

**Запорізький національний університет
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України**

ЖУРНАЛ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Науковий журнал

Випуск 3 (26), 2022



Видавничий дім
«Гельветика»
2022

*Рекомендовано до друку
вченою радою Запорізького національного університету
протокол № 3 від 25.10.2022 р.*

Головний редактор:

Шевченко Н.Ф., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Запорізького національного-го університету

Редакційна колегія:

Александров Д.О., доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри соціальної роботи Київського національного університету імені Тараса Шевченка (м. Київ, Україна)

Аршава І.Ф., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної психології та патопсихології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (м. Дніпро, Україна)

Горбань Г.О., доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології Запорізького національного університету (м. Запоріжжя, Україна)

Де Карло Алессандро, доктор філософії з психології Університету LUMSA у Римі (Італія)

Даль Корсо Лаура, доктор філософії з психології, доцент з організаційної психології та психології праці, факультета філософії, соціології, освітньої та прикладної психології Університету Падови (Італія)

Дорожжкін В.Р., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна» (м. Київ, Україна)

Зазимко О.В., кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Клопота Є.А., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності Запорізького національного університету (м. Запоріжжя, Україна)

Кононенко О.І., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова (м. Одеса, Україна)

Мельничук Т.І., кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Паламарчук О.М., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна)

Ронгінська Т.І., доктор психологічних наук, директор Інституту психології Зеленогурського університету (Польща)

Санніков О.І., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теорії та методики практичної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (м. Одеса, Україна)

Сняданко І.І., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри теоретичної та практичної психології Національного університету «Львівська політехніка» (м. Львів, Україна)

Ткалич М.Г., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Запорізького національного університету (м. Запоріжжя, Україна)

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

На підставі Наказу Міністерства освіти і науки України № 886 від 02.07.2020 р. (додаток 4) журнал включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» у галузі психологічних наук (053 – Психологія).

До жовтня 2022 р. журнал виходив під назвою «Проблеми сучасної психології». У зв'язку зі зміною назви журналу було внесено відповідні зміни до Переліку наукових фахових видань України на підставі Наказу МОН України від 10.10.2022 № 894 (додаток 2).

Журнал індексується у Index Copernicus, Academic Resource Index, Eurasian Scientific Journal Index, World Catalogue of Scientific Journals, Journal Index.

*Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
КВ № 25212-15152ПР від 28.12.2021 р.*

Zaporizhzhia National University
G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine

JOURNAL OF MODERN PSYCHOLOGY

Scientific journal

Issue 3 (26), 2022



Publishing House
"Helvetica"
2022

DOI “Journal of modern psychology”
DOI № 3(26), 2022

<https://doi.org/10.26661/2310-4368>
<https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3>

*Board of Zaporizhzhia National University
(protocol № 3, 25.10.2022)*

Editor-in-Chief:

N. Shevchenko, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor at the Department of Psychology, Zaporizhzhia National University

Editorial board:

D. Aleksandrov, Doctor of Psychology, Professor, Department of Social Work, Taras Shevchenko National University of Kyiv
I. Arshava, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of General Psychology and Pathopsychology, Oles Honchar Dnipro National University

A. De Carlo, Ph.D. in Psychology, LUMSA University of Roma (Italy)

L. Dal Corso, Ph.D. in Psychology, Associate Professor of Work and Organizational Psychology, Department of Philosophy, Sociology, Education and Applied Psychology, University of Padova (Italy)

V. Dorozhkin, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Psychology, Open International University of Human Development “Ukraine”

G. Gorban, Doctor of Psychological Sciences, professor of the Department of Psychology, Zaporizhzhia National University

Ye. Klopot, Doctor of Psychological Sciences, professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Educational Activity, Zaporizhzhia National University

O. Kononenko, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Social Psychology, Mechnikov Odesa National University

T. Melnychuk, Candidate of Psychological Sciences, Senior Researcher at the Laboratory of Organizational and Social Psychology, G.S. Kostyuk Institute of Psychology NAPS of Ukraine

O. Palamarchuk, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychology and Social Work, Vinnitsa State Pedagogical University named after Mikhail Kotsyubynsky

T. Ronginska, Doctor of psychology, Director of the Institute of Psychology, The University of Zielona Góra (Poland)

A. Sannikov, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, Ushinsky South Ukrainian National Pedagogical University

I. Snyadanko, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Theoretical and Practical Psychology, Lviv Polytechnic National University

M. Tkalych, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor at the Department of Psychology, Zaporizhzhia National University

O. Zazymko, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Leading Researcher in the Laboratory of Cognitive Psychology, the G.S. Kostyuk Institute of Psychology NAPS of Ukraine

The articles were checked for plagiarism using the software StrikePlagiarism.com developed by the Polish company Plagiat.pl.

Based on the Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 886 dated 02.07.2020 (Appendix 4), the journal is included in the List of scientific professional publications of Ukraine category “B” in the field of psychological sciences (053 – Psychology).

Before October 2022, the journal was named “Problems of modern psychology”. Due to the change of the journal’s name, the List of scientific professional journals of Ukraine was amended according to the Decree of MES No. 894 (Annex 2) dated October 10, 2022.

The journal is indexed in scientometric databases: Index Copernicus (Poland), Academic Resource Index, Eurasian Scientific Journal Index, World Catalog of Scientific Journals, Journal Index.

*Certificate of state registration of the printed source of mass media
KB № 25212-15152IIP of 28.12.2021.*

ISSN 2310-4368 (Print)
ISSN 2524-2458 (Online)

© Zaporizhzhia National University, 2022

ЗМІСТ

<i>ПЕРЕДМОВА РЕДАКТОРА</i>	9
Августюк М. М. <i>НАВИЧКИ УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЯМИ В КОНТЕКСТІ ТОЧНОСТІ МЕТАКОГНІТИВНОГО МОНІТОРИНГУ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СТУДЕНТІВ</i>	10
Варіна Г. Б., Шевченко С. В. <i>ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНА ПАРАДИГМА ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕС РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ</i>	18
Воронова О. Ю., Барчій М. С. <i>ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ТА УНІВЕРСАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ</i>	28
Гачак-Величко Л. А. <i>ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ</i>	35
Гупаловська В. А. <i>ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ТА СОМАТИЧНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ</i>	42
Железнякова Ю. В. <i>ВПЛИВ ТИПУ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА ЯКІСТЬ СЕКСУАЛЬНОГО ЖИТТЯ</i>	50
Зарічанський О. А. <i>МОРАЛЬНЕ ВІДЧУЖЕННЯ ЯК МАРКЕР ГОТОВНОСТІ ДО КОРУПЦІЙНОЇ ПОВЕДІНКИ</i>	57
Когутяк Н. М., Федорів А. Я. <i>СХЕМА-ТЕРАПЕВТИЧНА ГРУПОВА РОБОТА ДЛЯ МИРНИХ МЕШКАНЦІВ ЩОДО ДИСТРЕСУ ВІЙНИ В УКРАЇНІ</i>	64
Кравченко К. О. <i>ОБҐРУНТУВАННЯ СТВОРЕННЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТ «МАСКА» ДЛЯ РОБОТИ З УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ</i>	71
Литвиненко С. А., Ямницький В. М. <i>СТАНОВЛЕННЯ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРАКТИКІВ: ДОСВІД ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ У МЕТОДІ КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ (СИМВОЛДРАМИ)</i>	80
Мартинюк Ю. О., Толмачевська В. О. <i>ОСОБЛИВОСТІ СПРЯМОВАНОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ РЕАКЦІЇ НА ЕКСТРЕМАЛЬНІ ОБСТАВИНИ ЖИТТЯ</i>	86
Мілюгіна К. Л., Макарук К. М. <i>ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВАГІТНИХ ЖІНОК ПІД ЧАС ВІЙНИ</i>	92
Мітенко Т. М. <i>АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ КІННОГО ПІДРОЗДІЛУ ПОЛІЦІЇ</i>	101
Нагорна Н. С. <i>МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «ПАТРИСИПАЦІЯ»</i>	108
Орищин-Буждиган Л. С. <i>ПЕРЕВАГИ НАВЧАННЯ У ФОРМАТІ ОНЛАЙН: ЕМПІРИЧНИЙ АСПЕКТ</i>	116
Петровська І. Р. <i>ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА ПОЛІТИКО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ СТАНОВЛЕННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ</i>	123

Синякова В. Б. <i>ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНО-РЕСУРСНОГО СКЛАДНИКА ЗАМІСНИХ ФОРМ БАТЬКІВСТВА У ШВЕЙЦАРІЇ</i>	132
Сліченко А. М. <i>ФЕНОМЕН ПОКОЛІНЬ У СІМ'ЯХ ЕТНІЧНИХ МЕНШИН: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ</i>	138
Ткалич М. Г., Тищенко І. І., Скрипченко Т. О. <i>ЕКОНОМІЧНА ПОВЕДІНКА УКРАЇНЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ</i>	144
Шевченко Н. Ф., Зайченко Л. В. <i>ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ НА УЯВЛЕННЯ ПРО ЛЮБОВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ</i>	153
Шерешкова І. І. <i>ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ ГЕНЕЗИС РИЗИКІВ УРАЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ НЕГАТИВНИМ ВПЛИВОМ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ</i>	160

CONTENTS

<i>EDITOR'S FOREWORD</i>	9
Avhustiuk M. M. <i>THE ROLE OF MANAGING EMOTIONS SKILLS IN METACOGNITIVE MONITORING ACCURACY OF THE LEARNING ACTIVITIES IN UNIVERSITY STUDENTS</i>	10
Varina H. B., Shevchenko S. V. <i>EURO-INTEGRATION PARADIGM OF IMPLEMENTATION OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE PROCESS OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF FUTURE SPECIALISTS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE EDUCATION</i>	18
Voronova O. U., Barchii M. S. <i>FORMATION OF PROFESSIONAL AND UNIVERSAL COMPETENCIES OF FUTURE SPECIALISTS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING</i>	28
Hachak-Velychko L. A. <i>CHARACTERISTICS OF PROFESSIONAL BURNOUT OF MILITARY SERVANTS: PSYCHOLOGICAL ASPECT</i>	35
Hupalovska V. A. <i>PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SEXUAL WELL-BEING OF PERSONS WITH DISABILITIES AND SOMATIC DISEASES</i>	42
Zheleznyakova Y. V. <i>INFLUENCE OF THE TYPE OF ATTACHMENT ON QUALITY OF SEXUAL LIFE</i>	50
Zarichanskyi O. A. <i>MORAL DISENGAGEMENT AS A MARKER OF READINESS TO CORRUPT BEHAVIOR</i>	57
Kogutiak N. M., Fedoriv A. Ya. <i>GROUP SCHEMA THERAPY FOR PEACEFUL RESIDENTS REGARDING THE DISTRESS OF THE WAR IN UKRAINE</i>	64
Kravchenko K. O. <i>SUBSTANTIATION OF THE CREATION OF MAC "MASK" FOR THE WORK WITH COMBATANTS</i>	71
Lytvynenko S. A., Yamnitsky V. M. <i>FORMATION OF HELPING PRACTITIONERS: EXPERIENCE OF TRAINING SPECIALISTS IN THE METHOD OF CATATHYMIC-IMAGINATIVE PSYCHOTHERAPY (SYMBOLDRAMA)</i>	80
Martyniuk Y. O., Tolmachevska V. O. <i>PECULIARITIES OF EMOTIONAL REACTION TO EXTREME CIRCUMSTANCES OF LIFE</i>	86
Miliutina K. L., Makaruk K. M. <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PREGNANT WOMEN DURING THE WAR</i>	92
Mitenko T. M. <i>CURRENT PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROFESSIONAL ACTIVITIES OF POLICE HORSES POLICE DIVISIONS</i>	101
Nahorna N. S. <i>INTERDISCIPLINARY MEANING OF TERM PARTICIPATION</i>	108
Oryshchyn-Buzhdyhan L. S. <i>BENEFITS FROM ONLINE LEARNING: EMPIRICAL ASPECT</i>	116
Petrovska I. R. <i>EMPIRICAL STUDY OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL AND POLITICAL-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF CIVIC IDENTITY FORMATION</i>	123

Sinyakova V. B. <i>FEATURES OF THE STUDY OF MOTIVATIONAL AND RESOURCE COMPONENT OF SUBSTITUTE FORMS OF PARENTHOOD IN SWITZERLAND</i>	132
Slichenko A. M. <i>THE PHENOMENON OF GENERATIONS IN THE FAMILIES OF ETHNIC MINORITIES: A SOCIO-PSYCHOLOGICAL ANALYSIS</i>	138
Tkalych M. H., Tyshchenko I. I., Skrypchenko T. O. <i>ECONOMIC BEHAVIOR OF UKRAINIANS DURING THE WAR: SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ANALYSIS</i>	144
Shevchenko N. F., Zaichenko L. V. <i>PSYCHOLOGICAL SEPARATION INFLUENCE ON THE REPRESENTATIONS OF LOVE IN YOUTH</i>	153
Shereshkova I. I. <i>PSYCHOEMOTIONAL GENESIS OF RISKS OF PERSONAL INJURY DUE TO NEGATIVE INFLUENCE OF MEDIAPERCEPTIVE COMMUNICATION</i>	160

ПЕРЕДМОВА РЕДАКТОРА

10 років тому, наприкінці 2012 року, за підтримки Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, який був і залишається співзасновником видання, вийшов перший номер нашого журналу. Тоді це був збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». Таку назву мали всі видання, співзасновником яких був Інститут психології.

З метою набуття статусу наукового фахового видання з перших випусків збірника ми намагалися тримати високий рівень публікацій, представлених емпіричними здобутками науковців-психологів, які пропонували цікаві наукові теми дослідження, обґрунтовували не лише їхню суспільну цінність для української наукової спільноти, але й окреслювали важливу тематику суспільної значущості у світовому контексті.

З 2014 року збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології» набув статусу наукового фахового видання України. Величезна роль у становленні журналу і його подальшому розвитку належить відповідальній секретарці, членкині редколегії М.Г. Ткалич, докторці психологічних наук, професорці.

Ми продовжували працювати над якістю публікацій нашого журналу, і в 2020 році на підставі Наказу Міністерства освіти і науки України № 886 від 02.07.2020 р. (додаток 4) журнал було включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» у галузі психологічних наук (053 «Психологія»).

Значну роль у забезпеченні якості публікацій відіграє штат рецензентів – знакових фахівців у галузі психології, за якими подаються рукописи статей: Л.М. Карамушка, дійсна членкиня НАПН України, докторка психологічних наук, професорка; О.М. Кокун, член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, про-

фесор; Е.Л. Носенко, член-кореспондентка НАПН України, докторка психологічних наук, професорка; Є.П. Синьова, докторка психологічних наук, професорка; О.М. Лозова, докторка психологічних наук, професорка; О.С. Кочарян, доктор психологічних наук, професор; Ж.П. Вірна, докторка психологічних наук, професорка; О.О. Євдокимова, докторка психологічних наук, професорка; Л.М. Співак, докторка психологічних наук, професорка; О.В. Креденцер, докторка психологічних наук, професорка; О.Г. Виноградов, кандидат психологічних наук, доцент.

Ми тримаємо високий рівень якості публікацій, журнал індексується в п'яти міжнародних наукометричних базах: Index Copernicus, Academic Resource Index, Eurasian Scientific Journal Index, World Catalogue of Scientific Journals, Journal Index. І впродовж 2 років нам в усьому допомагає офіційний видавець нашого наукового журналу – Видавничий дім «Гельветика» і особисто заступник директора М.Ю. Віхляєв, доктор юридичних наук, професор. Плануючи надалі підвищувати науковий рівень видання, ми перейменували його, і з цього випуску наш науковий журнал має назву **«Журнал сучасної психології»**.

Готуючи випуски журналу до видання, редакційна колегія з увагою ставиться до всіх наукових пошуків, оформлених і надісланих для розгляду, і віддає перевагу науковим дослідженням, актуальність яких не викликає сумнівів, у яких достовірно емпірично виміряно й обґрунтовано отримані дані, звернуто увагу на міжнародну значущість, якісно опрацьовано сучасну базу джерел.

Випуск № 3 (26) 2022 є ювілейним. Редколегія журналу з оптимізмом дивиться в майбутнє і сподівається, що наступне десятиліття буде для журналу ще продуктивнішим.

НАВИЧКИ УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЯМИ В КОНТЕКСТІ ТОЧНОСТІ МЕТАКОГНІТИВНОГО МОНІТОРИНГУ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СТУДЕНТІВ

Августюк М. М.

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри міжнародних відносин

Національний університет «Острозька академія»

вул. Семінарська 2, Острог, Рівненська область, Україна

orcid.org/0000-0002-9510-5715

maria.avgustiuk@gmail.com

Ключові слова: *емоційний інтелект, ілюзія знання (ІЗ), ілюзія незнання (ІНЗ), навчальна діяльність, точність метакогнітивного моніторингу (ТММ), управління емоціями.*

У статті описано особливості точності метакогнітивного моніторингу навчальної діяльності у студентів у розрізі рівнів управління емоціями. Отримані результати продовжують розширювати проблемні аспекти дослідження чинників точності метакогнітивного моніторингу навчальної діяльності у студентів закладів вищої освіти.

