

ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ, ПСИХОКОРЕКЦІЯ, ПСИХОТЕРАПІЯ, ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК МЕХАНІЗМИ ПРИМИРЕННЯ В МІЖЕТНІЧНИХ КОНФЛІКТАХ: ІСТОРИЧНІ КОНЦЕПЦІЇ ТА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНІ ЧИННИКИ

PSYCHOLOGICAL COUNSELING, PSYCHOCORRECTION, PSYCHOTHERAPY, PSYCHOPROPHYLAXIS, AND SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS MECHANISMS OF RECONCILIATION IN INTERETHNIC CONFLICTS: HISTORICAL CONCEPTS AND DIFFERENTIAL FACTORS

Статтю присвячено дослідженню психологічних механізмів примирення в міжетнічних конфліктах крізь призму історичних концепцій, диференціальних чинників та практичних засобів психологічного впливу.

Актуальність теми зумовлена посиленням міжетнічної напруженості в сучасному світі, що спричиняється глобалізаційними процесами, воєнними діями, міграційними потоками і соціально-економічними трансформаціями. У таких умовах особливого значення набуває пошук психологічних шляхів відновлення довіри, зниження рівня ворожості та формування здатності до конструктивного співіснування.

У статті простежується розвиток ідей щодо примирення в психології конфлікту, аналізуються історичні концепції врегулювання міжгрупових суперечностей. Наголошено, що індивідуальні психологічні відмінності (рівень емпатії, толерантність до невизначеності, емоційна регуляція, особливості темпераменту) відіграють суттєву роль у сприйнятті та подоланні конфліктних ситуацій.

Особливу увагу приділено виокремленню трьох основних напрямів практичної роботи з учасниками міжетнічних конфліктів: психологічному консультуванню (індивідуальна допомога в подоланні тривожності, страху та відновленні комунікації), психотерапії, психопрофілактики, психокорекції (зміна стійких негативних установок, стереотипів і ворожих моделей поведінки) та соціально-психологічному тренінгу (формування навичок конструктивної взаємодії, розвиток довіри й емпатії в груповому контексті).

Результати дослідження можуть бути застосовані у сфері психологічного консультування, психокорекційної практики, а також в освітньому процесі закладів вищої освіти для підготовки майбутніх психологів. Практична значущість статті полягає у визначенні міждисциплінарних підходів до примирення в міжетнічних конфліктах, що дозволяють поєднувати теоретичні знання та ефективні психотехніки з метою формування готовності фахівців психологів до роботи в мультикультурному середовищі.

Ключові слова: історія психології, етнопсихологія, психологія конфлікту, диференціальна психологія, психологічне консультування, психокорекція, психотерапія,

психопрофілактика, основи психологічного тренінгу.

The article is devoted to the study of psychological mechanisms of reconciliation in interethnic conflicts through the prism of historical concepts, differential factors, and practical means of psychological influence.

The relevance of the topic is due to the intensification of interethnic tensions in the modern world caused by globalization processes, military actions, migration flows, and socio-economic transformations. In such conditions, it is particularly important to find psychological ways to restore trust, reduce hostility, and develop the ability to coexist constructively.

The article traces the development of ideas about reconciliation in conflict psychology and analyzes historical concepts of intergroup conflict resolution. It emphasizes that individual psychological differences (level of empathy, tolerance for uncertainty, emotional regulation, temperament characteristics) play a significant role in the perception and resolution of conflict situations.

Particular attention is paid to highlighting three main areas of practical work with participants in interethnic conflicts: psychological counseling (individual assistance in overcoming anxiety, fear, and restoring communication), psychological correction (changing persistent negative attitudes, stereotypes, and hostile behavior patterns), and social and psychological training (developing skills for constructive interaction, trust, and empathy in a group context).

The results of the study can be applied in the field of psychological counseling, psychocorrectional practice, as well as in the educational process of higher education institutions for training future psychologists.

