

ПРОБЛЕМА ГАРМОНІЗАЦІЇ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У НАУКОВИХ ДОРОБКАХ ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДНИКІВ ХХ СТОЛІТТЯ

THE PROBLEM OF HARMONIZATION OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN THE SCIENTIFIC WORKS OF FOREIGN RESEARCHERS IN THE 20TH CENTURY

Проблему «гармонізації» як філософської і психологічної категорії та суспільного феномену, що виник ще в античні часи, покладено в основний зміст статті, яка висвітлює наукові доробки зарубіжних філософів, соціальних психологів та соціологів – Т. Адорно, Дж. Боулбі, Т. Лірі, Е. Мейо, Дж. Келлі, К. Левіна, К. Роджерса, Е. Фромма, присвячених проблемі міжособистісних стосунків. Відзначено актуальність гармонізації міжособистісних стосунків у житті сучасної людини в умовах глобальних світових процесів, оскільки вона є важливим компонентом соціальної структури, що сприяє встановленню миру, співробітництву між країнами й організаціями, прогресу, спрямованого на пошук спільних рішень всесвітніх проблем. Особливим періодом дослідження категорії «гармонізація» у контексті побудови міжособистісних стосунків слід вважати саме ХХ століття, оскільки з'явилася значна кількість соціальних і культурних чинників, серед яких розвиток демократичних процесів, соціальна й культурна різноманітність суспільства, збільшення кількості міжособистісних конфліктів на соціальному, підґрунті наукові дослідження в сфері психології особистості та ін., що й спонукало підвищений інтерес до проблеми. Зроблено акцент на причинах виникнення дослідницького інтересу в цілої когорти американських та європейських соціальних психологів і соціологів. Зміст статті досліджує підходи до розуміння сутності побудови міжособистісних стосунків, їх покращення та стабілізації, уникнення конфліктів, значення емпатії, прив'язаності та саморозвитку для формування здорових, а значить гармонійних стосунків, що й було предметом дослідження означених авторів. Наведено тлумачення категорій «гармонійність», «гармонізація», «гармонійні стосунки», які слід вважати збалансованим поєднанням психологічних компонентів у структурі особистості та ознакою людської доброчесності. У статті приділяється особлива увага теоріям, які пояснюють динаміку міжособистісної взаємодії. Зроблено висновок про значення гармонізації міжособистісних стосунків для психічного здоров'я людини й оздоровлення суспільства загалом.

Ключові слова: гармонійність, гармонізація, міжособистісні стосунки, стабілізація, покращення.

The problem of «harmonization» as a philosophical and psychological category and social phenomenon, which emerged in ancient times, is central to this article. It highlights the scholarly contributions of foreign philosophers, social psychologists, and sociologists—such as T. Adorno, J. Bowlby, T. Leary, E. Mayo, J. Kelly, K. Lewin, C. Rogers, and E. Fromm—dedicated to the issue of interpersonal relationships. The relevance of harmonizing interpersonal relationships in the life of contemporary individuals amidst global processes is emphasized, as it is a crucial component of the social structure that promotes peace, cooperation between countries and organizations, and progress aimed at finding common solutions to global problems. The 20th century is identified as a particularly significant period for researching the category of «harmonization» in the context of building interpersonal relationships, due to the emergence of numerous social and cultural factors, including the development of democratic processes, social and cultural diversity, an increase in socially rooted interpersonal conflicts, and scientific studies in the field of personality psychology, which have spurred heightened interest in this problem. The article underscores the reasons behind the research interest of various American and European social psychologists and sociologists. The content of the article explores approaches to understanding the essence of building interpersonal relationships, their improvement and stabilization, conflict avoidance, and the significance of empathy, attachment, and self-development for forming healthy and, therefore, harmonious relationships, which were the subjects of study for the mentioned authors. Definitions of the categories «harmoniousness», «harmonization», and «harmonious relationships» are provided, which should be regarded as a balanced combination of psychological components within the structure of personality and a hallmark of human virtue. Special attention is given to theories explaining the dynamics of interpersonal interaction. The conclusion emphasizes the significance of harmonizing interpersonal relationships for individual mental health and the overall well-being of society.

Key words: harmoniousness, harmonization, interpersonal relationships, stabilization, improvement.

УДК 316.47-025.18]:001.891
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.66.39>

Стеценко А.І.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Власенко О.Л.