Основними інструментами дослідження були методики визначення рівня емоційного інтелекту “MSCEIT V 2.0” та «ЕмІн», направлені на встановлення зв'язку між такими рівнями емоційного інтелекту, як управління емоціями, і точністю метакогнітивного моніторингу. Точність метакогнітивного моніторингу ми визначали як різницю між суб'єктивним оцінюванням правильності відтворення інформації та показниками фактичного відтворення. Ми враховували такі профілі метапізнавальної активності: «+ +» та «- -» – показники точності моніторингу, що свідчать про наявність метакогнітивного знання (ТММ); «- +» – показники недостатньої впевненості, або ілюзії незнання (ІНЗ), і «+ -» – показники надмірної впевненості, або ілюзії знання (ІЗ), що свідчать про відсутність метакогнітивного знання. Кореляційний аналіз показав кореляції середнього та високого рівнів між рівнями управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) і точністю метакогнітивного моніторингу у проспективних і ретроспективних судженнях упевненості у правильності виконання. На рівні тенденції, більш точними у своїх судженнях є студенти із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”), тоді як найбільш точними у своїх метакогнітивних судженнях є студенти з дуже високим, високим, середнім і частково дуже низьким рівнями управління емоціями («ЕмІн»).

Отже, результати аналізу, отримані в дослідженні, можуть відігравати важливу роль у процесі розуміння зв'язку між точністю метакогнітивного моніторингу та навчальною діяльністю студентів у розрізі рівнів управління емоціями. Перспективним напрямом дослідження емоційного інтелекту є вивчення особливостей впливу показників емоційної фасилітації мислення на точність метакогнітивного моніторингу навчальної діяльності у здобувачів вищої освіти.

THE ROLE OF MANAGING EMOTIONS SKILLS IN METACOGNITIVE MONITORING ACCURACY OF THE LEARNING ACTIVITIES IN UNIVERSITY STUDENTS

Avhustiuk M. M.

*Ph. D. in Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of International Relations
The National University of Ostroh Academy
Seminarska str., 2, Ostroh, Rivne region, Ukraine
orcid.org/0000-0002-9510-5715
mariia.avgustiuk@oa.edu.ua*

Key words: *emotional intelligence, illusion of knowing, illusion of not knowing, learning activity, metacognitive monitoring accuracy, managing emotions skills.*

The study examines metacognitive monitoring accuracy of the learning activity of university students in terms of managing emotions skills. The current results continue to expand an investigation of metacognitive monitoring accuracy factors in university students.

The main instruments used in the study were the “MSCEIT V 2.0” test and the “EmIn” questionnaire aiming to find out the relationships between the levels of emotional intelligence such as managing emotions skills and metacognitive monitoring accuracy rates. Metacognitive monitoring accuracy was defined as the difference coefficient between subjective assessment of the accuracy of performing (metacognitive judgements rates) and test results. We took into account such profiles of metacognitive activity as: profiles of “MMA+ +” and “MMA– –” rates that denote accurate metacognitive monitoring and profiles of “INK– +” and “IK+ –” rates that denote inaccurate metacognitive monitoring. The results indicate the significance of the empirically established correlations of the medium and high levels between the variables of managing emotions skills according to the “MSCEIT V 2.0” test and metacognitive monitoring accuracy rates in JOLs and RCJs. At the trend level, the students with medium levels of managing emotions skills (“MSCEIT V 2.0”) are more accurate in their judgments, while the students with very high, high, medium, and partially very low levels of managing emotions skills (“EmIn”) are more accurate in their metacognitive judgments.

Thus, the results of the analysis found in the study can play an important role in the process of understanding the relationship between metacognitive monitoring accuracy and the learning activities in university students in terms of managing emotions skills. A promising direction of research of emotional intelligence of students is the study of the influence of using emotions to facilitate thought skills on metacognitive monitoring accuracy of the learning activities in university students.

Постановка проблеми. До складу емоційного інтелекту, разом зі здатністю до розрізнення емоцій, асиміляцією емоцій і розумінням емоційної інформації, входить також здатність управління емоціями, тобто регулювання як позитивних, так і негативних емоцій у себе та в інших. Хоча у психологічній літературі відсутні дослідження емоційного контексту точності метакогнітивного моніторингу, поодинокі дослідження про емоції та їхній вплив на навчальну діяльність актуалізують необхідність здійснення пошуків щодо встановлення особливостей емоційного інтелекту

загалом і управління емоціями зокрема в контексті точності метакогнітивного моніторингу навчальної діяльності у студентів.

Управління емоціями виступає здатністю до свідомого управління власними та чужими емоціями для особистісного зростання та покращення міжособистісних стосунків (здатність використовувати інформацію, яку передають через емоції, диференціювати та контролювати емоції, викликати або усувати емоції залежно від їх користі (зокрема, уміння знижувати інтенсивність прояву негативних емоцій, викликати позитивні емоції)).

Концептуалізація емоцій передбачає, що первинний емоційний досвід (настрій, тобто безпосереднє проживання емоцій) зазвичай може супроводжуватись безліччю додаткових або так званих «вторинних» процесів, серед яких управління емоційними процесами виступає додатковими знаннями, що здатні контролювати відповідний настрій [4]. Управління емоціями є основоположною ланкою Системи 2, яка постійно схвалює враження, передчуття, наміри та почуття, продюковані Системою 1, перетворюючи їх на переконання та свідомі дії [2; 5].

Вивчення чинника «управління емоціями» неможливо розглядати без урахування інших складових частин емоційного інтелекту, як-от ідентифікація й оцінювання емоцій, а також розуміння емоцій. Це породжує багатоаспектність у підходах до тлумачення поняття та встановлення основних його особливостей. Серед інших, зокрема, варто звернути увагу на дослідження як емоційного інтелекту загалом, так і такого його чинника, як управління емоціями. Існують, однак, лише поодинокі дослідження емоційного інтелекту в контексті метапізнання. Актуалізація дослідження емоційного інтелекту загалом і управління емоціями зокрема в контексті метапізнання потребує врахування особливостей точності метакогнітивного моніторингу студентів у розрізі рівнів управління емоціями.

Мета статті полягає у встановленні особливостей точності метакогнітивного моніторингу навчальної діяльності у студентів у розрізі рівнів управління емоціями відповідно до методик «MSCEIT V 2.0» та «EmIn».

Результати дослідження. Для діагностики вимірювання чинника емоційного інтелекту «управління емоціями» ми обрали тест емоційного інтелекту «MSCEIT V 2.0» Дж. Майєра, П. Саловея та Д. Карузо [6; 7] (адаптована українською мовою версія тесту М. Яцюк [3]), а також опитувальник емоційного інтелекту «EmIn» Д. Люсіна (адаптація О. Верітової [1]). В експерименті взяли участь студенти Національного університету «Острозька академія», середній вік яких становив 17,8 (SD = 0,72).

Фазами лабораторного експерименту були фази запам'ятовування інформації, фази оцінювання ефективності виконання кожного завдання, фази виконання завдань і фази ретроспективного оцінювання ефективності виконання кожного завдання. Запитання були представлені українською мовою. Отримані дані були оброблені комп'ютерними програмами IBM SPSS Statistics 20 і Excel. Точність метакогнітивного моніторингу ми визначали як різницю між суб'єктивним оцінюванням правильності відтворення інформації (рейтинг метакогнітивних суджень) і показниками фактичного відтворення (відносна частка від загальної кількості завдань). Профілі метапізнавальної актив-

ності: «суб'єкт стверджує, що знає, і підтверджує це» – показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ+ +», «суб'єкт стверджує, що не знає, і також підтверджує це» – показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ– –», «суб'єкт стверджує, що не знає, але успішно демонструє знання» – показники недостатньої впевненості, або ілюзії незнання «ІНЗ+ +», та «суб'єкт стверджує, що знає, однак не може це підтвердити на практиці» – показники надмірної впевненості, або ілюзії знання «ІЗ+ –».

За результатами зіставлення показників, що характеризують емоційний інтелект, ми встановили такі особливості точності метакогнітивного моніторингу студентів у розрізі рівнів управління емоціями («MSCEIT V 2.0» і «EmIn»). Зокрема, ми порівняли результати студентів у міжгрупових змінних за двома методиками дослідження емоційного інтелекту. Для здійснення порівняльної характеристики ми взяли до уваги показники такого складника емоційного інтелекту, як управління емоціями, що входить до складу обох методик. Між такими складовими частинами емоційного інтелекту, як управління емоціями, ми виявили взаємозв'язки нелінійного характеру. Середній та високий рівні управління емоціями за методиками «MSCEIT V 2.0» і «EmIn» відповідно показали 13% респондентів, середні рівні – 16,7%, середній і низький – 32,3%. Студенти з низькими рівнями управління емоціями («MSCEIT V 2.0») показали високий (2,1%), середній (10,3%) і низький (25,7%) рівні управління емоціями («EmIn»). Отримані результати представлені в Таблиці 1.

Кореляційний аналіз показав кореляції середнього та високого рівнів між рівнями управління емоціями («MSCEIT V 2.0») і точністю метакогнітивного моніторингу у проспективних і ретроспективних судженнях упевненості у правильності виконання. За результатами багатфакторного

Таблиця 1

Взаємозв'язок між рівнями управління емоціями («MSCEIT V 2.0» і «EmIn»)

Рівень управління емоціями («MSCEIT V 2.0»)	Рівень управління емоціями («EmIn»)	Кількість респондентів (у %)
високий	високий	–
високий	середній	–
високий	низький	–
середній	високий	13
середній	середній	16,7
середній	низький	32,2
низький	високий	2,1
низький	середній	10,3
низький	низький	25,7

дисперсійного аналізу ANOVA відмінності між середніми значеннями показників точності метакогнітивного моніторингу у проспективних і ретроспективних судженнях упевненості у правильності виконання в розрізі рівнів управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) не є статистично значущими ($F_{TMM^{++}} = 0,47, p = 0,49$; $F_{TMM^{-}}$ $= 0,13, p = 0,7$; $F_{IЗ^{+}}$ $= 0,77, p = 0,38$; $F_{IЗ^{-}}$ $= 0,99, p = 0,75$). Кореляційний аналіз за методикою «ЕмІн» показав кореляції середнього та низького рівнів між рівнями управління емоціями і точністю метакогнітивного моніторингу у проспективних і ретроспективних судженнях упевненості у правильності виконання. За результатами багатofакторного дисперсійного аналізу ANOVA відмінності між середніми значеннями показників точності метакогнітивного моніторингу у проспективних і ретроспективних судженнях упевненості у правильності виконання в розрізі рівнів управління емоціями («ЕмІн») не є статистично значущими ($F_{TMM^{++}} = 0,34, p = 0,57$; $F_{TMM^{-}}$ $= 0,66, p = 0,43$; $F_{IЗ^{+}}$ $= 0,21, p = 0,65$; $F_{IЗ^{-}}$ $= 0,02, p = 0,88$).

За результатами зіставлення показників, що характеризують рівні управління емоціями, ми зафіксували такі особливості точності метакогнітивного моніторингу досліджуваних студентів у розрізі рівнів управління емоціями (Таблиця 2). Зокрема, студенти із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) відзначились нижчими показниками точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ+ +». Середні значення показників метакогнітивних суджень виявились однаковими у проспективних і ретроспективних судженнях упевненості у правильності виконання завдань ($M = 0,13, SD = 0,16, p \leq 0,05$). Вищі показники, які ми виявили у студентів з низьким рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”), майже не відрізняються від тих, якими відзначились студенти із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) ($M_{JOLs} = 0,12, SD = 0,17, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = 0,12, SD = 0,18, p \leq 0,05$). Студенти із середнім рівнем управління емоціями («ЕмІн») відзначились найвищими показниками точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ+ +» ($M_{JOLs} = 0,1, SD = 0,14, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = 0,11, SD = 0,16, p \leq 0,05$), тоді як для студентів з дуже високим і дуже низьким рівнями управління емоціями («ЕмІн») характерні найнижчі показники точності метакогнітивного моніторингу.

Нижчі показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ- -» показали студенти з низьким рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) ($M_{JOLs} = -0,53, SD = 0,35, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = -0,54, SD = 0,35, p \leq 0,05$), тоді як у судженнях студентів із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) ми зафіксували вищі показники точності метакогнітивного

моніторингу ($M_{JOLs} = -0,47, SD = 0,44, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = -0,48, SD = 0,33, p \leq 0,05$). Найнижчі показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ- -» ми виявили у JOLs і RCJs судженнях студентів із дуже високим рівнем управління емоціями («ЕмІн») ($M_{JOLs} = -0,58, SD = 0,17, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = -0,59, SD = 0,18, p \leq 0,05$), а також у RCJs судженнях у студентів із низьким рівнем управління емоціями («ЕмІн») ($M = -0,58, SD = 0,33, p \leq 0,05$). Ці показники RCJs суджень виявились нижчими за показники JOLs суджень ($M = -0,53, SD = 0,5, p \leq 0,05$). Найвищі показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ- -» показали студенти з дуже низьким рівнем управління емоціями («ЕмІн») ($M_{JOLs} = -0,45, SD = 0,36, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = -0,45, SD = 0,36, p \leq 0,05$).

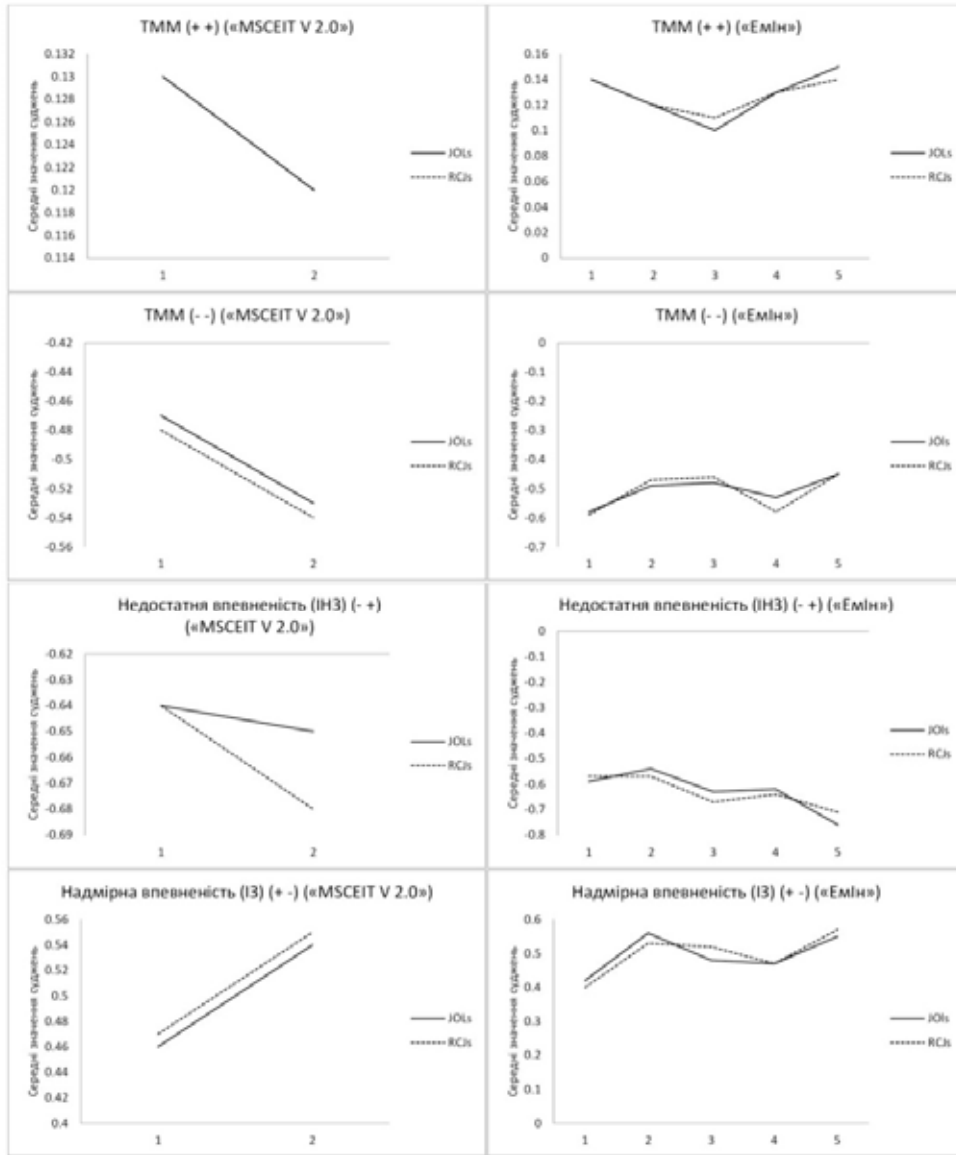
Вищі показники ІЗ показали студенти з низьким рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”). Водночас середні значення показників суджень RCJs були дещо вищими за середні значення показників суджень JOLs ($M_{JOLs} = -0,65, SD = 0,24, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = -0,68, SD = 0,22, p \leq 0,05$). Нижчі показники ІЗ у студентів із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) виявились однаковими у JOLs і RCJs судженнях ($M = -0,64, SD = 0,22, p \leq 0,05$). Найвищі показники ІЗ показали студенти з дуже низьким рівнем управління емоціями («ЕмІн»); водночас у судженнях RCJs ми помітили тенденцію до зниження показників середніх значень метакогнітивних суджень ($M = -0,71, SD = 0,23, p \leq 0,05$) порівняно із JOLs судженнями ($M = -0,76, SD = 0,23, p \leq 0,05$). Найнижчі показники ІЗ ми зафіксували у студентів з дуже високим і високим рівнями управління емоціями («ЕмІн»).