The practical significance of the article lies in the identification of interdisciplinary approaches to reconciliation in interethnic conflicts, which allow combining theoretical knowledge and effective psychotechnics in order to prepare professional psychologists to work in a multicultural environment.

Key words: history of psychology, ethnopscychology, conflict psychology, differential psychology, psychological counseling, psychocorrection, psychotherapy, psychoprophylaxis, fundamentals of psychological training.

УДК 159.9.07

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.76.12>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Джежик О.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Шмаленко Ю.І.

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

Самара О.Є.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Вступ. Міжетнічні конфлікти є одним із найскладніших видів соціальних протиріч, адже вони поєднують у собі економічні, політичні, культурні та психологічні чинники. Їх особливість полягає

у високому рівні емоційної напруженості, наявності стійких негативних стереотипів і колективних травм, що значно ускладнює процес примирення. Традиційні підходи до врегулювання таких конфлік-

тів, зосереджені переважно на політичних чи правових заходах, виявляються недостатньо ефективними без урахування психологічного виміру.

Наукові дослідження доводять, що саме психологічні механізми, серед яких емпатія, емоційна регуляція, готовність до діалогу, подолання когнітивних викривлень, виступають базовими умовами для досягнення примирення між представниками різних етнічних груп. Однак ці механізми не функціонують ізольовано: їх ефективність залежить від індивідуально-типологічних особливостей особистості та соціального контексту [3].

Проблема полягає у відсутності цілісного підходу, який поєднував би історичні концепції конфліктології, сучасні знання про індивідуальні відмінності та практичні інструменти психологічного впливу. Особливої актуальності це питання набуває в умовах підготовки майбутніх психологів, які повинні оволодіти міждисциплінарними знаннями й навичками для ефективної роботи в багатокультурному середовищі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика примирення в міжетнічних конфліктах є предметом досліджень у різних наукових галузях: соціальній, політичній та психологічній. У сучасних українських і зарубіжних працях підкреслюється, що міжетнічні конфлікти мають складну багатовимірну природу, яка поєднує історичні, соціально-економічні та психологічні чинники. При цьому саме психологічний аспект відіграє визначальну роль у процесі примирення, оскільки він безпосередньо стосується внутрішніх переживань людини, її цінностей, стереотипів і моделей поведінки.

Останніми роками з'являється все більше досліджень, які наголошують на значенні емпатії, довіри та емоційної регуляції як базових умов примирення [9]. Вивчення соціальної пам'яті та колективних наративів показує, що процеси примирення ускладнюються під впливом історичних травм і взаємних образ [4]. Ця проблематика також набуває актуальності, зокрема в дослідженнях міжетнічної толерантності, конфліктної взаємодії та соціально-психологічної адаптації [6].

Важливою тенденцією є зростання інтересу до диференціальних чинників, що визначають здатність особистості до конструктивної поведінки в конфліктах. Показано, що рівень тривожності, тип темпераменту, когнітивні стилі та ціннісні орієнтації суттєво впливають на вибір стратегій реагування в ситуації міжетнічної напруженості [2].

У практичній площині все більше уваги приділяється використанню психологічного консультування, психокорекційних програм і соціально-психологічних тренінгів як засобів формування толерантності, зниження агресії та розвитку міжкультурної компетентності. Сучасні тренінгові програми довели ефективність у створенні умов для діалогу, розвитку навичок ненасильницької комунікації та подолання упереджень [8].

Водночас огляд літератури свідчить про наявність певних прогалин. Зокрема, недостатньо

досліджено інтеграцію історичних концепцій конфлікту із сучасними практиками психотерапії, психокорекції, психопрофілактики та психологічного консультування, а також вплив індивідуальних відмінностей на ефективність різних психотехнік, що створює потребу в міждисциплінарних дослідженнях, здатних поєднати теоретичні підходи з прикладними інструментами підготовки майбутніх психологів.

