної інформації на невербальну та навпаки. Історично комунікація виникла як спосіб примусу іншої особи до здійснення певної дії, що призводить до обміну смислами між двома незалежними системами, якими є люди [7, с. 8].

Розглядаючи комунікацію у такому світлі, важливо враховувати те, що вона є спільною діяльністю, під час якої люди обмінюються різними думками, ідеями, інтересами, почуттями тощо, що сприяє обміну інформацією. Згідно з науковими дослідженнями такий процес не лише передбачає передачу інформації, але і включає її формування, уточнення та розвиток під впливом взаємодії між учасниками комунікації. Такий підхід розкриває багатогранність та динаміку комунікативного процесу, допомагаючи краще зрозуміти його сутність та значення.

У своїх дослідженнях В. Різун вказує на те, що під соціальними комунікаціями слід розуміти систему суспільної взаємодії, яка включає специфічні шляхи, методи, засоби та принципи установаження і підтримки контактів на

основі професійно-технологічної діяльності. Ця діяльність спрямована на розвиток, організацію та модернізацію соціальних відносин у суспільстві між різними соціальними інститутами. З одного боку, ініціаторами комунікації виступають соціально-комунікаційні інститути та служби, а з іншого, – організовані спільноти, які виступають у ролі повноправних учасників соціальної взаємодії. Важливою характеристикою цих комунікацій є їх соціальне позначення, оскільки вони передбачають взаємодію із соціально визначеними групами людей [10, с. 21–24].

У філософському енциклопедичному словнику комунікація описується як поняття, що відображає широкий спектр взаємодій між людьми у світі. У сучасній філософії цей термін використовується переважно для позначення позитивної взаємодії між особистостями, соціальними групами, націями та етносами, яка ґрунтується на принципах толерантності та взаєморозуміння [14, с. 291].

Основна мета комунікативного процесу полягає не лише у передачі інформації, але й у спільному розумінні предмета, виробленні загального знання про нього. Різниця між обміном інформацією між людьми і технічними пристроями полягає в тому, що за допомогою системи знаків партнери можуть взаємодіяти один з одним, що може впливати на поведінку партнера. Мова як система знаків змінює стан учасників комунікативного процесу. Комунікативний вплив становить психологічний вплив одного комунікатора на іншого з метою зміни його поведінки [3, с. 12–14].

Проаналізувавши різні підходи, доцільно виділити основні аспекти комунікації, які розкривають її сутність як процесу:

1) комунікація може бути розглянута як процес впливу, в якому взаємодіють учасники з метою досягнення конкретних цілей. Цей аспект відображає важливість взаємодії та впливу між комунікантами у комунікативному процесі;

2) комунікація є взаємним процесом, де відбувається обмін інформацією між учасниками. Цей аспект акцентує увагу на взаємодії та взаємозв'язку між комунікантами як суб'єктами комунікаційного процесу.

3) комунікація не обмежується лише індивідами, а також відбувається між індивідом

і соціальною групою або навіть між різними соціальними групами. Цей аспект відображає різноманітність форм інтеракції та спілкування у суспільстві, що вивчається в рамках соціальної антропології та соціології груп.

Комунікацію доцільно розглядати і як процес передачі інформації, і як спільну діяльність, під час якої відбувається обмін різноманітними думками, ідеями, інтересами та почуттями. Цей підхід відображає не лише роль комунікації як засобу передачі даних, а й як процесу, що сприяє взаєморозумінню та формуванню нових знань і розуміння.

Комунікація охоплює ширший спектр взаємодії, не обмежуючись лише передачею інформації всередині організації. Якщо уявити, що основною функцією в організації є управління всіма її аспектами, то можна стверджувати, що комунікація відіграє важливу роль у забезпеченні цього управлінського процесу. Комунікація є основною діяльністю суб'єктів управління, спрямованою на досягнення визначених цілей та успішне функціонування організації.