Вищими показниками ІЗ відзначились студенти з низьким рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”), середні значення цих суджень виявились найвищими серед середніх значень ІЗ у студентів з низьким рівнем управління емоціями за методикою «ЕмІн» ($M_{JOLs} = 0,54, SD = 0,37, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = 0,55, SD = 0,38, p \leq 0,05$). У студентів із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) середні значення суджень були нижчими ($M_{JOLs} = 0,46, SD = 0,34, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = 0,47, SD = 0,35, p \leq 0,05$). Найнижчі показники ІЗ ми виявили у студентів з дуже високим рівнем управління емоціями («ЕмІн») ($M_{JOLs} = 0,42, SD = 0,3, p \leq 0,05$; $M_{RCJs} = 0,4, SD = 0,3, p \leq 0,05$). Найвищі показники ІЗ показали студенти з високим і дуже низьким рівнями управління емоціями («ЕмІн»). Отримані результати представлені в Таблиці 2.

На рис. 1 представлені рейтинги JOLs та RCJs суджень упевненості у правильності виконання завдань у розрізі рівнів управління емоціями за методиками “MSCEIT V 2.0” і «ЕмІн».

**Середні значення показників точності метакогнітивного моніторингу
в розрізі рівнів управління емоціями («MSCEIT V 2.0» і «ЕмІн»)**

	Рівні	Точність метакогнітив- ного моніторингу	M (SD)			
			Управлін- ня емоціями ("MSCEIT V 2.0")	Кількість відповідей (у %)	Управління емоціями («ЕмІн»)	Кількість відповідей (у %)
JOLs	Дуже високий	TMM (+ +)	–	–	0,14 (0,14)	49
		TMM (– –)	–	–	–0,58 (0,17)	13,3
		ІНЗ (– +)	–	–	–0,59 (0,16)	6,6
		ІЗ (+ –)	–	–	0,42 (0,3)	31,1
	Високий	TMM (+ +)	–	–	0,16 (0,17)	50,5
		TMM (– –)	–	–	–0,49 (0,33)	15,2
		ІНЗ (– +)	–	–	–0,54 (0,19)	2,8
		ІЗ (+ –)	–	–	0,56 (0,39)	31,4
	Середній	TMM (+ +)	0,13 (0,16)	45,6	0,1 (0,14)	42,8
		TMM (– –)	–0,47 (0,44)	19,7	–0,48 (0,32)	22,5
		ІНЗ (– +)	–0,64 (0,22)	6,7	–0,63 (0,23)	7,5
		ІЗ (+ –)	0,46 (0,34)	28	0,48 (0,37)	27,1
	Низький	TMM (+ +)	0,12 (0,17)	44,8	0,13 (0,16)	46
		TMM (– –)	–0,53 (0,35)	19	–0,53 (0,5)	18
		ІНЗ (– +)	– 0,65 (0,24)	6	–0,62 (0,23)	7
		ІЗ (+ –)	0,54 (0,37)	30,2	0,47 (0,34)	29
Дуже низький	TMM (+ +)	–	–	0,15 (0,19)	42	
	TMM (– –)	–	–	–0,45 (0,36)	23,4	
	ІНЗ (– +)	–	–	– 0,76(0,23)	6,4	
	ІЗ (+ –)	–	–	0,55 (0,37)	28,2	
RCJs	Дуже високий	TMM (+ +)	–	–	0,14 (0,13)	47,8
		TMM (– –)	–	–	–0,59 (0,17)	15,2
		ІНЗ (– +)	–	–	–0,57 (0,18)	6,5
		ІЗ (+ –)	–	–	0,4 (0,3)	30,4
	Високий	TMM (+ +)	–	–	0,12 (0,16)	49
		TMM (– –)	–	–	–0,47 (0,34)	15
		ІНЗ (– +)	–	–	–0,57 (0,16)	4
		ІЗ (+ –)	–	–	0,53 (0,38)	32
	Середній	TMM (+ +)	0,13 (0,16)	46,5	0,11 (0,16)	45,4
		TMM (– –)	–0,48 (0,33)	19	–0,46 (0,34)	21,2
		ІНЗ (– +)	–0,64 (0,22)	6	–0,67 (0,24)	5,3
		ІЗ (+ –)	0,47 (0,35)	28,5	0,52 (0,38)	28
	Низький	TMM (+ +)	0,12 (0,18)	46	0,13 (0,16)	47,3
		TMM (– –)	–0,54 (0,35)	19,2	–0,58 (0,33)	17,2
		ІНЗ (– +)	–0,68 (0,22)	4,6	–0,64 (0,2)	5,8
		ІЗ (+ –)	0,55 (0,38)	30,2	0,47 (0,34)	29,6
Дуже низький	TMM (+ +)	–	–	0,14 (0,19)	42,3	
	TMM (– –)	–	–	–0,45 (0,36)	22,7	
	ІНЗ (– +)	–	–	–0,71 (0,23)	6	
	ІЗ (+ –)	–	–	0,57 (0,37)	29	



* Примітка: різні управління емоціями («MSCEIT V 2.0»): 1 – середній, 2 – низький; рівні управління емоціями («EmIn»): 1 – дуже високий, 2 – високий, 3 – середній, 4 – низький, 5 – дуже низький.

Рис. 1. Рейтинги JOLs та RCJs суджень упевненості у правильності виконання завдань у розрізі рівнів управління емоціями

У Таблиці 3 представлені групові відмінності між показниками точності метакогнітивного моніторингу в розрізі рівнів управління емоціями за методиками “MSCEIT V 2.0” і «EmIn». Отримані показники майже не відрізняються на статистично значущому рівні в судженнях JOLs і RCJs.

Отже, студенти з низьким рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) відзначились вищими показниками суджень метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ+ +», вищими показниками суджень метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ- -», а також вищими показниками ІНЗ та ІЗ. Студенти з низьким рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”) показали вищі показники

ІНЗ та ІЗ, вищі показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ+ +», однак нижчі показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ- -». Більша частка досліджуваних студентів з показниками точності метакогнітивного моніторингу відповідно до чотирьох типів точності – це студенти із середнім рівнем управління емоціями (“MSCEIT V 2.0”). Найвищі показники точності метакогнітивного моніторингу за типом «ТММ+ +» показали студенти із середнім рівнем управління емоціями («EmIn»), тоді як найнижчі – студенти з дуже високим і дуже низьким рівнями управління емоціями («EmIn»). Найвищі показники точності метакогнітивного моніторингу

Групові відмінності між показниками точності метакогнітивного моніторингу в розрізі рівнів управління емоціями («MSCEIT V 2.0» і «ЕмІн»)

Характеристики студентів	Точність метакогнітивного моніторингу	M (SD) (JOLs)	M (SD) (RCJs)
Управління емоціями («MSCEIT V 2.0»)	TMM (+ +)	0,12 (0,01)	0,12 (0,01)
	TMM (- -)	-0,5 (0,04)	-0,51 (0,04)
	ІНЗ (- +)	-0,64 (0,01)	-0,66 (0,03)
	ІЗ (+ -)	0,5 (0,05)	0,51 (0,05)
Управління емоціями («ЕмІн»)	TMM (+ +)	0,13 (0,02)	0,13 (0,01)
	TMM (- -)	-0,5 (0,05)	-0,51 (0,06)
	ІНЗ (- +)	-0,63 (0,08)	-0,63 (0,06)
	ІЗ (+ -)	0,49 (0,05)	0,49 (0,06)

за типом «ТММ- -» показали студенти з дуже низьким рівнем управління емоціями («ЕмІн»), тоді як найнижчі – студенти з дуже високим рівнем управління емоціями («ЕмІн»). Найвищі показники ІНЗ характерні для студентів з дуже низьким рівнем управління емоціями («ЕмІн»), найнижчі – для студентів з дуже високим і високим рівнями управління емоціями («ЕмІн»). Студентам з високим і дуже низьким рівнями управління емоціями («ЕмІн») притаманні найвищі показники ІЗ, тоді як для студентів з дуже високим рівнем управління емоціями («ЕмІн») характерні найнижчі показники ІЗ. Найбільшу частку респондентів за всіма типами точності метакогнітивного моніторингу ми зафіксували в досліджуваних студентів з низьким рівнем управління емоціями («ЕмІн»). Однак характер співвідношення показників точності метакогнітивного моніторингу відповідно до рівнів управління емоціями за методикою «ЕмІн» є нелінійним.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, відповідно до отриманих результатів дослідження, на рівні тенденції, більш точними у своїх судженнях є студенти із середнім рівнем управління емоціями за методикою «MSCEIT V 2.0», тоді як найбільш точними у своїх метакогнітивних судженнях є студенти з дуже високим, високим, середнім і частково дуже низьким рівнями управління емоціями за методикою «ЕмІн». Можна припустити, що результати можуть відігравати важливу роль у процесі розуміння зв'язку між точністю метакогнітивного моніторингу та навчальною діяльністю студентів у розрізі рівнів розуміння емоцій. Перспективним напрямом дослідження є вивчення особливостей впливу показників емоційної фасилітації мислення на точність метакогнітивного моніторингу навчальної діяльності у студентів ЗВО.

ЛІТЕРАТУРА

1. Верітова О. Розвиток емоційного інтелекту майбутніх педагогів вищої школи у процесі магістерської підготовки : дис. ... канд. пед. наук. Запоріжжя : Класичний приватний у-т, 2019. 235 с.
2. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків : Віват, 2019. 512 с.
3. Яцюк М. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи) : навчально-методичний посібник. Вінниця : Діло, 2019. 105 с.
4. The role of meta-cognitive processes in emotional intelligence / P. Briñol et al. *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 26–33.
5. Goleman D. Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ. Bantam Books, 1995. 661 p.
6. Models of emotional intelligence / J.D. Mayer et al. *Handbook of Intelligence* / R. Sternberg (Ed.). Cambridge, UK : Cambridge University Press, 2000. P. 396–420.
7. The ability model of emotional intelligence: Principles and updates / J. D. Mayer et al. *Emotion Review*. 2016. Vol. 8. P. 1–11.

REFERENCES

1. Veritova O. S. (2019). *Rozvytok emotsiinoho intelektu maibutnykh pedahohiv vyshchoi shkoly v protsesi mahisterskoi pidhotovky* [Development of emotional intelligence of future teachers of higher education in the process of Master's training]. Zaporizhzhia : Klasychnyi Pryvatnyi Universytet [in Ukrainian].
2. Goleman D. (2019). *Emotsiynyi intelekt* [Emotional intelligence]. Kh. : Vivat [in Ukrainian].

3. Yatsiuk M. (2019). *Emotsiyni intelekt osobystosti (na khyly Novoi ukrainskoi shkoly)* [Emotional intelligence of the individual (on the wave of the New Ukrainian school)]. Vinnytsia : Dilo (in Ukrainian).
4. Briñol P., Petty R.E., Rucker D.D. (2006). *The role of meta-cognitive processes in emotional intelligence*. Psicothema (in English).
5. Goleman D. (1995). *Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ*. Bantam Books (in English).
6. Mayer J. D., Caruso D. R., Salovey P. (2000). *Models of emotional intelligence*. Cambridge, UK : Cambridge University Press (in English).
7. Mayer J. D., Caruso D.R., Salovey P. (2016). *The ability model of emotional intelligence: Principles and updates*. Emotion Review (in English).

ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНА ПАРАДИГМА ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕС РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Варіна Г. Б.

старший викладач кафедри психології

Мелітопольський державний педагогічний університет

імені Богдана Хмельницького

вул. Наукового містечка, 59, Запоріжжя, Україна

orcid.org/0000-0002-0087-4264

varina_hanna@mdpu.org.ua

Шевченко С. В.

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології

Мелітопольський державний педагогічний університет

імені Богдана Хмельницького

вул. Наукового містечка, 59, Запоріжжя, Україна

orcid.org/0000-0001-8281-243X

Svetlanashev1986@gmail.com

Ключові слова: *когнітивна оцінка стресової ситуації, ресурси подолання стресу, копінг, життєстійкість, стресостійкість, психологічна пружність, психотравма.*

Представлено психометричні властивості україномовної версії Шкали сприйнятого стресу Ш. Коена. Це простий, ефективний, визнаний у світі інструмент для оцінки сприйняття стресу і його потенційних наслідків. Після процедури прямого/зворотного перекладу та пілотажу шкала була включена в онлайн-опитування українців стосовно переживання стресу та ресурсів його подолання на 10–11 тижні війни. Вибірку склали 318 цивільних осіб віком від 14 до 70 років, серед яких 82,7% жінок (переважно херсонці, що перебували в окупації або вимушено покинули власні домівки). Крім PSS-10, респонденти заповнили анкету з переліком травмивних подій, Госпітальну шкалу тривоги та депресії; Шкалу резильєнтності Коннор-Девідсона, Опитувальник позитивного і негативного афекту. За отриманими даними, Альфа Кронбаха для шкали з 10 питань склала 0,840. У вибірці отримані оцінки PSS в інтервалі від 6 до 40 балів із середнім $25,64 \pm 6,72$. Це більше, ніж показники будь-якої вибірки, опубліковані раніше, що пояснюється аномальними умовами життя, в яких перебували респонденти. Найбільше стрес відчували юнаки 14–19 років, найменше – особи 35–39 років. Суб'єктивна оцінка напруженості у жінок значно вища, ніж у чоловіків ($p=0,000$). Загальна оцінка сприйнятого стресу корелює з насиченістю життя негативним досвідом: коли учасники дослідження безпосередньо переживали важку подію ($p=0,022$), ставали свідком нещастя інших ($p=0,004$), коли травмивні події траплялися з їх близькими ($p=0,015$), із відчуттям страху перед загрозами, які можуть трапитись ($p=0,005$). Оцінка PSS негативно корелює з показником психологічної стійкості та вираженістю позитивних емоцій за останні тижні; прямо – з вираженістю негативних емоцій, проявами тривожної та депресивної симптоматики (в усіх випадках $p=0,000$). Дослідження доводить внутрішню узгодженість, критеріальну, конструктну і прогностичну валідність Шкали сприйнятого

стресу. Це ефективний інструмент для оцінки суб'єктивного сприйняття життєвої ситуації як неконтрольованої та непередбачуваної, що висуває надмірні вимоги до людини. Використання шкали дозволяє виявити респондентів, вразливих до негативного впливу стресу.

EURO-INTEGRATION PARADIGM OF IMPLEMENTATION OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE PROCESS OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF FUTURE SPECIALISTS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE EDUCATION

Varina H. B.

*Senior Lecturer at the Department of Psychology
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University
Naukovo Mischechto str., 59, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0002-0087-4264
varina_hanna@mdp.u.edu.ua*

Shevchenko S. V.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of Psychology
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University
Naukovo Mischechto str., 59, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0001-8281-243X
Svetlanshev1986@gmail.com*

Key words: *emotional intelligence, emotional stability, AR/VR-technologies, European integration educational paradigm, competitiveness, professional development.*

The scientific article is devoted to the analysis of the features of the integration of innovative AR/VR-technologies in the process of developing the emotional intelligence of future specialists in the conditions of European integration changes and approaches to training a competitive specialist. The article analyzes the main models and approaches to determining the functional role of emotional intelligence in the process of performing professional tasks. The work details the main vectors of introducing the components of augmented reality both in the educational and cultural space and in the scientific and research plane. An analysis of the features and factors of the implementation of AR/VR-technologies in the context of the implementation of the competence approach in higher education and modern research on the impact of augmented reality on the emotional states of the individual and the educational process in the conditions of distance learning was carried out. The article describes the experience of the complex implementation of elements of augmented reality in the program for the development of emotional stability of future specialists, which was implemented as part of the certification program for future specialists in socio-economic professions "Self-management: development of the professional and personal potential of an individual", which was implemented using the MOODLE system in conditions of distance learning. The implementation of augmented reality components into a complex program was based on the implementation of the MARE methodology. The described experience of cooperation between applicants and teachers on the basis of the Laboratory of Psychophysiological Research, the Laboratory of Health Psychology and the STEM-Laboratory of Melitopol State Pedagogical University named after Bohdan Khmelnytskyi stands out as innovative in the research. Within the framework of the corresponding concept of cooperation, an integrative

approach in the process of developing the emotional intelligence of an individual, which is based on a complex combination of traditional psychodiagnostic and training technologies with innovative AR/VR technologies, has been developed and implemented. According to the results, it was found that the implementation of a psychocorrective program with elements of AR technologies helped to increase the level of development of the components of emotional intelligence of the individual. The introduction of elements of AR/VR-technologies into the educational process provides an opportunity to deeply influence the emotional world of an individual, the possibility of visualization and reproduction of certain emotional states, the possibility of close to real immersion in one's own emotional world, its active cognition and the development of emotional self-regulation, stress resistance and the ability to understand emotional another person's world.