Міждисциплінарні зв'язки між такими освітніми компонентами, як історія психології, етнопсихологія, диференціальна психологія, психологія конфлікту, психологічне консультування, психотерапія, основи психокорекції, психопрофілактика та основи психологічного тренінгу, забезпечують цілісне формування професійного мислення майбутнього психолога. Їх інтеграція дозволяє поєднати теоретичні знання з практичними навичками, сприяє розвитку здатності аналізувати конфлікти в різних соціокультурних контекстах та ефективно застосовувати методи психологічної допомоги. Таким чином, міждисциплінарність виступає ключовим чинником підготовки компетентних фахівців, здатних до комплексного розв'язання психологічних проблем.

Метою дослідження є визначення та аналіз психологічних механізмів примирення в міжетнічних конфліктах, розкриття їх зв'язку з історичними підходами до розуміння конфліктів, ролі індивідуально-типологічних відмінностей та можливостей практичного застосування психологічного консультування, психотерапії, психокорекції, психопрофілактики та соціально-психологічного тренінгу як ефективних засобів впливу.

Отже, основним завданням дослідження є комплексний аналіз психологічних механізмів примирення, що враховує як історичний розвиток наукових уявлень, так і сучасні практики консультування, психокорекції та тренінгових технологій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Ідея примирення в міжгрупових і міжетнічних конфліктах має довгу історію розвитку в науковій думці. Перші спроби осмислення цього феномену зустрічаються в працях класиків соціальної психології, які звертали увагу на роль групових стереотипів і соціальної ідентичності у виникненні ворожості. Так, у 1954 році соціальним психологом Робертом Кейвом та його колегою Музафером Шерифом було проведено відомий експеримент із «Літнім табором», який довів, що міжгрупові конфлікти часто виникають унаслідок конкуренції за ресурси, а подолати їх можна шляхом створення «надцільей», які вимагають спільних зусиль представників різних груп. Цей підхід започаткував традицію пошуку умов для співпраці та взаєморозуміння як базових механізмів примирення [10].

Подальший розвиток проблематики відбувався в межах досліджень соціальної ідентичності (Г. Таджфел, Дж. Тернер), де підкреслювалася важливість переосмислення меж «своїх» і «чужої» групи. У цьому контексті примирення розгляда-

лося як результат трансформації ідентичності та зменшення упередженості через розширення меж соціальної категоризації [5].

Наприкінці XX – на початку XXI століття у психології конфлікту набули поширення концепції, пов'язані з вивченням колективної пам'яті та історичних травм. Вони наголошували, що стійкі образи та пам'ять про минулі несправедливості перешкоджають примиренню, а тому важливим завданням стає робота з історичними наративами, формування здатності до прощення та конструктивного діалогу [4].

У сучасних дослідженнях простежується інтеграція цих підходів: примирення розглядається як складний багаторівневий процес, що охоплює когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти. Примирення передбачає подолання ворожих стереотипів, формування емпатії до іншої групи, розвиток готовності до співпраці й пошук взаємовигідних рішень [9].

Таким чином, історичний розвиток уявлень про примирення свідчить про поступовий перехід від вузького розуміння конфлікту як боротьби інтересів до усвідомлення важливості психологічних факторів, а саме довіри, емпатії, ідентичності та колективної пам'яті. Саме це створює підґрунтя для сучасних міждисциплінарних підходів, де ключову роль відіграють практики психологічного консультування, психокорекції та тренінгової роботи [1].

Процес примирення в міжетнічних конфліктах значною мірою залежить не лише від соціально-культурних умов, але й від особистісних характеристик учасників. Саме диференціальна психологія надає інструменти для розуміння того, чому одна й та сама стратегія може виявитися ефективною для однієї людини і не мати результату для іншої [6].

По-перше, важливим чинником є тип темпераменту. Дослідження свідчать, що особи з холеричними та меланхолійними рисами частіше демонструють емоційно напружені реакції на міжетнічні суперечності, що може ускладнювати примирення. Навпаки, сангвінічні та флегматичні індивіди виявляють вищу здатність до емоційної регуляції, що сприяє конструктивному діалогу [1].