здобувачка магістерського рівня
кафедри практичної психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Актуальність дослідження. Сучасне життя людини стало усе більше залежати від стосунків, які вона будує в умовах глобальних процесів розвитку технологій, виникнення збройних конфліктів, культурної різноманітності населення в межах однієї держави, що переплітається з міграційними процесами, всесвітньою інфекційною загрозою та нагнітанням ядерної катастрофи; зростає інтерес

до психічного здоров'я людини, її особистісного благополуччя, а гармонійні стосунки починають розглядатися як необхідна умова існування людства. Це спонукало світову наукову спільноту до пошуків нових шляхів і форм міжособистісної взаємодії в усіх сферах життєдіяльності, оскільки удосконалення людських, міждержавних, міжконфесійних, міжкультурних і міжособистісних стосунків

дозволяє будувати світ позитиву і прагнути його гармонізації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема гармонізації міжособистісних стосунків, їх стабілізації та покращення у психологічному контексті займає помітне місце в доробках зарубіжних філософів, соціальних психологів, соціологів ХХ століття, серед яких Т. Адорно, Дж. Боулбі, Т. Лірі, Е. Мейо, Дж. Келлі, К. Левін, К. Роджерс, Е. Фромм та ін.

Зарубіжні дослідники гармонізації міжособистісних стосунків з США та Європи зацікавилися проблемою, зважаючи на етнічну й культурну різноманітність своїх соціумів, що склало необхідність в оптимізації взаємостосунків для досягнення соціальної гармонії. Також це був час бурхливих соціальних змін: соціальних рухів за громадянські права «кольорового» населення, права молоді, протестів феміністок та інших подій, що вимагали ґрунтовних досліджень взаємодії між різними групами й пошуку методів їх покращення.

Американські дослідники зосередили свою увагу на розробці теорій і моделей, які б могли краще зрозуміти взаємодію людей і покращувати її, європейські учені прагнули зрозуміти, як налагодити гармонію між такими різними представниками населення. Після закінчення війни на європейському континенті виникла необхідність у вивченні методів побудови стійких між групових стосунків та соціального примирення, що сформулювало науковий інтерес до проблеми. Ще однією причиною звернення до теми гармонізації стосунків стала європейська наукова традиція в психологічній сфері, що створило підґрунтя для розвитку теорій і практик гармонізації міжособистісних стосунків.

Аналізу цих процесів присвятили свої наукові доробки вітчизняні дослідники, серед яких Н. Базалійська, Т. Будкевич, А. Гук, І. Жмайло, І. Зудова, О. Киричук, І. Кулініч, В. Кручек, А. Котелевська, В. Літинська, С. Максименко, П. М'ясоїд, І. Марков, Л. Орбан-Лембрик, М. Обозов, К. Помазан, Я. Рудик, С. Ситнік, О. Скрипниченко, Ю. Скалій, М. Савчин, В. Шпалінський, Г. Щокін та ін.

Мета цієї статті полягає в аналізі наукових підходів зарубіжних дослідників ХХ століття до вивчення шляхів покращення та стабілізації міжособистісних стосунків, які б уможливили їх гармонізацію.

Виклад основного матеріалу. Статус актуальної проблема дослідження гармонізації міжособистісних стосунків отримала з античних часів, коли філософи шукали абсолютну форму щастя, зрозумівши згодом, що воно значною мірою залежить від особистісних стосунків. Так з'явилася нова філософська категорія «гармонізація», яку Сократ розумів як доцільну річ у кожній справі; Платон тракту-

вав як підґрунтя краси і побудови позитивних взаємостосунків; Аристотель вбачав у гармонізації порядок та рівновагу як стан уникнення крайнощів.

Погляди античних філософів заклали підґрунтя для наукового осмислення філософського поняття «гармонізація»: І. Кеплер вперше в XVII ст. поставив собі завдання знайти закон, за яким Всесвіт має будову, де земне й небесне знаходяться в певній єдності, яку слід називати гармонійною. Це поклато початок всебічного наукового дослідження категорії «гармонізація» філософською, психологічною та соціально-психологічною науками.

Часи бурхливого наукового розвитку XVIII століття відзначилися виникненням екзистенціалізму, філософської течії, сформованої на проблемі унікальності людського буття, в якому гармонізація міжособистісних стосунків стає критично важливим шляхом підтримки соціальної стабільності та превенції міжособистісних і групових конфліктів.

Академічний тлумачний словник української мови пояснює гармонію як поєднання, злагодженість, взаємну відповідність якостей (предметів, явищ, частин цілого) [1, Т. 2, с. 33].