Постановка проблеми. Європейські траєкторії розвитку сучасного суспільства, розвиток комп'ютерних технологій, глобалізація й інформатизація зачіпають всі сфери життєвого устрою, зокрема і вищу освіту. Сенс, призначення та місія сучасної освіти – не просто отримання базових знань і необхідних компетентностей, – це вироблення культурного коду, самостійного підходу до засвоєння нових знань, культурних цінностей, нових форм і видів діяльності. Емоційна готовність до професійної діяльності розглядається як усвідомлена готовність фахівця до реалізації емоційних компетентностей, необхідних для конструктивного вирішення професійних завдань. Зростання інтересу європейських науковців до проблематики емоційного інтелекту зумовлено необхідністю більше приділяти увагу психологічним ресурсам особистості конкурентоспроможного майбутнього фахівця, здатного до ефективної самореалізації, стимуляції особистої ефективності та підвищення працездатності. Вимоги європейського ринку праці та запиту стейкхолдерів щодо розвитку професійних компетентностей майбутніх фахівців передбачають залучення всіх складових частин загального інтелекту, висувають особистості вимоги в межах різних видів компетентності: професійної – відповідність працівника сучасним професійно-кваліфікаційним вимогам з урахуванням революційного розвитку науки та техніки; методичної – здатність до системного мислення, роботи з різноманітною інформацією; просторово-часової – ефективний тайм-менеджмент; соціальної – уміння діяти, самостійно та конструктивно працювати в команді; емоційної – володіння сукупністю знань, умінь і навичок особистісної саморегуляції, збереження емоційної стійкості, здатність адекватно реагувати на зміни внаслідок інтелектуальної обробки зовнішньої та внутрішньої емоційної інформації [11].

Водночас досить складним постає питання визначення шляхів і методів розвитку емоційного інтелекту як інтегративного компонента ефек-

тивного професійного становлення майбутніх фахівців в актуалізованих умовах дистанційного навчання, як адаптивної форми організації освітнього процесу в пандемічних умовах Covid-19 і сучасних умовах воєнного конфлікту в нашій країні. Основна проблема полягає у зміні конфігурації та панівних засобів сприйняття інформації, зміні форми міжособистісної взаємодії, ідеться про перехід в онлайн-режим, що впливає на реалізацію комунікативного й емоційного ресурсів майбутніх фахівців.

Мета статті – проаналізувати особливості розвитку інноваційних імерсивних технологій в умовах євроінтеграції сучасного освітнього простору; визначити особливості впливу AR/VR-технологій у контексті реалізації компетентнісного підходу у вищій школі на емоційні стани особистості в умовах реалізації дистанційного навчання.

Результати дослідження. Сучасні наукові дослідження орієнтовані на поєднання інноваційних технологій у науці та техніці з урахування індивідуальних типологічних особливостей індивідуума. Емоційна готовність до професійної діяльності розглядається як усвідомлена готовність фахівця до реалізації емоційних компетенцій, необхідних для конструктивного вирішення професійних завдань [2]. У зв'язку із цим набуває актуальності дослідження чинника емоційного інтелекту у професійному самовизначенні, зокрема здатність до розуміння, управління та вміння контролювати свої емоції залежно від ситуації. Сучасні науковці розглядають емоційний інтелект (за визначенням авторів даного поняття Дж. Мейера, П. Селовея та Д. Карузо) як групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню та розумінню власних емоцій і емоцій оточення («модель здібностей») [8]. Згідно з П. Селовеєм, у структуру емоційного інтелекту входять декілька здібностей: усвідомлена регуляція емоцій; розуміння (осмислення) емоцій; асиміляція емоцій у мисленні; розрізнення та вираз емоцій [1]. Структуру емоційного інтелекту у трактуванні

Д. Гоулмана становлять чотири компоненти: само-свідомість, самоконтроль, соціальне розуміння й управління взаєминами, причому стосовно різних категорій людей ця структура дещо відрізняється. Подібний синтетичний підхід демонструє і Д.В. Люсін, який розуміє емоційний інтелект як здатність до розуміння своїх і чужих емоцій і управління ними; цей феномен як теоретичний конструкт, на його думку, пов'язаний, з одного боку, з когнітивними здібностями, а з іншого – з особистісними характеристиками [3]. Уявлення про конструкт емоційного інтелекту диференціюються на основі інтеграції окремих здібностей і компетентностей:

– теорія емоційно-інтелектуальних здібностей (Дж. Майєр, П. Селовей, Д. Карузо), що включає чотирикомпонентну ієрархічну модель, що складається з елементів (гілок), що послідовно розвиваються в онтогенезі, як-от: ідентифікація емоцій, використання емоцій у розумовій діяльності, розуміння емоцій, управління [6];

– некогнітивна теорія емоційного інтелекту (Р. Бар-Он), що передбачає п'ять змінних емоційного інтелекту та субкомпонентів, як-от: внутрішньоособистісні (усвідомлення своїх емоцій, упевненість у собі, самоповага, самоактуалізація, незалежність), міжособистісні (емпатія, міжособистісні взаємини, соціальна відповідальність), адаптивність (вирішення проблем, зв'язок із реальністю, гнучкість), регуляція стресу (стійкість до стресу, контроль імпульсивності), загальний настрій (щастя, оптимізм) [5];

– теорія емоційної компетентності (Д. Гоулмен), згідно з якою структура емоційного інтелекту чотирикомпонентна та включає самосвідомість, самоконтроль, соціальне розуміння, управління взаєминами [1];

– двокомпонентна теорія емоційного інтелекту (Д. Люсін), в основі якої розгляд емоційного інтелекту як здатності до розуміння своїх і чужих емоцій, а також управління ними [3].

Підвищений інтерес до процесу дослідження та розвитку емоційного інтелекту дозволив розширити уявлення про традиційні засоби та врахувати тенденції розвитку та впровадження інноваційних ІКТ-технологій не тільки в освітній процес, але й у сучасну психологічну практику. Якщо спиратись на дослідження V. Ndlovu & N. Ferreira щодо актуалізації розвитку психологічної стійкості як панівного компонента професійної адаптації, досить актуальним постає питання пошуку адаптивних, інноваційних шляхів розвитку емоційного інтелекту особистості [9]. Значна кількість сучасних дослідників (Р. Ciproso, I.A.C. Giglioli, Н.-К. Wu, Н.-У. Chang) акцентують особливу увагу на інтегративних процесах упровадження AR-технологій у вищу школу [7]. Науковці досліджують

процес упровадження інновацій у віртуальних розробках, доповненої реальності у психолого-педагогічний конструкт підготовки майбутніх фахівців, формуванні професійно важливих якостей, професійних компетентностей.

Відповідно до аналізу наявних наукових і практичних розробок щодо впровадження AR-технологій у компетентнісний і суб'єктно-інтегрований підхід підготовки майбутніх фахівців досить розгалуженим залишається питання дослідження прикладного впливу технологій доповненої реальності на розвиток професійно-особистісних компетентностей і емоційної стійкості майбутніх фахівців. Міждисциплінарне дослідження проводилося в рамках наукової теми роботи кафедри психології – «Психологічні засади актуалізації ресурсності та життєстійкості особистості: концептуалізація та розвиток» (державний реєстраційний номер: 0121U110568). Це дослідження проводилось у рамках спільної науково-дослідної роботи викладачів і студентів на базі Лабораторії психофізіологічних досліджень і STEM-лабораторії Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Дослідження проводилося впродовж 2021–2022 рр. в умовах дистанційного навчання. В емпіричному дослідженні взяли участь 96 здобувачів вищої освіти. Вибірка рандомізована, сформована методом стратифікації. Способи застосування технологій доповненої реальності в освіті знайшли своє відображення в методології MARE (Mobile Augmented Reality Education) [4]. Запропонована структура MARE складається із трьох ієрархічних шарів, як-от: основа, функції та результати. В основу покладено аналіз різних способів навчання – від отримання теоретичних знань до вироблення практичних навичок. Яка б теорія навчання не була прийнята в освітній установі, асоціативно-рефлекторна теорія навчання або теорія проблемно-діяльнісного навчання, для вищої школи основним критерієм опанування знань є їх застосування на практиці.

Як видно з наведеної схеми (рис. 1), до сфери технологій доповненої реальності (AR) відносять насамперед освітні ресурси. Ці ресурси і їх сукупність, яка становить освітнє середовище, покликані заповнити прогалини між необхідними компетенціями та результатами навчання, сприяють інтеріоризації теоретичного та практичного досвіду на шляху професійної придатності та конкурентоспроможності. У відповідній схемі AR-технології виступають системною ланкою, яка надає можливість наблизити теоретичний і практико-орієнтований конструкт професійної підготовки до життєвих реалій, що і впливає на розвиток професійної компетентності й емоційного інтелекту особистості.

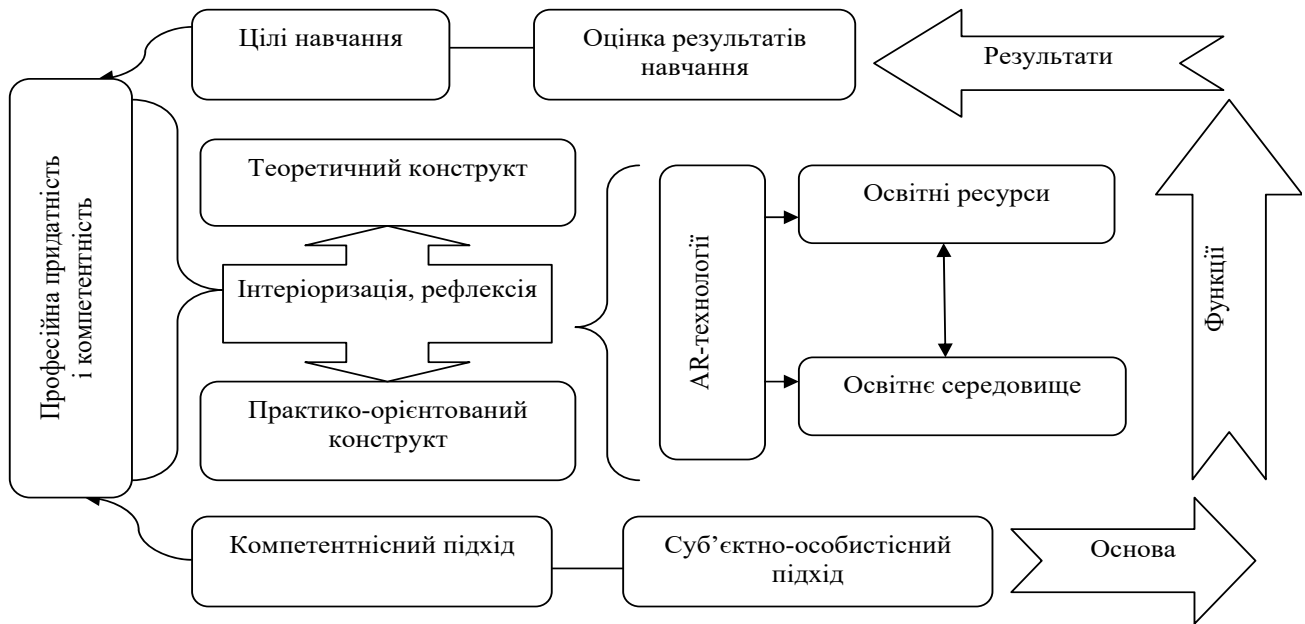


Рис. 1. Схема реалізації компетентнісного та суб'єктно-особистісного підходу впровадження AR-технологій в освітній процес у вищій школі (базис методології MARE)

У рамках нашої роботи в Лабораторії психофізіологічних досліджень була використана *комплекція «Кандидат»*. «Кандидат» дає можливість оцінити рівень вираженості професійно важливих психофізіологічних якостей і професійних компетентностей, а також спрогнозувати подальший розвиток фахівця та провести поглиблену професійну психодіагностику [10]. У психодіагностичному дослідженні були використані такі методики: опитувальник Н. Холла «Емоційний інтелект», опитувальник А. Уессмана і Д. Рікса «Самооцінка емоційних станів».

У контексті констатувального етапу дослідження найбільша кількість здобувачів мають низькі показники за представленими шкалами. Високе значення «спокійно» мають 8% (3) – стриманість, терплячість, врівноваженість, незворушність; середнє значення – 31% (11) – кілька стурбовані, відчують себе скуто, трохи стурвовані; а низьке значення – 61% (22) – зляканість, закомплексованість, нерішучість, похливість, нервовість. Високе значення енергійності мають 0% (0) – ініціативний, діяльний, спрямований, активний, кипучий; середнє значення – 17% (6) – у міру бадьорі, ліниві; низьке значення – 83% (30) – пасивний, безініціативний, млявий, повільний, апатичний. Високе значення піднесеності мають 8% (3) – завзятий, поривчастий, енергійний, розкутий; середнє значення – 31% (11) – відчують себе досить добре; низьке значення – 61% (22) – боязкий, сором'язливий, пригноблений, пригнічений. Високе значення почуття впевненості в собі мають 15% (6) – рішучий, наполегли-

вий, вольовий, відважний, самостійний; середнє значення – 13% (5) – відчують, що вміння і здатність дещо обмежені; низьке значення – 71% (25) – безмовний, слабохарактерний, несміливий, слабкий. Високе значення суми емоційних станів мають 0% (0) – переважання позитивних емоцій, активність, енергійність; середнє значення – 44% (16) – у міру бадьорі, емоційні стани нестабільні, відчуття скутості; низьке значення 56% (19) – емоційно спустошений, апатичний, пасивний. Студенти, які мають підвищення показників за даними шкалами, відчують себе впевнено, активно і готові до ухвалення нових рішень. Студенти, які мають низькі показники, проявляють нерішучість, пасивність, слабкість і не готові до реалізації нових дій.

Відповідно до аналізу результатів за опитувальником «Емоційний інтелект» Н. Холла найбільша кількість здобувачів мають низьке значення за всіма шкалами. Найменшу частину становлять здобувачі вищої освіти, які мають високе значення, але середнє значення за шкалою самомотивації перевищує низьке. Високе значення емоційної обізнаності мають 8% (3) – характеризуються вмінням розрізняти свої емоції, формувати з них подальшу стратегію поведінки; середнє значення – 23% (9) – знають свої емоції, але не можуть змінювати себе; а низьке значення – 69% (24) – не усвідомлюють свої емоції, не контролюють їх зміну. Високе значення управління своїми емоціями мають 0% (0) – легко контролюють свої емоції, уміють впоратися з ними; середнє значення – 10% (4) – втрачають контроль, але після певного проміжку часу знову мають

добрий настрій; низьке значення – 90% (32) – довго не можуть заспокоїтися, легко драгуються, не контролюють емоції. Високе значення самомотивації мають 0% (0) – легко відкидають негативні емоції під час вирішення складних завдань; середнє значення – 59% (21) – не завжди спокійні, коли відчувають тиск з усіх боків; низьке значення – 40% (15) – негативні емоції переважають, коли виявляються у складних ситуаціях. Високе значення емпатії мають 8% (3) – добре розуміють емоції інших людей; середнє значення – 23% (9) – досить часто помиляються у визначенні настрою інших людей; низьке значення – 69% (24) – нездатні визначити настрій людей. Високе значення розпізнавання емоцій мають 8% (3) – адекватно реагують і здатні поліпшити настрій інших людей; середнє значення – 38% (14) – часто виявляють емоції, властиві людині в даний момент, але не завжди здатні допомогти їй; низьке значення 54% (19) – не можуть розпізнавати переживання інших людей. Високе значення суми емоційного інтелекту 0% (0) – легко контролюють свої емоції, переважають позитивні емоційні стани, добре розуміють емоції інших людей; середнє значення 17% (6) – досить часто помиляються у визначенні емоцій інших людей, емоції часто змінюють одна одну, але усвідомлюють їх; низьке значення 83% (30) – не можуть визначити емоційний стан інших людей, не вміють контролювати свої емоції, переважають негативні емоції. Майбутні фахівці, які мають низький рівень за представленими шкалами, погано розуміють свої емоції та почуття інших людей. Чим вище рівень емоційного інтелекту, тим успішніше відбувається комунікація з оточенням, досягнення мети, розпізнавання емоцій.

На формувальному етапі дослідження була реалізована комплексна програма «Розвиток емоційного інтелекту майбутніх фахівців» (таблиця 2), яка інтегровано об'єднала традиційні психолого-педагогічні технології й інноваційні технології доповненої реальності.

Відповідна програма була реалізована в рамках сертифікаційної програми для майбутніх фахівців соціономічних професій «Self-management: розвиток професійно-особистісного потенціалу особистості», яка була впроваджена за допомогою системи MOODLE в умовах дистанційного навчання. На етапі формування ми інтегрували традиційний психологічний тренінг із використання когнітивно-поведінкових, релаксаційних, арт-терапій і прийомів тематичного дослідження й інноваційних можливостей компонентів гейміфікації з AR-технологіями. Формувальний етап проводився на базі STEAM-лабораторії та Лабораторії психології здоров'я Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Відображення змодельованого простору й ефект власної участі у віртуальних подіях роблять

AR-технологію актуальним психолого-педагогічним інструментом, універсальним у процесі професійної підготовки завдяки відчуттю реального включення в конкретну ситуацію. За результатами формувального експерименту виявлені рушійні зміни в розвитку конструкта емоційного інтелекту майбутніх фахівців (рис. 2–3).