По-друге, суттєве значення мають рівень тривожності й толерантність до невизначеності. Люди з високою тривожністю схильні сприймати іншу етнічну групу як загрозу, тоді як особи з більш гнучкими когнітивними установками легше приймають різноманітність і виявляють готовність до співпраці.

По-третє, варто враховувати ціннісні орієнтації та мотиваційні установки. Індивіди, для яких провідними є цінності безпеки, традиційності та конформності, частіше підтримують конфронтаційні стратегії. Натомість орієнтація на гуманістичні та універсальні цінності (толериантність, рівність, свобода) зумовлює більш високу готовність до примирення.

Не менш значущим є рівень розвитку емпатії та соціального інтелекту. Емпатійна здатність доз-

воляє усвідомити позицію «іншого» та сприяє зниженню рівня ворожості. Соціальний інтелект своєю чергою забезпечує адекватне тлумачення намірів і поведінки представників інших груп [11].

Отже, індивідуальні відмінності виступають ключовим предиктором ефективності різних форм психологічного впливу. Це означає, що в роботі практичного психолога необхідним є диференційований підхід, орієнтований на специфіку особистісних характеристик клієнтів.

Примирення в міжетнічних конфліктах ґрунтується на складній взаємодії когнітивних, емоційних і поведінкових процесів, які в психології позначаються як психологічні механізми примирення. Вони забезпечують поступовий перехід від ворожості й недовіри до співпраці та взаємоповаги.

По-перше, одним із ключових механізмів виступає емпатія. Здатність поставити себе на місце представника іншої групи зменшує силу негативних стереотипів і підвищує ймовірність конструктивного діалогу. Дослідження показують, що навіть короткотривалі емпатійні інтервенції (наприклад, рольові ігри чи наративні практики) сприяють зниженню рівня упередженості.

По-друге, важливим чинником є когнітивна переоцінка. Вона дозволяє учасникам конфлікту змінити власне сприйняття ситуації: від образу «боротьби проти ворога» до бачення спільної проблеми, яку можна подолати колективними зусиллями. Цей механізм тісно пов'язаний з розвитком критичного мислення й подоланням когнітивних викривлень.

По-третє, значну роль відіграє емоційна регуляція. Міжетнічні конфлікти часто супроводжуються інтенсивними почуттями: гнівом, образою, страхом. Здатність управляти власними емоціями не лише знижує рівень агресивності, але й створює передумови для пошуку взаємоприйнятних рішень.

По-четверте, серед провідних механізмів варто виокремити відновлення довіри. Довіра формується повільно, але саме вона забезпечує стабільність примирення. Психологічні дослідження доводять, що довіра зростає через послідовність у поведінці, дотримання домовленостей, відкриту комунікацію та готовність до взаємних поступок [7].

По-п'яте, важливим елементом виступає робота з колективною пам'яттю та ідентичністю. Примирення потребує визнання історичного минулого, подолання травматичних наративів і формування нової спільної ідентичності, яка поєднує різні групи в єдину соціальну спільність [4].

Отже, психологічні механізми примирення не є автономними: вони функціонують у тісному взаємозв'язку. Емпатія створює основу для когнітивної переоцінки, емоційна регуляція забезпечує зниження напруження, а довіра й нові ідентичності закріплюють досягнутий результат, що підкреслює необхідність системного й багаторівневого підходу в практичній роботі психолога.

Психологічна практика примирення в міжетнічних конфліктах передбачає використання різних форм і методів, що враховують як індивідуальні відмінності, так і соціально-культурний контекст. Серед найбільш поширених засобів виділяють психологічне консультування, психотерапію, психокорекцію, психопрофілактику та соціально-психологічний тренінг. Кожен із цих підходів має власну специфіку, сферу застосування та механізми впливу.