Комунікація у контексті військової організаційної структури, як обмін інформацією між особами або групами може бути розглянута крізь призму трьох ключових аспектів, які визначають її важливість та вплив на діяльність у цій сфері:

1) комунікація як всепроникний процес, що охоплює усі рівні та структури військово-соціального управління;

2) комунікація як пряма взаємодія між керівниками та підлеглими або групами;

3) комунікація як важлива складова частина управлінської діяльності, що включає передачу та обмін інформацією з метою впливу на суспільство.

Доцільно аналізувати кожен аспект з двох ключових позицій – нормативно-організаційної та індивідуально-психологічної. З огляду на перше комунікація формується відповідно до об'єктивних організаційних рамок та необхідності ефективної реалізації раціонального комунікативного процесу. Другий аспект комунікації заснований на увазі до психологічних особливостей співрозмовників і розкриває низку ключових аспектів взаємодії, включаючи ті, що можуть заважати успішному розвитку комунікації.

У процесі спілкування люди часто мають конкретну мету та завдання. Основними цілями комунікації, як правило, є такі:

– організація ефективної взаємодії між учасниками та об'єктами управління;

– покращення міжособистісних відносин під час обміну інформацією;

– підтримання комунікаційних мереж для взаємодії та обміну інформацією між індивідами та групами;

– регулювання та оптимізація інформаційних потоків як у межах військової організації, так і поза її межами;

– розвиток навичок та вмінь для успішної соціокультурної взаємодії;

– формування відношень до самого себе, до інших осіб та до суспільства в цілому;

– обмін інноваційними ідеями, методами, технологіями та підходами;

– вираження та обмін емоціями.

З урахуванням цього виокремлюються основні ролі, які виконує комунікація:

– управлінська. Основною метою управлінської функції є стимулювання адресата до певних дій. Вона може включати переконання, віддання наказів, навіювання, прохання;

– інформативна. Ця функція забезпечує обмін повідомленнями, думками, ідеями з метою прийняття необхідних рішень;

– емотивна. Сутність цієї ролі полягає не лише у вираженні суб'єктом свого ставлення до певної теми або ситуації, але й у впливі через емоційний контекст на поведінку реципієнта з його подальшим стимулюванням [13, с. 163–165].

Ефективний процес комунікації ґрунтується на активній взаємодії між двома основними учасниками – комунікатором та аудиторією (реципієнтом). Для досягнення максимальної результативності необхідно, щоб обидва партнери проявляли зацікавленість і активність у взаємодії.

У Збройних силах України пріоритетним завданням є створення ефективної системи внутрішньої комунікації між командуванням та особовим складом, формування морально-психологічного стану підрозділів і забезпечення їх психологічної готовності до виконання бойових завдань.

Підтвердження важливості вказаних пріоритетів знаходимо в Стратегії воєнної безпеки України, яка визначає актуальні загрози, що стоять перед державою, та визначає стратегічні комунікації як складову частину для ефективної протидії загрозам [9, с. 18].

У Доктрині «Зі стратегічних комунікацій» внутрішні комунікації є ключовим компонентом системи стратегічних комунікацій Збройних сил України, призначеним для забезпечення ефективного обміну цільовою інформацією всередині військової структури. Цей процес охоплює взаємодію між окремими військовослужбовцями, підрозділами, командирами та підлеглими з метою оптимізації дій підрозділів [4, с. 20].

Внутрішні комунікації становлять ключовий мотиваційний фактор, який впливає на успішність у бойових умовах. Отримання оперативної, достовірної та правдивої інформації командиром і особовим складом сприяє зміцненню морально-психологічного стану всього

військового колективу та підвищує довіру до дій військового керівництва, сприяє розвитку лідерства та підвищує ефективність управлінських процесів.