Після проведення комплексної програми високе значення спокою мають 15% – стриманість, терплячість, врівноваженість, незворушність; середнє значення – 61% – кілька стурбовані, відчувають себе скуто, трохи стривожені; а низьке значення – 24% – заляканість, закомплексованість, нерішучість, полохливість. Високе значення енергійності мають 48% – ініціативний, діяльний, спрямований, активний, кипучий; середнє значення – 52% – в міру бадьорі, енергійні; низьке значення – 0% – пасивний, безініціативний, млявий, повільний, апатичний. Високе значення піднесеності мають 38% – завзятий, поривчастий, енергійний, розкутий; середнє значення – 47% – відчувають себе досить добре; низьке значення – 15% – боязкий, сором'язливий, пригноблений, пригнічений. Високе значення почуття впевненості в собі мають 23% – рішучий, наполегливий, вольовий, відважний, самостійний; середнє значення – 54% – відчувають, що вміння та здатність дещо обмежені; низьке значення – 23% – безмовний, слабохарактерний, несміливий, слабкий. Високе значення суми емоційних станів мають 13% – переважання позитивних емоцій, активність, енергійність; середнє значення – 77% – у міру бадьорі, емоційні стани нестабільні, відчуття скутості; низьке значення – 10% – емоційно спустошені, апатичні, пасивні.

Після проведення комплексної програми високе значення емоційної обізнаності мають 33% – характеризуються вмінням розрізнати свої емоції, витягувати з них подальшу стратегію поведінки; середнє значення – 52% – знають свої емоції, але не можуть змінювати себе; а низьке значення – 15% – не усвідомлюють свої емоції, не контролюють їх зміну. Високе значення управління своїми емоціями мають 23% – легко контролюють свої емоції, уміють впоратися з ними; середнє значення – 77% – втрачають контроль, але після закінчення проміжку часу знову мають сприятливий настрій; низьке значення – 0% – довго не можуть заспокоїтися, легко драгуються, не контролюють емоції. Високе значення самомотивації мають 39% – легко відкидають негативні емоції під час вирішення складних завдань; середнє значення – 61% – не завжди спокійні, коли відчувають тиск з усіх боків; низьке значення – 0% – негативні емоції переважають, коли виявляються у складних ситуаціях. Високе значення емпатії мають 38% – добре розуміють емоції інших людей; середнє значення – 44% – досить часто помиляються у визначенні настрою

**Структура комплексної програми «Розвиток емоційного інтелекту майбутніх фахівців»
з елементами доповненої реальності**

Тематичне планування	Мета заняття	Традиційні психотехніки	AR-технології
Блок I. Розвиток внутрішньоособистісного компонента			
1. Знайомство. Емоції та їх роль у професійному й особистому житті	– знайомство учасників із правилами та можливостями даного тренінгу; розвиток уявлень про емоції, емоційний інтелект; – знайомство з основними помилками й упередженнями у світі емоцій і «помилками мислення».	вправи: «Вірш», «Відгадай емоцію» «Напиши емоції»; формулювання цілей: «Малюнок долоні»; мозковий штурм «Позитивні та негативні сторони емоцій»; мінілекція «Поняття про емоції й ЕІ»; дискусія «Навіщо потрібні різні емоції?».	Aryzon AR Studio AR Study
2. Усвідомлення власних емоцій	– дослідження власної емоційної сфери; – розвиток здібностей розуміння власних емоцій; – удосконалення здатності прийняття власних емоцій.	вправи: «Стереотипи усвідомлення емоцій», «Слова-почуття», «Ірраціональні думки», «Емоція – подія – думка», «10 ситуацій»; проєктивний малюнок «Чарівний світ емоцій»; мінілекція «Усвідомлення емоцій».	Moment AR Emotions
3. Способи управління власними емоціями. Робота з негативними емоціями	– розвиток здібностей управління власними емоціями; – усвідомлення причин негативних емоцій; – знайомство з основними техніками зниження психоемоційного напруження.	вправи: «Намалюй настрій», «Мої негативні емоції»; «Причини виникнення негативних емоцій», «Шкалювання емоцій», «Тропа емоцій», «Я-висловлювання»; візуалізація «Храм тиші»; мінілекція «Алгоритм відпрацювання негативної емоції».	Paint Draw AR Інтерактивна пісочниця
Блок II. Розвиток міжособистісного компонента			
4. Усвідомлення емоцій інших людей. Вербальні та невербальні індикатори емоцій	– розвиток здатності до співчуття, співпереживання; – розвиток здібностей розуміння емоцій інших людей; – розширення уявлень про емоційні послання та відповідні реакції співрозмовника.	вправи: «Передай емоцію», «Несподіваний гість», «Головні пов'язки», «Розповідь із трьома емоціями», «Вербалізація емоцій інших», «Розмова по телефону», «Епітети», мінілекція «Вираження емоцій».	AR effect AR Camera Virtual Hologram Photo Editor App Body Language Psychology Secrets
5. Проєктування конструктивних стосунків з іншими людьми: емоційний аспект	– розвиток здібностей управління емоціями інших людей; – дослідження бар'єрів емоційної взаємодії; – опанування системи знань і умінь, що становлять основу конструктивної емоційної взаємодії.	вправи: «Маніпуляційна розминка», «Амортизація», «Прийняття емоцій інших», «Відображення емоцій», «Конструктивні стосунки»; дискусія «Вплив емоційних станів оточення»; мінілекція «Алгоритм управління емоціями інших».	How Are You Feeling? Clay + Augmented Reality Alyssa-Virtual & AR Talking Girl Simulator
6. Завершення. Самомоніторинг	– оцінка власних досягнень і аналіз перспективи розвитку	вправи: «Мої досягнення (колаж)», техніки зворотного зв'язку.	Universe of Emotions

інших людей; низьке значення – 18% – не здатні визначити настрій людей. Високе значення розпізнавання емоцій мають 38% – адекватно реагують і здатні поліпшити настрій інших людей; середнє значення – 44% – часто виявляють емоції, властиві людині в даний момент, але не завжди здатні допомогти їй; низьке значення (18%) – не можуть розпізнавати переживання інших людей. Високе

значення суми емоційного інтелекту (48%) – легко контролюють свої емоції, переважають позитивні емоційні стани, добре розуміють емоції інших людей; середнє значення (52%) – досить часто помиляються у визначенні емоцій інших людей, емоції часто змінюють одна одну, але усвідомлюють їх; низьке значення (0%) – не можуть визначити емоційний стан інших людей, не вміють

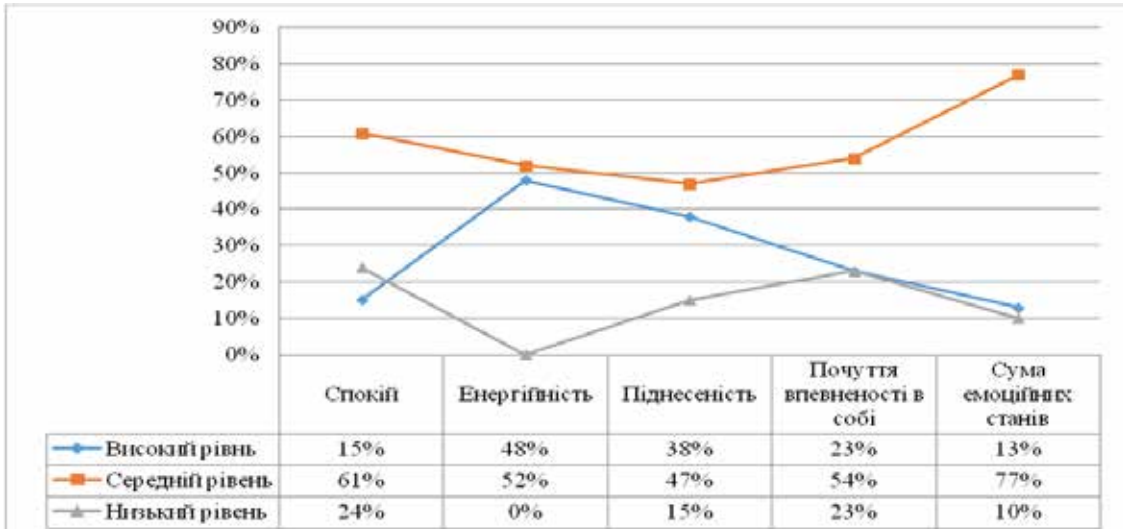


Рис. 2. Результати дослідження самооцінки емоційного стану майбутніх фахівців після проведення розвивальної програми за опитувальником «Самооцінка емоційних станів» А. Уесмана та Д. Рікса



Рис. 3. Результати дослідження емоційного інтелекту майбутніх магістрів психології після проведення розвивальної програми за опитувальником «Емоційний інтелект» Н. Холла

Складено автором

контролювати свої емоції, переважають негативні емоції. Здобувачі, які мають низький рівень за представленими шкалами, погано розуміють свої емоції та почуття інших людей. Чим вище рівень емоційного інтелекту, тим успішніше відбувається комунікація з оточенням, досягнення мети, розпізнавання проявів емоцій. За результатами формульованого експерименту виявилось 10 значущих показників із 18, що становить 55%, що говорить про ефективність програми, важливості її розвитку і впровадження в освітні установи. За допомогою математичної обробки за t-критерієм

Студента ми виявили, що отримані значення таких пар емоційного стану, як фрустрація, агресивність, ригідність, настрої, спокій, почуття впевненості в собі, сума емоційного стану, управління своїми емоціями, емпатія, сума емоційного інтелекту, мають статистично значущий зсув. Це може бути результатом спрямованості занять на зниження агресивності, розвиток емпатії, управління своїми емоціями, взаємодії у групі.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Євроінтеграційні процеси в системі вітчизняної вищої освіти в умовах демократичного

відкритого суспільства з динамічним вектором удосконалення та розвитку сприяють становленню нової парадигми якісної освіти міжнародного рівня. Поширення спільних європейських цінностей та їх засвоєння за допомогою освіти сприяють саморозвитку вільної, творчої конкурентоспроможної особистості, готової до ефективної професійної самореалізації за умов відкритого суспільства. Водночас вплив воєнних конфліктів, пандемічних умов сприяє актуалізації пошуку та впровадження нових освітніх та інформаційних технологій із метою забезпечення безперервності якісної освіти та доступності. Перед закладами вищої освіти постало питання імплементації інноваційних інформаційних технологій для підготовки майбутнього фахівця «нового формату» – конкурентоспроможного, здатного до самоздійснення та самореалізації в турбулентних умовах існування суспільства, професійно стійкого та вмотивованого на досягнення високих професійних результатів. Відповідно до таких глобальних запитів і можливостей інформаційного, технологічного прогресу впровадження елементів доповненої реальності в освіту стає інтегруючим ланцюгом, що сприяє

інтеріоризації теоретичних знань і практичного досвіду у процесі професійної підготовки. Отже, досить важливим виявилось наше дослідження, спрямоване на реалізацію інтегративного підходу у процесі розвитку емоційного інтелекту майбутнього фахівця, що полягає в інноваційному поєднанні традиційних психодіагностичних і корекційних впливів і сучасних AR/VR-технологій. Упровадження елементів AR/VR-технологій у процес професійної підготовки майбутнього фахівця надає можливість глибокого впливу на емоційний світ особистості, візуалізації та відтворення певних емоційних станів індивіда, сприяє наближенню до реального занурення у власний емоційний світ, його активному пізнанню та розвитку емоційної саморегуляції, стресостійкості особистості. Перспективними орієнтирами подальшого дослідження є аналіз і розроблення концепції цілеспрямованого використання AR/VR-технологій у проєкції побудови ефективного особистісно орієнтованого вектора вищої освіти в контексті розширення інформаційної освітньої платформи та співробітництва ЗВО в умовах інтернаціоналізації та євроінтеграції.

ЛІТЕРАТУРА

1. Книш А. Є. Емоційний інтелект лідера у сфері бізнесу : навчальний посібник. Київ : ДП «НВЦ «Пріоритети», 2016. 40 с.
2. Приймаченко О. М. Образ стану емоційно освіченої людини як умова розвитку емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*. 2006. Вип. 41. Т. 2. С. 96–99.
3. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р. Д. Робертс и др. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2004. Т. 1. № 4. С. 3–26.
4. Сисоева С.О. Інтерактивні технології навчання дорослих : навчально-методичний посібник. Київ : ЕКМО, 2011. 320 с.
5. Bar-On R., Parker J.D.A. *The Handbook of emotional intelligence*. San Francisco : Jossey-Bass, A Wiley Company, 2000.
6. Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success / M. A. Brackett et al. *Social and Personality Psychology Compass*. 2011. № 5(1). P. 88–103.
7. The Past, Present, and Future of Virtual and Augmented Reality Research: A Network and Cluster Analysis of the Literature / P. Cipresso et al. *Frontiers in Psychology*. 2018. № 9. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02086
8. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? / J.D. Mayer et al. *American Psychologist*. 2008. № 63(6). P. 503–517.
9. Ndlovu V., Ferreira N. Students' psychological hardiness in relation to career adaptability. *Journal of Psychology in Africa*. 2019. № 29(6). P. 598–604. DOI: 10.1080/14330237.2019.1689468
10. Varina H., Shevchenko S. The peculiarities of using the computer complex HC-psychotests in the process of psychodiagnosis of the level of development of future specialists' mental capacity. *Paper presented at the E3S Web of Conferences*. 2020. 166. DOI: 10.1051/e3sconf/202016610025
11. Psychological features of modern elderly people's active life position / V. Voloshyna et al. *Wiadomosci Lekarskie*. Warsaw, Poland, 1960. № 75(2). P. 333–338. DOI: 10.36740/wlek202202101

REFERENCES

1. Knysh A. Ye. (2016). Emotsiynyi intelekt lidera u sferi biznesu : navchalnyi posibnyk [Emotional intelligence of a leader in business : a study guide]. Kyiv : DP "NVTs "Priorytety"". 40 p. [in Ukrainian].
2. Pryimachenko O. M. (2006). Obraz stanu emotsiino-osvichenoj liudyny yak umova rozvytku emotsiinoho intelektu [The image of the condition of an emotionally educated person as a condition for the development of emotional intelligence]. *Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu*. Issue 41. Volume 2. Chernihiv : ChDPU. P. 96–99 [in Ukrainian].

3. Roberts R. D., Mett'yus Dzh., Zajdner M., Lyusin D. V. (2004). Emocional'nyj intellekt: problemy teorii, izmereniya i primeneniya na praktike. Psihologiya [Emotional intelligence: problems of theory, measurement and application in practice]. *ZHurnal Vysshej shkoly ekonomiki*. T. 1. № 4. 3–26 [in Russian].
4. Sysoieva S. O. (2011). Interaktyvni tekhnolohii navchannia doroslykh : navchalno-metodychnyi posibnyk [Interactive technologies for teaching adults: a teaching and methodical guide]. Kyiv : EKMO. 320 p. [in Ukrainian].
5. Bar-On R., Parker J.D.A. (2000). *The Handbook of emotional intelligence*. San Francisco : Jossey-Bass, A Wiley Company.
6. Brackett M. A., Rivers S. E., & Salovey P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1). P. 88–103.
7. Cipresso, P., Giglioli, I. A. C., Raya, M. A., & Riva, G. (2018). The Past, Present, and Future of Virtual and Augmented Reality Research: A Network and Cluster Analysis of the Literature. *Frontiers in Psychology*. 9. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02086
8. Mayer J. D., Salovey P., & Caruso D.R. (2008). Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? *American Psychologist*. 63(6). P. 503–517.
9. Ndlovu, V., & Ferreira, N. (2019). Students' psychological hardiness in relation to career adaptability. *Journal of Psychology in Africa*. 29(6). 598–604. DOI: 10.1080/14330237.2019.1689468
10. Varina H., Shevchenko S. (2020). The peculiarities of using the computer complex HC-psychotests in the process of psychodiagnosis of the level of development of future specialists' mental capacity. Paper presented at the *E3S Web of Conferences*. 166. DOI: 10.1051/e3sconf/202016610025
11. Voloshyna V., Denysiuk O., Varina H., Hrynzovskyi A. M., Lutsak O. O., Pletka O. T., Ancona G. (2022). Psychological features of modern elderly people's active life position. *Wiadomosci Lekarskie (Warsaw, Poland: 1960)*. 75(2), 333–338. DOI: 10.36740/wlek202202101

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ТА УНІВЕРСАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Воронова О. Ю.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології*

Мукачівський державний університет

вул. Ужгородська, 26, Мукачево, Закарпатська область, Україна

orcid.org/0000-0002-6504-240X

ol.voronova@gmail.com

Барчій М. С.