Гармонійність необхідно вважати збалансованим поєднанням психологічних компонентів у структурі особистості, а гармонійні стосунки в людській взаємодії це практика доброчесності, оскільки «гармонія співвідноситься з такими поняттями як порядок, симетрія, організованість, пропорційність, злагодженість, міра, доцільність, закономірність, краса, рівновага та ін.» [2, с. 272].

Гармонізація міжособистісних стосунків як процес включає також поняття «покращення» і «стабілізація»: покращення – дія за значенням покращити, поліпшити, зробити кращим [1, Т. 7, с. 43]; *стабілізація* – зміцнення, укріплення, приведення чого-небудь у стійкий стан; стан стійкості, постійності [1, Т. 9, с. 623].

ХХ століття стало часом активного вивчення міжособистісних стосунків, а тема їх гармонізації піднімалася в дослідженнях різних напрямів і теорій, оскільки було встановлено, що якість міжособистісних стосунків, їх гармонійність має вирішальне значення для психічного й фізичного здоров'я людей.

Проблема стала провідною в соціальній психології, оскільки саме в цей час з'явилися нові соціальні й культурні чинники, які вплинули на її актуальність:

– *розвиток демократичних цінностей*: гасла про права людини, свободу, рівність вплинули на наукові підходи до вивчення міжособистісних стосунків, вимагаючи від членів соціуму побудови більш гармонійних зв'язків, які б ґрунтувалися на повазі, емпатії, толерантності, що спонукало дослідників шукати відповіді на питання, як необхідно уникати упереджень;

– зростання соціальної нестабільності й поширення конфліктів спонукали соціальних психологів і соціологів до необхідності поглибленого вивчення людської поведінки й пошуку шляхів гармонізації взаємозв'язків, згуртованості, взаєморозуміння як провідних чинників суспільної стабільності;

– розгалуження соціальної й культурної різноманітності: у процесі загострення людської взаємодії в умовах глобалізації відбувалися активні соціально-психологічні дослідження міжкультурних відмінностей, які заважають або сприяють гармонізації;

– розвиток масових комунікацій сприяв зміні розуміння особистих і суспільних стосунків, оскільки взаємодія стала відбуватися через посередників і відповідні технології, що додало складності в побудові відвертих міцних зв'язків і це спонукало до вивчення нових форм спілкування та розробки нових методів для удосконалення комунікації;

– розгортання наукових досліджень у сфері психології особистості: вивчався вплив індивідуальних рис особистості, вияв її емоцій на вибудовування стосунків, а їх гармонізація стала розумітися як показник і результат психічного здоров'я людини.

Прагнення гармонізації міжособистісних стосунків стало розглядатися як показник соціального оздоровлення суспільства, що давало потенційну можливість людині прожити щасливе життя, про яке мріялося з античних часів.

Польський психолог 80–90-х рр. ХХ ст. Є. Мелібруда за значущістю порівнював міжособистісні стосунки з повітрям, яким дихає людина, з атмосферою, в якій вона живе: «Нестача або надлишок окремих елементів міжособистісного спілкування ускладнює, а іноді робить неможливим нормальне життя. Прикладом надто великої ціни, яку доводиться платити більшості людей за тривале перебування в нездоровій атмосфері порушених міжособистісних стосунків, є неврози та інші емоційні розлади, алкоголізм» [3, с. 15].

Беручи до уваги поєднання біологічного й соціального в людині, психологи дійшли висновку, що соціальний аспект має вкрай важливе значення в контексті побудови людсько-психологічної наука вирішила низку стратегій соціально-психологічного плану, до яких було включено збагачення, ініціювання, оптимізацію тощо. У контексті покращення міжособистісних стосунків найбільш дієвою стала стратегія гармонізації як процес досягнення рівноваги за рахунок зниження рівня конфліктності.

Яскравими й перспективними цього часу стали доробки німецького філософа й соціолога Т.Адорно, який вивчав ворожість як скла-

дову міжособистісних стосунків, довівши, що вона пов'язана з психологічними рисами, які характерні для егоцентричних особистостей, для яких важливим є підтримка статусу владності, авторитарності, прагнення до керівництва над тими, хто займає підлеглу позицію. Він розглядав міжособистісні стосунки в контексті соціальних структур і культурних процесів, в яких такі стосунки існують. У своїй праці «Авторитарна особистість», Т.Адорно встановив, що схильність до авторитаризму шкодить встановленню гармонійних міжособистісних стосунків, оскільки такі люди часто бувають агресивними, схильними до домінування, а для побудови гармонійних стосунків особистості необхідно розвивати критичне мислення, емпатію, толерантність, що дозволило б їм взаємодіяти без упередження [4].