Також на підтвердження вищезазначеного в Інструкції з організації інформаційно-пропагандистського забезпечення у Збройних силах України внутрішня комунікаційна робота вважаються одним із напрямів інформаційно-пропагандистського забезпечення військових структур, що організовані у системі інформаційної діяльності відповідальних осіб управління та командирів. Це охоплює різноманітні заходи, спрямовані на обробку та передачу інформації за допомогою засобів комунікації до особового складу та в зворотному напрямку [8, с. 4].

З метою підвищення ефективності завдань внутрішніх комунікацій запропоновано використання технологій рефлексивного управління [12; 18, с. 136].

Використання технологій рефлексивного управління в системі внутрішніх комунікацій Збройних сил України відіграє вирішальну роль у забезпеченні ефективності та оптимізації взаємодії всередині військових структур. Ця технологія дозволяє систематично аналізувати та вдосконалювати процеси комунікації, використовуючи зворотний зв'язок для усунення недоліків та впровадження кращих практик. Вона сприяє підвищенню мотивації особового складу, забезпечує зростання ефективності прийняття рішень та сприяє швидкій адаптації до змін у внутрішньому та зовнішньому середовищі, що є критичним для успішної діяльності Збройних сил України.

Технологія рефлексивного управління допомагає підвищити ефективність внутрішніх комунікацій, підтримуючи зв'язок між військовими, сприяючи швидкому прийняттю та впровадженню стратегічних рішень, а також забезпечуючи відповідну реакцію на зміни в умовах ведення операцій.

Один із важливих аспектів – це створення стійкого механізму зворотного зв'язку з військовослужбовцями для отримання достовірної інформації керівництвом Збройних сил України з метою виявлення та оперативного вирішення проблем, які впливають на психологічний стан особового складу. Це вимагає використання різноманітних комунікативних стратегій, спрямованих на досягнення поставлених комунікативних цілей. Таким чином, через активну взаємодію та ефективну комунікацію досягаються успішна підготовка, навчання, стимулювання та супровід військовослужбовців, формування необхідної моделі їх поведінки та позитивний вплив на особовий склад в інтересах застосування військових за призначенням [5, с. 128].

Висновки. Отже, на підставі різних підходів було описано основний зміст та тлума-

чення комунікації, її важливе значення в управлінні військовими колективами. Доведено, що надійна система внутрішніх комунікацій становить підґрунтя для успішного функціонування будь-якого військового колективу. У контексті розгляду Збройних сил України як цілісного організму питання про вдосконалення всіх аспектів внутрішніх комунікацій стає надзвичайно актуальним.

Якість внутрішніх комунікацій залежить не лише від розуміння мети та завдань, але й від знання форм та методів взаємодії з особовим складом. Вміння забезпечувати ефективну міжособистісну комунікацію як у підрозділах, так і між ними, забезпечувати оперативний та своєчасний обіг інформації, гнучкість процесів відповідно оперативних змін обстановки або раптовості виявлених загроз відіграє вирішальну роль в ефективній побудові внутрішньої комунікації.

Також на основі проведеного аналізу внутрішніх комунікацій у Збройних силах України виявлено, що ефективно управління цим процесом є критично важливим для забезпечення успіху діяльності військової організаційної структури. Застосування технології рефлексивного управління дозволяє підвищити рівень внутрішньої комунікації, забезпечуючи постійний зворотний зв'язок, ефективний обмін інформацією та вирішення проблемних ситуацій. Це сприяє покращенню морального клімату та збереженню боєздатності особового складу. Такий підхід є ключовим для досягнення стратегічних цілей та зміцнення обороноздатності країни.

Спираючись на проведені дослідження, слід висунути гіпотезу, що процеси внутрішніх комунікацій працюватимуть ефективніше, якщо вони спрямовуватимуться не лише на діючих військовослужбовців. Висунута гіпотеза дає змогу розпочати визначення умов і факторів, які впливають на ефективність внутрішніх комунікацій при розширенні її впливу на аудиторію резервістів, ветеранів та членів сімей військовослужбовців.