старший викладач кафедри психології

Мукачівський державний університет

вул. Ужгородська, 26, Мукачево, Закарпатська область, Україна

orcid.org/0000-0002-7762-0959

barchiytagdalena@gmail.com

Ключові слова: *hard skills – професійні навички, soft skills – універсальні навички, конкурентоспроможність, інноваційне навчання, проєктні технології.*

У статті акцентовано увагу на тому, що використання дистанційного навчання в закладах вищої освіти України зумовлено потребами модернізації системи професійної підготовки здобувачів вищої освіти, здатної забезпечити конкурентоспроможність майбутніх фахівців на сучасному ринку праці. Проаналізовано психолого-педагогічну літературу із проблеми упровадження дистанційного навчання, зокрема в навчальну діяльність здобувачів закладів вищої освіти. Показано переваги дистанційного навчання, а саме: забезпечення індивідуального підходу, оптимального графіка, самоорганізації, урахування здібностей здобувачів вищої освіти, використання інтерактивних методів навчання, систематичність контролю, дисциплінує, дозволяє поєднувати професійну діяльність із навчанням, дає можливість здобуття освіти незалежно від місця проживання чи стану здоров'я, формування нових навичок викладання, оскільки змінюється спосіб подачі матеріалу, зростає творча складова частина, удосконалюється цифрова компетентність викладачів і здобувачів. Виокремлено недоліки дистанційного навчання, до яких належать проблема ідентифікації студентів, об'єктивність оцінювання, відсутність безпосередньої комунікації, низький рівень вмотивованості та самоорганізованості здобувачів. Зазначено, що дистанційне навчання є ефективним з економічного й інформаційного поглядів, створює умови для навчання впродовж усього життя завдяки своїй доступності, воно відповідає швидкому темпу розвитку суспільства та є новітньою формою інтелектуальної та професійної соціалізації людини в сучасному суспільстві. Наголошено, що дистанційна освіта володіє значним потенціалом у формуванні професійних і універсальних компетентностей майбутніх фахівців. Розглянуто сучасні дослідження та трактування навичок, які дослідники розподіляють на *soft skills* і *hard skills*. Підкреслено особливе значення проєктних технологій, які орієнтовані насамперед на самостійну діяльність учасників – індивідуальну, групову або колективну, упродовж певного часу для формування *soft skills*. Зазначено, що метод проєктів є ефективним доповненням до інших педагогічних технологій, які сприяють становленню особистості як суб'єкта діяльності та соціальних стосунків, оскільки освіта повинна

набути інноваційного характеру. Запропоновано етапи організації та проведення проєктів, наведено приклади окремих тем проєктів, що використовуються у процесі підготовки майбутніх психологів.

FORMATION OF PROFESSIONAL AND UNIVERSAL COMPETENCIES OF FUTURE SPECIALISTS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING

Voronova O. U.

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology
Mukachevo State University
Uzhhorodska str. 26, Mukachevo, Transcarpathian region, Ukraine
orcid.org/0000-0002-6504-240X
ol.voronova@gmail.com*

Barchii M. S.

*Senior Lecturer at the Department of Psychology
Mukachevo State University
Uzhhorodska str. 26, Mukachevo, Transcarpathian region, Ukraine
orcid.org/0000-0002-7762-0959
barchiymagdalen@gmail.com*

Key words: *hard skills – professional skills, soft skills – universal skills, competitiveness, innovative learning, project technologies.*

The article focuses on the fact that the use of distance learning in higher education institutions of Ukraine is due to the needs of modernization of the system of professional training of higher education applicants, which is able to ensure the competitiveness of future specialists in the modern labor market. The psychological and pedagogical literature on the problem of introducing distance learning, in particular in the educational activities of higher education institutions, is analyzed. The advantages of distance learning are indicated, namely: it provides an individual approach, optimal schedule, self-organization, taking into account the abilities of higher education applicants, the use of interactive teaching methods, systematic control, discipline, allows you to combine professional activity with study, makes it possible to receive education regardless of place of residence or health status, to acquire new teaching skills, as the way of presenting the material changes, the creative component grows, the digital competence of teachers is improved, etc. The disadvantages of distance learning are highlighted, which include the problem of student identification, objectivity of assessment, lack of direct communication, lack of motivation and self-organization of students. It is noted that distance learning is effective from an economic and informational point of view, creates conditions for lifelong learning due to its accessibility, it corresponds to the rapid pace of development of society and is the newest form of intellectual and professional socialization of a person in modern society. It is emphasized that distance education has significant potential in the formation of professional and universal competencies of future specialists. Modern research and interpretation of skills, which researchers divide into Soft skills and Hard skills, are considered. The special importance of project technologies is emphasized, which are focused primarily on independent activities – individual, group or collective, which participants perform over time to form Soft Skills. It is indicated that the project method is an effective addition to other pedagogical

technologies that contribute to the formation of the individual as a subject of activity and social relations, since education should become innovative. The proposed of organizing and conducting projects are presented, examples of individual project topics used in the training of future psychologists are given.

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується визначенням нових стратегічних орієнтирів у сфері сучасної освіти та науки. Найважливішим завданням освіти нині є формування майбутнього громадянина-патріота й успішного фахівця-інноватора. Усе більшого значення набувають перехід до інтерактивних стратегій навчання, пошук альтернативних форм в освітньому процесі, стимулювання нових тенденцій і освітніх технологій, які б формували у випускників не лише професійні компетентності, а й *soft skills* – універсальні компетентності, що підвищують конкурентоспроможність фахівця на сучасному ринку праці. Ідеал випускника закладу вищої освіти нині – цілісна, усебічно розвинена, здатна розв’язувати складні проблеми, ефективно працювати в команді, ухвалювати рішення, критично мислити особистість, конкурентоспроможний і мобільний на ринку праці фахівець, відповідальний за результати власної діяльності для сталого розвитку суспільства громадянин [1].

Постановка проблеми. Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчує, що проблеми впровадження дистанційного навчання, зокрема й у навчальну діяльність здобувачів закладів вищої освіти, широко висвітлені в роботах вітчизняних і зарубіжних дослідників. Проблему інформаційно-програмного забезпечення дистанційної освіти відображено в дослідженнях Г. Козлакової [2]; проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців висвітлено у працях К. Біницької [3], О. Савченко [4], Г. Пономарьової [5], Г. Шевченко [6], у яких розкрито особливості професійної підготовки фахівців, зокрема пріоритети формування змісту, відбору форм і методів професійної підготовки, сприяння розвитку провідних якостей і компетентностей майбутнього фахівця.

Мета статті полягає у вивченні особливостей процесу формування професійних і універсальних компетентностей майбутніх фахівців в умовах дистанційного навчання.

Результати дослідження. Розвиток інформаційно-комунікаційних технологій відкрив нові перспективи для навчання в ЗВО, як-от: мультимедійні освітні програми та словники, прикладні та спеціалізовані програми, величезна різноманітність ресурсів інтернету – електронні версії зарубіжних газет і журналів, публікації за спеціальністю, корпоративні й освітні вебсайти,

аудіо- та відеоресурси. Завдяки можливостям мультимедійних і мережевих технологій і активному розробленню методик використання інформаційно-комунікаційних технологій системна інтеграція сучасних технологій у процес навчання мови стала реальністю [7]. Ці технології натеper активно використовуються в дистанційній формі навчання.

Дистанційне навчання – це індивідуалізований процес набуття знань, умінь, навичок і способів пізнавальної діяльності людини, який відбувається в основному за опосередкованої взаємодії віддалених один від одного учасників навчального процесу у спеціалізованому середовищі, яке функціонує на базі сучасних психолого-педагогічних та інформаційно-комунікаційних технологій.

Дистанційне навчання будується відповідно до тих цілей, що й очне навчання, орієнтується на чинні програмні вимоги та стандарти. Дидактичні основи організації дистанційного навчання ґрунтуються на принципах науковості, системності та систематичності, активності, принципах розвивального навчання, наочності, диференціації й індивідуалізації навчання тощо, але зумовлені специфікою нової форми навчання, можливостями інформаційного середовища інтернету, її послугами.

Сучасна парадигма вищої освіти ґрунтується на засадах аксіологічного особистісно зорієнтованого навчання, вироблення індивідуального освітнього маршруту, диференціації освітньої діяльності за посилення ролі самостійної роботи здобувачів. Ці ідеї ефективно й успішно реалізуються в інформаційно-освітньому середовищі вищої школи, зокрема із застосуванням технологій дистанційного навчання.

Дистанційна форма та технології навчання є індивідуалізованою формою навчання, вона є складнішою, ніж навчання в аудиторії, але значно ефективнішою та комфортнішою з огляду на затрати часу, коштів, ніж інші форми та технології навчання. Дистанційне навчання може здійснюватися в будь-якому місці та в будь-який час. Воно вже стало важливою складовою частиною віртуальної соціалізації особистості.

До переваг дистанційної форми навчання можна віднести таке: воно відбувається за оптимальним графіком; навчання здійснюється з урахуванням здібностей здобувачів, є можли-

вість приділити більше уваги тому, що найважче дається, і не підлаштовуватися під інших; дистанційне навчання дисциплінує, встановлює певні терміни; використовуються інтерактивні методи навчання; контроль знань здійснюється систематично; формується індивідуальний стиль навчання; можливість ефективно поєднувати професійну діяльність із навчанням; соціальна рівність: можливість здобуття освіти незалежно від місця проживання чи стану здоров'я; можливість здобуття освіти в іноземних навчальних закладах, не виїжджаючи із країни; можливість викладання для іноземної аудиторії; отримання нових навичок викладання, оскільки змінюється спосіб подачі матеріалу, зростає творча складова частина [8].

До недоліків дистанційного навчання належить проблема ідентифікації здобувачів, адже дуже важко перевірити, хто виконує завдання чи складає іспити, тому оцінювання не завжди є об'єктивним. Отже, оскільки дистанційне навчання є ефективнішим не тільки з економічного й інформаційного поглядів, але також створює умови для навчання впродовж усього життя завдяки своїй доступності, воно є формою освіти, що відповідає швидкому темпу розвитку суспільства та є новітньою формою інтелектуальної та професійної соціалізації людини в сучасному суспільстві.

акцентувати увагу на формуванні в майбутніх фахівців професійної компетентності. Професійна компетентність – це інтегративна якість, яка включає рівень опанування професійних знань, умінь і навичок. Важливі також особистісна варіативність, гнучкість, готовність до постійного саморозвитку. Особистісний компонент професійної компетентності зумовлює здатність спеціаліста до самостійного вибору власної стратегії професійної діяльності в нових умовах праці. Він включає елемент духовності, духовний саморозвиток, який є одним із провідних для майбутнього фахівця, і розглядається як процес здійснення суб'єктом свідомого управління своєю діяльністю та поведінкою відповідно до загальнолюдських ціннісних орієнтацій, і має на меті психічне самовдосконалення та самореалізацію [9].

Отже, дистанційна освіта володіє значним потенціалом у формуванні професійної компетентності майбутніх фахівців, оскільки вона сприяє: розвитку здатності здобувати знання з різних джерел інформації, зокрема й пізнавальних; умінню оцінювати та пояснювати проблемні ситуації; формуванню здатності застосовувати знання й інформаційну грамотність; володінню іншомовною професійною термінологією та відповідними прийомами професійного спілкування, формуванню здатності до їх застосування на практиці; володінню інформаційними технологіями; розвитку здатності продуктивно співпрацювати з різ-

ними партнерами у групі та команді, виконувати різні ролі та функції в колективі; наполегливості під час виконання різних видів діяльності та здатності до творчого мислення і креативності.

Дистанційне навчання сприяє підвищенню якості розвитку професійної компетентності завдяки застосуванню сучасних засобів навчання, роботі в автономному режимі за індивідуальним освітнім маршрутом, а також за допомогою виховання особистості майбутнього фахівця у професійно зорієнтованому просторі [10].

Дистанційне навчання є потужним засобом розвитку таких навичок особистості, як вчитися, вчитися самостійно, підтримувати себе в «робочій формі», самотивуватися, планувати діяльність тощо, які належать до м'яких навичок (soft skills), зокрема до навичок саморегулювання (self-management).

На основі проведеного теоретичного аналізу українського та зарубіжного досвіду визначаємо, що гнучкі навички – це комплекс умінь або навичок, необхідних для міжособистісного спілкування, досягнення цілі за допомогою критичного та творчого мислення, а також особистісних складових частин емоціонального інтелекту, які впливають на життя та працевлаштування майбутніх фахівців.

Важливість soft skills підкреслюють аналітики World Economic Forum [11], які називають такі ключові компетенції майбутнього: уміння розв'язувати складні завдання, критичне мислення, креативність, управління людьми, навички координації та взаємодії, емоційний інтелект, уміння формувати власну думку й ухвалювати рішення, клієнтоорієнтованість, уміння вести переговори, когнітивну гнучкість. Дослідники [12] звернули увагу на те, що розвиток soft skills підвищує ефективність роботи на 12% і забезпечує повернення інвестицій. Також уважають, що вже в найближчі п'ять років у багатьох сферах життєдіяльності soft skills будуть переважати над hard skills (професійні навички).

У зв'язку із цим необхідно починати формування м'яких навичок у здобувачів вже з молодших курсів, і такої думки дотримується А. Гарага, пропонуючи формування м'яких навичок у рамках усіх дисциплін навчальної програми [13]. Л. Пінчук, наприклад, стверджує, що на формування вмінь аналізувати й ухвалювати рішення, критично та творчо мислити, працювати самостійно впливають ігрові технології, які радить використовувати на практичних заняттях з іноземної мови [14]. Однак це далеко не вичерпаний ресурс щоденних практичних занять для становлення та розвитку гнучких навичок здобувачів. Особливо доречно для цього застосовувати методи активного навчання (робота у групах, дискусії, навчально-пізнавальні, ділові, рольові ігри,

проектна робота тощо), щоб від початку навчання в закладі вищої освіти створити розвивальне середовище, здатне формувати та розвивати необхідні для майбутньої професії навички.

За експертними оцінками, найбільш успішними на ринку праці в найближчій перспективі будуть фахівці, здатні навчатися впродовж життя, критично мислити, ставити цілі та досягати їх, працювати в команді, спілкуватися в полікультурному середовищі та володіти іншими сучасними компетентностями. У цьому контексті варто підкреслити особливе значення проектних технологій, які орієнтовані насамперед на самостійну діяльність учасників – індивідуальну, групову або колективну, упродовж певного часу.

Метод проектів – це система самостійної, узгодженої, комплексної, комунікативно-пізнавальної діяльності, спрямованої на досягнення практичного результату – проекту, який поступово ускладнюється, сприяє, з одного боку, використанню різноманітних методів, а з іншого – інтеграції знань, умінь і навичок з різних галузей наук, розвиває здатність до самоорганізації, саморозвитку, самовдосконалення майбутнього фахівця. Робота над проектом – практика особистісно орієнтованого навчання у процесі конкретної праці здобувача на основі його вільного вибору та з урахуванням його інтересів.

У процесі професійної підготовки майбутніх фахівців метод проектів забезпечує унікальні передумови для розвитку ключових компетенцій і самостійності здобувача в пізнанні нового, стимулює його природну допитливість і творчий потенціал; передбачає розв'язування деякої проблеми, яка вимагає, з одного боку, використання різноманітних методів і засобів навчання, а з іншого – інтегрування знань, умінь з різних галузей науки, технології, сфери творчості; навчає самостійно здобувати знання та застосовувати їх для розв'язання нових пізнавальних і практичних завдань; прищеплює вміння користуватися дослідницькими прийомами. Використання даної технології кардинально змінює роль викладача, який перетворюється на координатора процесу набуття знань.

Метод проектів є ефективним доповненням до інших педагогічних технологій, що сприяють становленню особистості як суб'єкта діяльності та соціальних стосунків, оскільки освіта повинна набути інноваційного характеру.

Особливості впровадження проектних технологій у діяльність ЗВО в сучасних умовах досліджують науковці Л. Козак [15], О. Полат [16], О. Романовський та інші [17]. О. Полат поділяє проекти на: дослідницькі, творчі, ігрові, інформаційні, телекомунікаційні, практико-орієнтовані (навчально-методичні) [16].

Навчальний проект має етапи проведення, як-от: організаційний; структурування проекту; робота над проектом; підбиття підсумків; презентація проекту. Щодо цього О. наголошує, що для студентів-психологів основні етапи проектування мають свої особливості, які полягають в ознайомленні із психологічною проблематикою організації; складанні плану та розробленні проекту відповідно до психологічної технології; у підборі матеріалів, методик, тестів, ігор і вправ до інформаційного, діагностичного і корекційного блоків проекту, їх описі, в апробації у процесі роботи із клієнтами [10].

У рамках самостійної роботи здобувачів із психологічних дисциплін можна використовувати як командні проекти, так і монопроекти. Вибір виду командної роботи надається здобувачам. Такі проекти повинні бути складними і комплексними, результати виконання яких треба представити наприкінці семестру. Так, для здобувачів цікавими будуть проекти зі створення збірника тренінгових вправ для розвитку комунікативних умінь і навичок; відео-, аудіо- та фотопроєкти для розвитку комунікативних здібностей майбутнього психолога; проект використання інтернет-ресурсів для професійної комунікації (соціальні мережі, сервіси відео – YouTube, блоги психологів); список освітніх інтернет-ресурсів із курсу «Тренінг розвитку комунікативної компетентності психолога». У вивченні вікової психології можна використовувати проекти «Психологія сучасної дитини», «Сучасне цифрове покоління». Це потребує інтегрованих знань із різних аспектів загальної психології, вікової психології, психодіагностики, анатомії та фізіології; передбачає творчий пошук інформації в інтернеті та друкованих джерелах [18]. Проект планується здобувачами за умови сприяння викладача, який стимулює їхній інтерес до проблеми і допомагає підібрати теми презентацій. Проект реалізується здобувачами самостійно в позааудиторний час, але окремі його етапи реалізуються під час проведення семінарських занять. Кінцевим продуктом є розгалужена презентація, яка охоплює різні аспекти психології сучасної дитини. Такий проект може бути схарактеризований як дослідницький, але має ознаки інформаційного та практико-орієнтовального. Цей проект можна продовжувати та доповнювати консультивно-просвітницькими та корекційними блоками роботи з батьками, педагогами на наступних курсах навчання. Підготовка та реалізація проектів забезпечать формування загальних (громадянська, соціальна, цифрова, особиста та навчальна, лідерська, підприємницька, культурна обізнаність, мовна, етична, самовираження) і професійних компетентностей, визначених професійним стандартом.