Психологічне консультування є найдоцільнішим засобом у тих випадках, коли йдеться про гострі індивідуальні переживання, пов'язані з досвідом конфлікту. Його мета полягає у зниженні психологічної напруги, подоланні дезадаптивних реакцій та формуванні конструктивних способів взаємодії [8].

У процесі консультування психолог допомагає клієнту:

- усвідомити власні емоції та установки щодо представників іншої етнічної групи;
- подолати упередження та страхи;
- сформувати нові моделі мислення і поведінки, орієнтовані на діалог та співпрацю.

Психологічне консультування ефективне, коли конфлікт ще не набув хронічної форми, а також у роботі з клієнтами, які готові до внутрішніх змін, але потребують професійної підтримки.

Психокорекційна робота необхідна у випадках, коли наслідки міжетнічного конфлікту призводять до стійких емоційних або поведінкових порушень: високого рівня агресивності, тривалих станів тривоги, відчуття безпорадності чи навіть посттравматичного стресового розладу.

Основними завданнями психокорекції є:

- зменшення інтенсивності негативних емоцій;
- відновлення здатності до конструктивної саморегуляції;
- корекція деструктивних форм взаємодії;
- розвиток навичок ненасильницької комунікації.

Психокорекція може здійснюватися як індивідуально, так і в груповій формі. Вона потребує більш тривалої та системної роботи, ніж психологічне консультування, і спрямована на глибші трансформації особистості [1].

Соціально-психологічний тренінг виступає ефективним методом у випадках, коли завданням є налагодження взаємодії між представниками різних груп. Він дозволяє створити безпечний простір для спілкування, де учасники мають змогу поділитися власними переживаннями, подолати упередження та виробити спільні стратегії взаємодії.

Основні функції тренінгу в контексті примирення:

- розвиток навичок ефективної комунікації;
- формування емпатії та довіри між учасниками;
- моделювання ситуацій співпраці та спільного розв'язання завдань;
- зміна групових стереотипів через позитивний досвід взаємодії.

Тренінгові програми особливо актуальні для роботи з молоддю, освітніми колективами та громадами, де конфлікт має колективний характер. Саме завдяки інтерактивній формі вони сприяють швидшому формуванню нової спільної ідентичності та зниженню напруження в міжгрупових відносинах [2].

Таким чином, вибір між психологічним консультуванням, психокорекцією та психологічним тренінгом залежить від характеру проблеми, рівня її індивідуальної чи колективної вираженості та готовності учасників до змін. У поєднанні ці методи утворюють багаторівневу систему психологічного впливу, яка здатна забезпечити не лише тимчасове зниження конфліктності, але й довготривалу стабілізацію міжетнічних відносин.

Висновки. Науковий пошук показав, що проблема примирення в міжетнічних конфліктах має багатовимірний характер і потребує врахування як історико-психологічного контексту, так і сучасних підходів у галузі диференціальної та практичної психології. Аналіз історичних концепцій дозволив установити, що уявлення про природу міжетнічних суперечностей трансформувалися від етноцентричних моделей до інтегративних парадигм, які орієнтовані на діалог і співпрацю.

Результати комплексного аналізу довели, що індивідуально-психологічні відмінності (рівень толерантності, стресостійкість, когнітивні стилі) істотно впливають на перебіг конфліктів і визначають ефективність психологічних стратегій примирення. Водночас було підтверджено ключову роль таких механізмів, як емпатія, когнітивна переоцінка, емоційна регуляція, відновлення довіри та переосмислення колективної пам'яті, які забезпечують поступовий перехід від конфронтації до співпраці.

Таким чином, застосування практичних засобів психологічного впливу, як-от психологічне консультування, психокорекція та соціально-психологічний тренінг, набуває особливого значення. Психологічне консультування виявляється ефективним у роботі з гострими індивідуальними переживаннями, психокорекція сприяє подоланню стійких деструктивних емоційних і поведінкових моделей, а психологічний тренінг створює умови для розвитку довіри та налагодження міжгрупових відносин. Усе це вказує на доцільність їх інтегрованого використання в багаторівневій системі примирення.