Подальші дослідження. Напрямок майбутніх досліджень є розширення нашого розуміння щодо механізмів комунікації та розробка практичних рекомендацій для особового складу щодо ефективного використання системи внутрішніх комунікацій у повсякденній діяльності. Також варто вивчити та адаптувати досвід країн-членів НАТО щодо удосконалення наявної системи внутрішніх комунікацій, розширивши поле її застосування на резервістів, ветеранів та членів сімей військовослужбовців.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Сальнікова О.Ф. Використання технологій стратегічних комунікацій в системі управління Збройними силами України. *Сучасні інформаційні*

технології у сфері безпеки та оборони. 2017. № 3 (30). С. 61–66.

2. Гребенюк М.В. Основи стратегічних комунікацій за стандартами НАТО : навчальний посібник. Київ, 2017. 180 с.

3. Денисюк С.Г. Комунікологія : навчальний посібник. Вінниця : ВНТУ, 2015. 240 с.

4. Зі стратегічних комунікацій : доктрина : затверджена начальником Генерального штабу Збройних Сил України. ВКП 10-00(49).01. 2020. 36 с.

5. Криничанський Р.С. Удосконалення комунікаційної складової інформаційно-пропагандистського забезпечення. *Збірник наукових праць слухачів гуманітарного інституту Національного університету оборони України імені Івана Черняховського*. 2017. С. 127–130.

6. Невальонний Є.О. Сутність комунікації як процесу у сфері управління. *Наука і оборона*. 2019. № 2. С. 35–38.

7. Почепцов Г.Г. Теорія комунікації. Київ : Київський університет, 1999. 301 с.

8. Про затвердження Інструкції з організації інформаційно-пропагандистського забезпечення у Збройних силах України : наказ Генерального штабу Збройних сил України від 04.01.2017 р. № 4. Київ, 2017. 25 с.

9. Про Стратегію воєнної безпеки України: рішення Ради національної безпеки і оборони України від 25 березня 2021 року : Указ Президента України від 25.03.2021 р. № 121/2021. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/121/2021#Text>.

10. Різун В.В. Теорія масової комунікації : підручник. Київ : Просвіта, 2008. 260 с.

11. Семененко В.М. Організація внутрішніх комунікацій в Об'єднаних силах. *Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання завдань в особливих умовах* : зб. тез доп. науково-практ. конф., м. Київ, 31 жовт. 2019 р. Київ, 2019. С. 22.

12. Семененко В.М., Іващенко А.М., Шидлюх В.В. Організація внутрішніх комунікацій у штабах і підрозділах Збройних сил України під час виконання завдань у районі операції Об'єднаних сил. *Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень*. 2020. № 1 (68). С. 6–12.

13. Суспільно-комунікативні процеси у Збройних силах України : підручник / В. І. Алещенко та ін.; за заг. ред. В. С. Чорного. Київ : НУОУ ім. Івана Черняховського, 2017. 372 с.

14. Філософський енциклопедичний словник / В.І. Шинкарук та ін. Київ : Абрис, 2002. 742 с.

15. Cooley C. *Sociological Theory and Social Research*. New York : Henry Holt, 1930. 345 p.

16. Habermas J. *Theorie des kommunikativen Handelns*. Frankfurt a. M. : Suhrkamp, 1981. 533 S.

17. NATO Strategic Communications Handbook: Draft for Use Ver 9.1.21–31 March 2015. Norfolk, VA : Supreme Allied Command Transformation HQ. 2015. 86 p.

18. Salnikova O., Sivokha I., Ivashchenko A. Strategic communication in the modern hybrid warfare. *Social development and Security*. 2019. Vol. 9, no. P. 133–142.

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 59

Коректура • Я. Вишнякова

Комп'ютерна верстка • О. Молодецька

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 36,28. Ум. друк. арк. 36,27.

Підписано до друку 26.03.2024. Замов. № 0524/346. 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.