Висновки. Дистанційне навчання відкриває здобувачам доступ до нетрадиційних джерел інформації, підвищує ефективність самостійної роботи, дає зовсім нові можливості для творчості, знаходження та закріплення різних професійних навичок і soft skills – універсальних навичок. Викладачам дає змогу реалізовувати принципово нові форми та методи навчання із застосуванням концептуального та математичного моделювання явищ і процесів. Проектні технології забезпечують створення умов, максимально наближених до умов майбутньої про-

фесійної діяльності; ефективність навчання здобувачів під час проектування значною мірою зростає, якщо така діяльність буде послідовною та систематичною, що дозволить максимально збагатити методичну скарбничку майбутніх психологів.

Перспективи подальших наукових досліджень полягатимуть у з'ясуванні тих життєвих і професійних компетентностей, які необхідні майбутнім фахівцям для належного здійснення професійної діяльності, а також у визначенні шляхів і засобів їх формування.

ЛІТЕРАТУРА

1. Казачінер О. “Hard Skills” та “Soft Skills” інклюзивно компетентного вчителя іноземної мови. *Теорія і методика професійної освіти*. 2019. Вип. 10. Т. 1. С. 153–156. URL: http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2019/10/part_1/35.pdf
2. Козлакова Г. Інформаційно-програмне забезпечення дистанційної освіти: зарубіжний і вітчизняний досвід : монографія. АПН України. Ін-т вищ. освіти. Київ : ВЦ «Просвіта», 2002. 233 с.
3. Біницька К. Підготовка майбутніх учителів початкової освіти у країнах Східної Європи: теорія і практика : монографія / за наук. ред. Г. Терещука. Хмельницький : ФОП Цюпак А.А., 2018. 376 с.
4. Савченко О. Удосконалення професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи. Київ, 2001. № 7. С. 1–4.
5. Пономарьова Г. Виховання майбутнього педагога: теорія і практика : монографія. Харків : Ранок, 2014. С. 405.
6. Шевченко Л. Підготовка майбутніх учителів технологій до інноваційної педагогічної діяльності : монографія. Вінниця : ТОВ «Друк плюс», 2018. 396 с.
7. Овчарук О. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи : монографія. Київ : К. І. С., 2004. 112 с.
8. Дистанційне навчання: психологічні засади : монографія / М. Смульсон та ін. ; за ред. М. Смульсон. Кіровоград : Імекс-Лтд., 2012. 240 с.
9. Екстрене дистанційне навчання в Україні : монографія / за ред. В. Кухаренка, В. Бондаренка. Харків : Вид-во КП «Міська друкарня», 2020. 409 с.
10. Штихно Л. Дистанційне навчання як перспективний напрям розвитку сучасної освіти. *Молодий вчений*. 2016. № 6(33). С. 489–493.
11. Stop wasting money, stop ignoring soft skills training. URL: <https://www.cornerstoneondemand.com.br/blog/learning/workforce-learning-anddevelopment/stop-wasting-money-stop-ignoring-soft-skills-training>
12. LinkedIn's 2020 Grad's Guide to Getting Hired. URL: <https://blog.linkedin.com/2020/may/june/2/linkedin-2020-grad-s-guide-to-getting-hired>
13. Гарага А. Формування “Soft Skills” студентів університету – перспективний напрямок підвищення якості вищої освіти. *Економічний вісник університету*. Переяслав, 2020. № 47. С. 46–52.
14. Пінчук Л. З досвіду використання ігрових педагогічних технологій у процесі навчання англійської мови. *Педагогічні науки : збірник наукових праць*. 2019. № 87. С. 69–73.
15. Козак Л. Застосування проектних технологій у підготовці майбутніх викладачів дошкільної педагогіки і психології. *Педагогіка*. 2013. С. 54–65.
16. Полат О. Метод проектів. URL: <https://docs.google.com/document/d/13xOCJ50yaEkIzYq2kuRf3nbzVDewu-d6fclMzFqyrq4/edit?pli=1>
17. Романовський О. Упровадження інноваційних технологій у процесі фахової підготовки майбутніх психологів. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2012. № 2. С. 3–13.
18. Барчій М., Воронова О. Проектні технології як засіб формування ключових компетенцій майбутніх психологів. *Сучасні тенденції організації життєвого простору особистості : збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, 25 листопада 2021 р. Маріуполь : МДУ, 2021. С. 9–11.*

REFERENCES

1. Kazachiner O.S. (2019). “Hard Skills” та “Soft Skills” inkluzivnokompetentnoho vchytelia inozemnoi movy. *Teoriia i metodyka profesiinoi osvity* [“Hard Skills” and “Soft Skills” of an inclusively competent foreign language teacher. Theory and methodology of professional education]. Vypusk 10. T. 1. Rezhym dostupu: http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2019/10/part_1/35.pdf [in Ukrainian].

2. Kozlakova, H. O. (2002). Informatsiino-prohramne zabezpechennia dystantsiinoi osvity: zarubizhnyi i vitchyzniani dosvid : monohrafiia [Information and software support of distance education: foreign and domestic experience : monograph]. APN Ukrainy. In-t vyshch. osvity. Kyiv : VTs "Prosvita" [in Ukrainian].
3. Binytska K. (2018). Pidhotovka maibutnikh uchyteliv pochatkovoї osvity u krainakh Skhidnoi Yevropy: teoriia i praktyka za nauk [Training of future teachers of primary education in the countries of Eastern Europe: theory and practice] / red. H. Tereshchuka : monohrafiia. Khmelnytskyi : FOP Tsiupak A. A. [in Ukrainian].
4. Savchenko O. Ia. (2001). Udoshkonalennia profesiinoi pidhotovky maibutnikh uchyteliv pochatkovoї shkoly [Improvement of professional training of future primary school teachers] Kyiv. № 7 [in Ukrainian].
5. Ponomarova H.F. (2014). Vykhovannia maibutnoho pedahoha: teoriia i praktyka : monohrafiia [Education of the future teacher: theory and practice : monograph.] Kharkiv : Ranok, 2014 [in Ukrainian].
6. Shevchenko L. S. (2018). Pidhotovka maibutnikh uchyteliv tekhnolohii do innovatsiinoi pedahohichnoi diialnosti : monohrafiia [Preparation of future technology teachers for innovative pedagogical activity : monograph]. Vinnytsia : TOV "Druk plus" [in Ukrainian].
7. Ovcharuk O. V. (2004). Kompetentnisnyi pidkhid u suchasni osviti: svitovy dosvid ta ukraïnski perspektyvy : monohrafiia [Competency approach in modern education: world experience and Ukrainian perspectives : monograph]. Kyiv : K. I. S. [in Ukrainian].
8. Smulson M. L., Mashbyts Yu. I., Zhaldak M. I. [ta in.] (2012). Dystantsiine navchannia: psykholohichni zasady : monohrafiia [Distance learning: psychological foundations : monograph] / za red. M. L. Smulson. Kirovohrad : Imeks-LTD [in Ukrainian].
9. (2020) Ekstrene dystantsiine navchannia v Ukraini : Monohrafiia [Emergency distance learning in Ukraine : Monograph] / Za red. V. M. Kukharenka, V. V. Bondarenka. Kharkiv : Vyd-vo KP "Miska drukarnia" [in Ukrainian].
10. Shtykhno L. V. (2016). Dystantsiine navchannia yak perspektyvnyi napriam rozvytku suchasnoi osvity. *Molodyi vchenyi* [Distance learning as a perspective direction of modern education development. Young scientist] № 6(33). [in Ukrainian].
11. Stop wasting money, stop ignoring soft skills training. URL: <https://www.cornerstoneondemand.com.br/blog/learning/workforce-learning-anddevelopment/stop-wasting-money-stop-ignoring-soft-skills-training>
12. LinkedIn's 2020 Grad's Guide to Getting Hired. URL: <https://blog.linkedin.com/2020/may/june/2/linkedin-2020-grad-s-guide-to-getting-hired>
13. Haraha A. V. (2020). Formuvannia "Soft Skills" studentiv universytetu – perspektyvnyi napriamok pidvyshchennia yakosti vyshchoї osvity. *Ekonomichnyi visnyk universytetu* [Formation of "Soft Skills" of university students is a promising direction for improving the quality of higher education. Economic Bulletin of the University] Pereiaslav, № 47 [in Ukrainian].
14. Pinchuk L. M. (2019). Z dosvidu vykorystannia ihrovykh pedahohichnykh tekhnolohii u protsesi navchannia anhliiskoi movy. Zbirnyk naukovykh prats "Pedahohichni nauky" [From the experience of using game pedagogical technologies in the process of teaching English. Collection of scientific works "Pedagogical Sciences"]. № 87 [in Ukrainian].
15. Kozak L. V. (2013). Zastosuvannia proektnykh tekhnolohii u pidhotovtsi maibutnikh vykladachiv doshkilnoi pedahohiky i psykholohii [Application of project technologies in the training of future teachers of preschool pedagogy and psychology]. *Pedahohika* [in Ukrainian].
16. Polat O. S. Metod proektiv [Project method.] [Elektronnyi resurs]. Rezhym dostupu: <https://docs.google.com/document/d/13xOCJ50yaEkIzYq2kuRf3nbzVDewu6fcIkMzFqyrq4/edit?pli=1>.
17. Romanovskiy O. H. (2012). Uprovadzhennia innovatsiinykh tekhnolohii u protsesi fakhovoї pidhotovky maibutnikh psykholohiv. *Teoriia i praktyka upravlinnia sots. systemamy* [Implementation of innovative technologies in the process of professional training of future psychologists. Theory and practice of social management. systems]. № 2 [in Ukrainian].
18. Barchii M., Voronova O. (2021). Proiektni tekhnolohii yak zasib formuvannia kliuchovykh kompetentsii maibutnikh psykholohiv. *Suchasni tendentsii orhanizatsii zhyttievoho prostoru osobystosti : zbirnyk materialiv Vseukraïnskoї naukovo-praktychnoї internet-konferentsii* [Project technologies as a means of forming key competencies of future psychologists. Modern trends in the organization of the life space of an individual: a collection of materials of the All-Ukrainian Scientific and Practical Internet Conference]. Mariupol : MDU [in Ukrainian].

УДК 159.97:356.13
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-4>

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Гачак-Величко Л. А.

*кандидат юридичних наук,
старший викладач кафедри морально-психологічного
забезпечення діяльності військ
Національна академія сухопутних військ імені Петра Сагайдачного
вул. Героїв Майдану, 32, Львів, Україна
orcid.org/0000-0001-5776-5352
lgachak1207@gmail.com*

Ключові слова: синдром вигорання, професійна деформація, професійне становлення, стрес, стресостійкість.

Стаття присвячена розгляду особливостей професійного вигорання військовослужбовців із погляду психологічного аспекту. Розглянуто зміст поняття професійного вигорання у вітчизняній і зарубіжній науковій літературі. Охарактеризовано особливості професії військовослужбовців і її впливу на виникнення професійного вигорання.

У роботі також проаналізовано залежність виникнення професійного вигорання та стресу від сучасних соціальних, економічних, політичних і воєнних реалій. Наведено чинники виникнення професійного вигорання у зв'язку з надмірним навантаженням, відсутністю можливостей саморозвитку, ненормованим перебуванням на службі, наявністю емоційного виснаження й особливістю професійних вимог до військовослужбовців. Виявлено психологічний зміст окреслених чинників, які детермінують розвиток у військовослужбовців професійного вигорання, і встановлено закономірності негативного впливу професійного вигорання на особистість і діяльність військовослужбовців. Розроблено теоретичну модель запобігання професійному вигоранню військовиків, що передбачає різні напрями психологічної допомоги.

Зроблено висновок щодо доцільності розвитку антистресових умінь військовослужбовців, необхідності роботи із психологом, удосконалення системи психологічного забезпечення військовослужбовців і створення ефективної системи запобігання професійному вигоранню як комплексу різноманітних соціально-економічних, правових, організаційних, службових, просвітницьких, медичних і психологічних заходів. Окрім того, обґрунтовано необхідність створення сприятливих психологічних умов для збереження психічного та психологічного здоров'я військовослужбовців, особливо в сучасних умовах повномасштабної війни на території України.

Пропоноване дослідження висвітлює низку важливих проблем, пов'язаних із професійним вигоранням військовослужбовців у сучасних умовах, і може бути використано психологами, психотерапевтами, науковцями й іншими спеціалістами, які працюють над шляхами розв'язання проблем особового складу Збройних сил України.

CHARACTERISTICS OF PROFESSIONAL BURNOUT OF MILITARY SERVANTS: PSYCHOLOGICAL ASPECT

Hachak-Velychko L. A.

Candidate of Science of Law,

Senior Lecturer at the Moral and Psychological Department

Ensuring the Activities of the Troops

Hetman Petro Sahaydachnyi National Army Academy

Heroiv Maidan str., 32, Lviv, Ukraine

orcid.org/0000-0001-5776-5352

lgachak1207@gmail.com

Key words: *burnout syndrome, professional deformation, professional formation, stress, stress resistance.*

The article is devoted to the examination of the peculiarities of professional burnout of military personnel from the point of view of the psychological aspect. The content of the concept of professional burnout in domestic and foreign scientific literature is considered. The peculiarities of the profession of military personnel and its influence on the occurrence of professional burnout are characterized.

The work also analyzes the dependence of the occurrence of professional burnout and stress on modern social, economic, political and military realities. Factors and peculiarities of the occurrence of professional burnout in connection with excessive workload, lack of self-development opportunities, irregular stay in the service, presence of emotional exhaustion and the peculiarity of professional requirements for military personnel are given. The psychological content of the outlined factors that determine the development of professional burnout in servicemen was revealed, and the patterns of the negative impact of professional burnout on the personality and activities of servicemen were established. A theoretical model for the prevention of professional burnout of military personnel has been developed, which provides for various areas of psychological assistance.

A conclusion was made regarding the feasibility of developing anti-stress skills of servicemen, the need to work with a psychologist, improving the system of psychological support for servicemen and creating an effective system for preventing professional burnout as a complex of various socio-economic, legal, organizational, service, educational, medical and psychological measures. In addition, the need to create favorable psychological conditions for preserving the mental and psychological health of military personnel, especially in the modern conditions of a full-scale war on the territory of Ukraine, is substantiated.

The proposed study sheds the light of truth on a number of important problems related to the professional burnout of military personnel in modern conditions and can be used by psychologists, psychotherapists, scientists and other specialists who work with the problems of the personnel of the Armed Forces of Ukraine and work on ways to solve them.

Постановка проблеми. За сучасних умов розвитку української держави та суспільства, необхідності захисту її кордонів, територіальної цілісності та незалежності військовослужбовці постійно зазнають надзвичайного тиску ризиком, вони змушені виконувати різноманітні бойові завдання в умовах невизначеної та обмеженої інформації, великої загрози їх здоров'ю та життю, нестачі

часу та великої відповідальності за результати своєї праці. Окрім того, на військовослужбовців у таких важких умовах несприятливо впливають ще й фізіологічні, соціально-психологічні, біохімічні та низка інших чинників, що зумовлюють появу різноманітних негативних психічних станів. Тому вчинкові дії військових майже весь час мають підвищене психологічне навантаження, сповнені

сильними емоційними переживаннями, стресом або ж супроводжуються небажанням далі нести службу та професійним вигоранням. У зв'язку із цим великої теоретичної та практичної значущості набуває вивчення особливостей професійного вигорання військовиків.

Зазначимо, що проблемі професійного вигорання присвячують свої публікації багато вітчизняних науковців, серед яких В.В. Бойко, Т.В. Зайчикова, Т.І. Ронгинська, Л.В. Карамушка, С.Д. Максименко, В.В. Сулицький, О.М. Хайрулін, О.С. Ходос та інші. Вони здебільшого розглядають у своїх публікаціях проблематику розвитку особистості військовиків, причини їх професійного вигорання, досліджують наслідки професійного вигорання. Проте проблема особливостей професійного вигорання військовиків із психологічного погляду залишається поза увагою дослідників, а тому потребує детального розгляду й аналізу, особливо в сучасних умовах повномасштабної війни.

Мета статті полягає в обґрунтуванні психологічних особливостей професійного вигорання військовиків.

Результати дослідження. Феномен професійного вигорання досить поширений у сучасному світі серед представників різноманітних професій, передусім тих, що передбачають роботу з людьми [8, с. 289]. Часто він трапляється й у військових, з огляду на складність і стресогенність їхньої діяльності.