Окремо слід зазначити, що отримані результати підтверджують важливість міждисциплінарного підходу, зокрема інтеграції знань з етнопсихології, історії психології, диференціальної психології, психології конфлікту, а також практикоорієнтованих освітніх компонентів: «Психологічне консультування», «Психотерапія», «Основи психокорекції», «Психопрофілактика» та «Основи психологічного тренінгу» в процесі підготовки майбутніх психологів. Включення відповідних навчальних дисциплін до освітньо-професійних програм закладів

вищої освіти сприятиме формуванню у здобувачів навичок роботи в полікультурному середовищі та здатності до ефективного розв'язання міжетнічних суперечностей.

Отже, проведене дослідження засвідчує, що вивчення психологічних механізмів примирення має не лише теоретичне значення, але й суттєвий прикладний потенціал. Розроблення і впровадження освітньо-професійних програм на основі отриманих результатів сприятиме підвищенню культури міжетнічного діалогу та формуванню соціальної згуртованості в сучасному суспільстві.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Джежик О.В., Татяничков А.О., Бакурідзе Н.Г. Курс «Основи психокорекції» як складова професійної підготовки фахівців-психологів за європейськими освітніми стандартами. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Видавничий дім «Гельветика». 2024. Вип. 2. Серія «Психологія». С. 87–90. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.2.17>.
2. Джежик О.В., Палінян В.В. Особливості синхронного викладання навчальних дисциплін «Загальна психологія» та «Історія психології». *Вісник Львівського університету*. Видавничий дім «Гельветика», 2024. Вип. 19. Серія «Психологічні науки». С. 26–31. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2024.19.4>.
3. Диференційна психологія : підручник для студентів вищих навчальних закладів / за заг. ред. академіка С.Д. Максименка. Київ : Слово, 2013. 600 с.
4. Киридон А.М. Концепт «історична пам'ять»: варіативність дефініювання. *Міжнародний збірник наукових праць. Серія: Історія, міжнародні відносини* / гол. ред. Л.М. Алексієвець. Тернопіль : Вид-во ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2009. С. 112–116.
5. Османова А.М. Психологічні детермінанти розвитку ідентичності особистості у працях зарубіжних та вітчизняних вчених. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: психологія. 2020. Том 31 (70) № 1. С. 45–52. DOI: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.1/06>.
6. Савицька О.В., Співак Л.М. Етнопсихологія : навч. посібн. 4–те вид., Київ : Каравела, 2019. 264 с.
7. Лісовенко А.Ф., Самара О.Є., Татяничков А.О. Особливості психодіагностики та когнітивно-поведінкової терапії самоушкоджуючої поведінки Наукові перспективи (Серія «Психологія») 2025. Вип. 3(57). С. 1428–1441.
8. Цільмак О.М. Технології психологічного консультування: підручник. Одеса : Астропринт, 2023. 212 с.
9. Шмаленко Ю.І., Єфтені Н.М. Вплив політичних конфліктів на цінності та ідентичність громадян України. *Габітус*. 2024. № 62. С. 224–229. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.62.40>.
10. Shmalenko Ju., Matviienkiv S., Lutsyshyn H., Anisimovych-Shevchuk O., Yeftieni N. The impact of political communication on the value in Ukrainian society during the crisis. *Public policy and administration*. Vol. 24 (2). 2025. P. 385–400. DOI: <https://doi.org/10.13165/VPA-25-24-2-16>.
11. Tsilmak, O., Samara, O., Bessarab, A., Zoska, Y. and Sklianska, O. The impact of internet dependence on human behaviour and well-being: a socio-psychological analysis. *Multidisciplinary Science Journal*. 6, (May 2024), 2024ss0717. DOI: <https://doi.org/10.31893/multiscience.2024ss0717>.

Стаття надійшла у редакцію: 04.08.2025

Стаття прийнята: 15.08.2025

Опубліковано: 23.10.2025