Американський психолог К. Роджерс, засновник гуманістичної психології, зробив значний внесок в дослідження гармонізації міжособистісних стосунків, акцентуючи увагу на емпатії, безумовному прийнятті й автентичності, як провідних чинників гармонізації стосунків, вважаючи, що людина спроможна на самоактуалізацію й прагне здорових взаємин, якщо відчуває підтримку й прийняття. У побудові гармонійних міжособистісних стосунків, на його думку, необхідна присутність бажання зрозуміти досвід іншої людини, її переживання, спроможність точно сприймати почуття, що допомагатиме долати внутрішні бар'єри [5].

К. Роджерс практично розробив систему гармонізації міжособистісних стосунків у колективі, наполягаючи на думці: чим більше людина приймає себе, тим вища вірогідність, що вона прийматиме інших, тому гармонізація стосунків залежить від роботи особистості над собою. Повністю усвідомлюване реальне «Я» дає поштовх до набуття нового досвіду міжособистісних стосунків, прагнення приймати спільні рішення, вболівати за іншого як за самого себе. Мислитель писав: «... людина невиліковно соціальна, вона має глибоку потребу у взаємостосунках» [5, с. 112].

Американський психолог і соціолог, організатор руху «за розвиток людських взаємостосунків» Е. Мейо, заснував школу людських взаємин, яка стала першою науково обґрунтованою системою організації праці на виробництві з метою підвищення її продуктивності. Саме він вперше поставив питання про проблему покращення міжособистісних стосунків у трудовому колективі, оскільки був переконаний у його впливі на результати праці. Покращення міжособистісних стосунків дослідник вважав одним з провідних чинників впливу на продуктивність праці, довівши це експериментальним шляхом, досліджуючи психологічний клімат групи [6].

Німецький соціальний психолог Е.Фромм розглядав встановлення міжособистісної гармонії через призму теорії любові, яку вважав найважливішим елементом, що визначає міжособистісні зв'язки. У праці «Мистецтво любити» учений підкреслює важливість поваги, розуміння й відповідальності в розвитку гармонійних міжособистісних стосунків. Він вважав любов активною силою, яка допомагає людям активно піклуватися один про одного, завдяки чому стосунки гармонізуються, а повага дозволяє бачити в іншій людині унікальну особистість, що допомагає підтримувати в міжособистісних стосунках емоційне здоров'я і свободу. У своїх доробках Е.Фромм залишив думку про те, що глибоке розуміння інших – це ключ до гармонійних стосунків: гармонія досягається тоді, коли бачиш і приймаєш іншого без ілюзій, таким, яким він є, тому гармонізація стосунків вимагає регулярного самопізнання і внутрішньої усвідомленої роботи кожного над собою [7].

Важливими в контексті проблеми гармонізації міжособистісних стосунків слід вважати дослідження Т. Лірі, якому належить визначення типів інтерперсональної поведінки, яка може впливати на клімат колективу. Було вирішено сім типів: егоїстичний, агресивний, авторитарний, підозрілий, покірливий, залежний, дружелюбний, альтруїстичний. У 1957 р. у книзі «Міжособистісна діагностика особистості» Т. Лірі розглянув моделі міжособистісної поведінки і їх роль в діагностиці й розумінні різних типів особистості, опублікував авторську діагностику міжособистісних стосунків, яка спроможна діагностувати власні уявлення про них, що відкриватиме прагнення до їх стабілізації та покращення і гармонізації загалом [8].

Німецький і американський соціальний психолог К. Левін зосереджувався на дослідженні групових процесів і їх впливу на окрему особистість: як взаємодія в групах формує норми поведінки, які, у свою чергу, впливають на їх гармонійність. Він вважав, що гармонійні стосунки досягаються через правильне управління внутрішніми й зовнішніми силами, оскільки поведінка людини формується всередині її «життєвого простору», в якому знаходяться як особистісні риси, так і зовнішні чинники, які вкрай необхідно враховувати для досягнення гармонії, оскільки конфліктні зони в міжособистісних стосунках часто виникають через напругу між «силами полів», тому для їх гармонізації необхідний перерозподіл їх впливу (теорія поля і життєвого простору)[9].

Американський дослідник проблеми міжособистісних стосунків Дж. Боулбі вважав, що найважливішим у гармонізації стосунків є рання прив'язаність і довів, що її якість, сформувавшись в дитинстві, визначає спроможність людини формувати гармонійні зв'язки

протягом життя (теорія безпечної прив'язаності), сприяє її швидкій адаптації до нових умов існування й подальшій успішній соціалізації. Було вирішено стилі прив'язаності – безпечний, стиль уникнення та амбівалентний, які формуються в дитинстві, а потім впливають на формування міжособистісних стосунків протягом життя. Дослідник довів, що нестача надійної прив'язаності часто призводить до поведінкових і емоційних проблем [10].

Автор твору «Психологія особистісних конструктів» Дж. Келлі значну частину свого наукового життя присвятив дослідженню поведінки людей, в результаті чого збудував власну систему особистісних конструктів: «добрий – злий», «розумний – дурний», «правдивий – брехливий» і т.д., за такими конструктами відбувається характеристика іншої людини, що свідчить про необхідність працювати з цим кожному члену колективу з метою гармонізації внутрішньо колективних відносин (теорія особистісних конструктів) [11].

Основні ідеї вченого пов'язані саме з гармонізацією стосунків: щоб їх створити, необхідно усвідомлювати та перевіряти свої конструкти на реальність, прагнучи розуміти інших не через стереотипи, а через справжні гнучкі конструкції. Він довів, що кожен буде свою унікальну систему сприйняття, а для встановлення гармонійних стосунків необхідно розуміти й визнавати індивідуальні відмінності у сприйнятті іншого; це знижує конфлікти і покращує взаєморозуміння. Основою здорових гармонійних стосунків дослідник назвав гнучкість мислення, спроможність змінювати й адаптувати власні конструкти в залежності від ситуації. Особистість, спроможна враховувати точку зору іншого, співчувати, буде більш успішною в побудові міжособистісних стосунків. Для гармонізації стосунків ним був запропонований метод «фіктивного моделювання», тобто уміння уявляти себе на місці іншої людини, що допомогатиме розуміти її краще.

Дж. Келлі запевняв: гармонія в міжособистісних стосунках можлива, коли люди усвідомлюють свої переконання й готові їх змінювати.

Висновки. Таким чином, зарубіжна соціально-психологічна наука запропонувала різні підходи щодо гармонізації міжособистісних стосунків і розуміння сутності людської взаємодії. Наприклад:

- теорія соціального обміну дає можливість зрозуміти, яким чином люди просуваються до побудови гармонійних стосунків;

- теорія прив'язаності пояснює, як стосунки дитини з батьками та іншими авторитетними особами впливають на уміння будувати здорові міжособистісні стосунки в дорослому житті;

– крос-культурні дослідження демонструють вплив культурних відмінностей на сприйняття й ведення міжособистісних стосунків, у вирішенні конфліктів;

– розуміння механізмів сприйняття людьми один одного і формування думки на підґрунті стереотипів допомагає зрозуміти причини виникнення бар'єрів у побудові гармонійних стосунків та шляхи їх подолання;

– дослідження ролі емпатії і комунікації в сприянні покращенню міжособистісних стосунків допомагають учасникам комунікації навчитися краще розумітися, гармонізуючи процес спілкування.

Дане дослідження не вичерпує означеної проблеми, оскільки в ньому репрезентовано доробок тільки деяких зарубіжних дослідників ХХ століття, що спонукає до продовження вивчення проблеми гармонізації міжособистісних стосунків в подальших наукових спрабах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Академічний тлумачний словник української мови: в 11 томах. Т. 2, 1971. 927 с.; Т. 7, 1976. 723 с.; Т. 9, 1978. 916 с.
2. Помиткіна Л.В., Помиткін Е.О. Психологія праці і відпочинку: підручник. Київ: ТОВ «Альфа – ПІК», 2019. 324 с.
3. Melibruda, E. Ja-Ty-My. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1986. 156 st.
4. Adorno, T.W., Frenkel-Brunswik, E., Levinson, D., Sanford, N. The Authoritarian Personality. New York: Harper & Brothers, 1950. 990 p.
5. Rogers, C.R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton, 1961. 420 p.
6. Mayo, G. E. The Social Problems of an Industrial Civilization. Cambridge, Mass.: Harvard University, 1945. 200 p.
7. Fromm, E. The Art of Loving. New York: Harper & Brothers, 1956. 133 p.
8. Leary T. The Interpersonal Diagnosis of Personality. Recourse publications, 2004. Previously published by John Wiley & Sons, 1957.
9. Lewin, K. Resolving Social Conflicts. New York: Harper & Brothers, 1948. 231 p.
10. Bowlby, J. A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books, 1988. 205 p.
11. Kelly, G. A. The Psychology of Personal Constructs: Vol. 1. A Theory of Personality. London: Routledge, 1991. 560 p.