Насамперед вважаємо за доцільне розглянути поняття «професійне вигорання» та його особливості. Так, під поняттям «професійне вигорання» розуміють реакцію психіки й організму людини, що виникає внаслідок довготривалого впливу стресів, які зумовлені її професійною діяльністю. Водночас як різновид і передумова професійної деформації особистості, що також є психічним станом, який характеризується виникненням відчуття втоми й емоційної спустошеності, спричинених роботою, і поєднує деперсоналізацію, емоційну спустошеність і редукцію або й цілковите нівелювання професійних досягнень [11, с. 103].

У західному суспільстві термін «професійне вигорання» (“burnout”) уживається як самостійне життєве та суспільне поняття, яке характеризує стан, якому притаманна надвисока втома або хворобливість, зокрема ментальна, внаслідок тяжкої праці [14]. Зокрема, у Міжнародній класифікації хвороб синдром вигорання трактується як стан цілковитого виснаження, передхвороби [15].

На сучасному етапі більшість українських науковців, серед яких Л.В. Карамушка, В.В. Бойко, С.Д. Максименко, вважають професійне вигорання наслідком впливу комплексу стресогенних чинників [2]. Так, В.В. Бойко інтерпретує профе-

сійне вигорання як напрацьований особистістю механізм психологічного захисту у формі повного чи часткового виключення емоцій, що є реакцією людини на певні психотравмувальні впливи, тобто йдеться про набутий стереотип емоційної, найчастіше професійної, поведінки [2]. Центр наукових досліджень професійного вигорання в Україні під керівництвом професора С.Д. Максименка визначає, що професійне вигорання являє собою реакцію, що з'являється внаслідок довготривалих професійних стресів середньої інтенсивності та водночас є підсумком третьої стадії перебігу стресового процесу, для якої характерний стійкий і неконтрольований рівень збудження [6].

О.М. Хайрулін стверджує, що професійне вигорання – це динамічний процес, що виникає та відбувається згідно з діями механізму розвитку стресу й визначається наявністю всіх трьох фаз перебігу стресу. Перша фаза – нервово напруження, яке виникає внаслідок хронічної несприятливої психоемоційної атмосфери, загостреної та нестабільної обстановки, ускладнень у взаємодії особи з оточенням, підвищеної відповідальності. Друга фаза – це фаза опору, або резистенції, під час якої людина намагається відгородити себе від зовнішніх впливів і неприємних вражень. Третя фаза – виснаження, тобто збідніння психічних ресурсів людини, зниження її психоемоційного тону, що з'являється внаслідок того, що опір виявився неефективним. Як наголошує дослідник, кожна фаза має свої симптоми, або ознаки, які сигналізують про розвиток і наростання професійного вигорання [12, с. 32].

О.С. Ходос, О.М. Макаренко, С.М. Кравчук, Г.О. Кузьменко зазначають, що професійне вигорання військовослужбовців є негативним процесом, який відбувається паралельно зі становленням військового як фахівця, межує із професійною деформацією або регресивним розвитком, що впливає на поведінкову, мотиваційну, емоційно-вольову та пізнавальну сфери [13, с. 3].

Варто зауважити, що професійна діяльність військовослужбовців вимагає цілковитого включення особистості у свою справу, адже людина продовжує виконувати військові обов'язки навіть тоді, коли перебуває на лікарняному, у відпустці, проводить час із родиною, навіть поза службою, у будь-який момент її можуть викликати [7, с. 76]. До того ж чим вищий рівень посади військового, тим більша міра його відповідальності, яка вимагає постійного моніторингу діяльності підлеглих, знання актуального стану справ, уміння прогнозувати життєві обставини тощо. А коли йдеться про воєнний стан у країні, боротьбу з агресором і повномасштабну війну на її території, військовослужбовець перебуває в зоні бойових дій, у постійному стресі, страху, емоційному напру-

женні, іноді у відчаї. Довгострокове перебування в таких складних обставинах є дуже стресогенним для будь-якого військовослужбовця та зумовлює виникнення професійного вигорання [13, с. 4].

О.П. Думбрава зауважує, що військова діяльність належить до професій, які передбачають виконання службових завдань в екстремальних, напружених, стресогенних умовах, а виникнення синдрому вигорання є такою деформацією внутрішнього світу людини, яка унеможливує не тільки її продуктивну трудову діяльність, але й самореалізацію, психічне здоров'я та задоволення життям [1, с. 25].

О.М. Хайрулін переконаний, що професійне вигорання у військовиків виникає тоді, коли внутрішні та зовнішні вимоги безперервно переважають над внутрішніми та зовнішніми ресурсами, адже через це у військових порушується стан саморівноваги в керованому здійсненні власної діяльності. Відправною точкою у формуванні вигорання, на думку науковця, є проблеми, пов'язані з його емоційною сферою, зокрема й поступове емоційне виснаження [13, с. 120].

О.С. Ходос, О.М. Макаренко, С.М. Кравчук і Г.О. Кузьменко до основних чинників впливу на військовослужбовців, що сприяють виникненню професійного вигорання, відносять такі:

1) надмірне навантаження, яке появляється через необхідність виконання завдань не за призначенням і таких, що не пов'язані з бойовою підготовкою;

2) відсутність можливості самовдосконалення та саморозвитку;

3) ненормоване перебування на службі;

4) незадовільне ставлення старших начальників до підлеглих;

5) низька ефективність розв'язання проблем із житлом;

6) ігнорування особистих проблем військовослужбовців;

7) інші причини, як-от ненадання заслужених вихідних днів, відсутність чіткого графіка несення служби тощо [13, с. 5].

Т.М. Титаренко пропонує виділяти серед чинників ризику розвитку професійного вигорання у військових особистісні, статусно-рольові та корпоративні, або професійно-організаційні. Дослідниця наголошує, що вигорання найчастіше переживають так звані «роботоголіки», тобто люди, які цілковито занурені в роботу, не вміють відпочивати, переживають надмірну відповідальність за все, що вони роблять, та мають настанови на кар'єрне зростання за будь-яку ціну. До групи ризику, на думку Т.М. Титаренко, входять і ті особи, які емоційно та нестримано реагують на стреси, завжди намагаються бути першими та нетерпимі до будь-яких перешкод на їхньому

шляху. Окрім того, сприяють розвитку професійного вигорання у військовиків підозрілість, тривозможність, застосування неконструктивних моделей поведінки в різних конфліктних ситуаціях, а також низька комунікативна компетентність [9].

Натепер, в умовах повномасштабної війни в Україні служба у Збройних силах являє собою особливий і водночас надто складний період для тих, хто обрав шлях служіння за військовою професією [4, с. 158]. Події, які вже більш ніж пів року відбуваються в нашій країні, змушують військовиків працювати на межі допустимих навантажень. Через надмірне виснаження вони зазнають психологічної травматизації та професійного вигорання, яке негативно впливає на психологічну стійкість військових. Як наслідок, людина не тільки кардинально змінюється, морально слабшає під натиском ворога, але й губить життєві орієнтири, цінність власного життя та, найважливіше, жагу до нього [4, с. 159]. Навіть більше, діяльність військовослужбовців у таких екстремальних і небезпечних умовах супроводжується несприятливим впливом різних хімічних, фізичних, психологічних та інших патогенних чинників, які спричиняють виражений фізіологічний і психоемоційний стрес. Такі умови зазвичай характеризуються сильним психотравматичним впливом подій і службових обставин на психіку військовослужбовців.

Варто зауважити, що серед чинників ризику для збереження психічного здоров'я військовиків наявні втрата внутрішньої мотивації до військової служби, а також падіння інтересу й ініціативності у службовій діяльності [5, с. 239]. Цей процес досить тісно пов'язаний із явищем професійного вигорання та часто виходить за межі однієї особистості, негативно впливає на соціальне оточення та проявляється в негативному емоційному тлі малої соціальної групи, емоційній холодності, відчуженості, а потім і ворожості. Розвиток процесу професійного вигорання військових призводить до значної фрустрації, часто є причиною розчарування в обраній професії, втрати сенсу службової діяльності та, як наслідок, ухвалення рішення про звільнення зі служби [3, с. 61].

Професійне вигорання військовослужбовців, які мають досвід виконання завдань у зоні активних бойових дій, є небезпечним для їхнього життя, адже вони безупинно перебувають під напруженням власних думок, а також висновків суспільства [6]. Саме тому, на наш погляд, базовою й основою є психологічна готовність військовослужбовців до виконання завдань за призначенням в умовах війни, адже якщо психологічно людина не готова до виконання безпосередньої професійної діяльності, то не має значення ні рівень її фізичної підготовки, ані наявність наукового сту-

пеня з військових наук. За моральний і психологічний стан військовослужбовців несуть відповідальність психологи, які нині є недооціненою ланкою, значущості й потенціалу якої натепер не розуміє вище керівництво Збройних сил України.

На нашу думку, для запобігання появі симптомів професійного вигорання треба розвивати антистресові вміння військовослужбовців, навички прояву емоцій на основі критичного аналізу ситуації, що стане одним з аспектів збереження їхнього психологічного та психічного здоров'я. До того ж однією з актуальних проблем психологічного забезпечення в умовах затяжної повномасштабної війни на території України є пошук способів і шляхів запобігання психогенним втратам серед військовослужбовців, зокрема і шляхом підвищення внутрішньої мотивації до військової служби та пошуку особистісних смислів професійної діяльності військовослужбовців.

З метою запобігання виникненню професійного вигорання військовослужбовців ми розробили теоретичну модель профілактики професійного вигорання військовослужбовців, представили її у вигляді схеми (рис. 1).

Отже, згідно з розробленою моделлю, для запобігання професійному вигоранню військовослужбовців необхідно впроваджувати такі напрями роботи, як:

- психопрофілактична робота з військовиками, що передбачає запобігання виникненню професійної деформації та професійного вигорання, психогігієну умов діяльності, а також психологічне забезпечення правопорядку та дисципліни під час несення служби;
- професійно-психологічна підготовка військових до виконання бойових завдань, що полягає

в підготовці військовослужбовців до відповідального й ефективного виконання бойових завдань різної складності шляхом проведення спеціальних тренінгів, бесід тощо;

– психологічна оптимізація роботи з військовими, яка полягає у професійній орієнтації та навчанні військовиків, їх безперервному психологічному супроводі;

– психологічна просвіта та консультативна допомога військовим із різноманітних питань, що пов'язані з їхньою професійною діяльністю й особистістю.

На наше переконання, у процесі реалізації вищенаведених напрямів роботи на практиці стане можливим удосконалення системи психологічного забезпечення військовослужбовців і запобігання їх професійному вигоранню, що є особливо значущим у сучасних умовах воєнного стану в нашій країні.

Висновки. Професія військовослужбовців належить до однієї з тих видів професійної діяльності, якій притаманне професійне вигорання, адже виконання багатьох оперативно-бойових обов'язків військовослужбовців здійснюється в надзвичайно небезпечних сучасних умовах, що впливає на їхній психоемоційний і моральний стан. Професійне вигорання є системним і динамічним явищем, що складається з таких компонентів, як деперсоналізація, емоційне виснаження та зниження прагнення до досягнень. Наявність синдрому професійного вигорання у військових не тільки призводить до зниження потреби в особистих досягненнях, але й негативно впливає на бойову готовність загалом.

Зважаючи на це, необхідно чітко контролювати поведінку військовослужбовців у складних

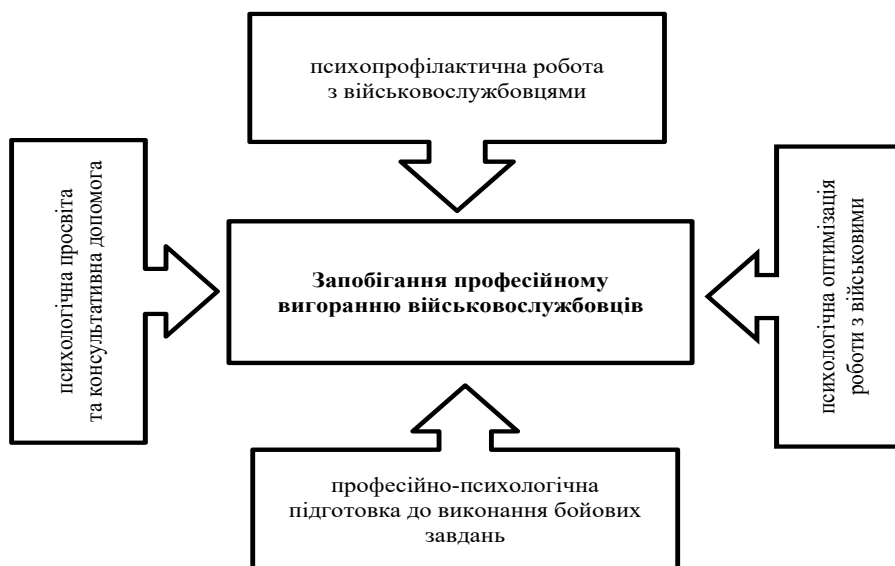


Рис. 1. Теоретична модель запобігання професійному вигоранню військовослужбовців

ситуаціях і рівень стресу, вести облік чинників, які впливають на особистість кожного військовослужбовця, і здійснювати профілактичний, у разі необхідності, психокорекційний комплекс, а також проводити низку психодіагностичних досліджень, які спрямовані на вивчення особистісних особливостей і виявлення симптомів професійного вигорання. Нами була розроблена теоретична модель запобігання професійному вигоранню військовиків, що включає найважливіші напрями психологічної допомоги та психопрофілактики, що набуває особливої значущості в умовах повномасштабної війни. Адже резуль-

тативність роботи військовослужбовців і рівень їхнього емоційного стану залежатимуть від того, наскільки своєчасно будуть виявлені та відкориговані особливості розвитку синдрому професійного вигорання.

Перспективи подальших розвідок убачаємо в експериментальній перевірці розробленої моделі запобігання професійному вигоранню військовослужбовців, що дасть змогу виявити ефективні напрями психопрофілактики, психологічного супроводу, професійно-психологічної підготовки військових для збереження та покращення їхнього психологічного здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. Думбрава О.П. Професійне вигорання офіцерів Збройних сил України як психологічна проблема. *Український психолого-педагогічний науковий збірник*. 2020. № 19. С. 24–29.
2. Колесник О.І. Особливості профілактики емоційного вигорання у військовослужбовців-контрактників, що мають досвід виконання завдань у зоні бойових дій. *Вектори розвитку та результати досягнень науки в сучасному освітньому просторі* : матеріали Науково-практичної конференції, м. Одеса, 23–24 липня 2021 р. Херсон : Молодий вчений. С. 60–63.
3. Професійне вигорання: зв'язок із «внутрішніми» та «зовнішніми» професійними характеристиками підприємців / Л.М. Карамушка та ін. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № № 2–3 (5–6). С. 74–80.
4. Колесник О.І. Особливості розвитку синдрому емоційного вигорання у військовослужбовців контрактної служби в сучасних умовах. *Science and education: problems, prospects and innovations* : матеріали 11 Міжнародної науково-практичної конференції, 21–23 липня 2021 р. Kyoto, Japan : CPN Publishing Group, 2021. С. 157–165.
5. Колесніченко О.С. Психологічні особливості прояву професійної деформації військовослужбовців внутрішніх військ МВС України з різним стажем служби. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних сил*. 2014. № 2. С. 239–243.
6. Приходько І.І. Основи психологічної підготовки військовослужбовців Національної гвардії України до виконання службово-бойової діяльності в екстремальних умовах : посібник. Харків : НА НГУ, 2017. 127 с.
7. Приб Г.А. Патопсихологічні складові емоційного вигорання військовослужбовців як чинник національної безпеки. *Економіка та держава. Серія «Державне управління»*. 2019. № 3 (11). С. 75–85.
8. Стасюк В.В. Оперативна психокорекція станів військовослужбовців та військових колективів: діагностування, комплексні заходи. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. № 14 (1). С. 289–302.
9. Титаренко Т.М. Особистісне самоконструювання: циклічно-поступальна динаміка. *Психологія і особистість*. 2013. № 1. С. 85–96.
10. Хайрулін О.М. Модель психологічної профілактики професійного вигорання військовослужбовців. *Психологія і суспільство*. 2014. № 3. С. 119–143.
11. Хайрулін О.М. Професійне вигорання військовослужбовців як предмет психологічного аналізу. *Психологія і суспільство*. 2014. № 2. С. 98–128.
12. Хайрулін О.М. Психологія професійного вигорання військовослужбовців : монографія. Тернопіль : ТНЕУ, 2015. 220 с.
13. Особливості явища професійного вигорання у виховного та викладацького складу військовослужбовців навчальних підрозділів ЗСУ / О.О. Ходос та ін. *News of Science and Education*. 2021. № 7. С. 1–12.
14. Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English. Sixth edition. Oxford : Oxford University Press, 2018. 159 p.
15. The ICD-10: Classification of Mental and Behavioral Disorders: clinical descriptions and diagnostic guidelines World Health Organization. Geneva : WHO, 2020. 267 p.

REFERENCES

1. Dumbrava, O.P. (2020). Profesiine vyhorannia ofitseriv Zbroinykh syl Ukrainy yak psykholohichna problema. *Ukrainskyi psykholoho-pedahohichnyi naukovyi zbirnyk*, 19, 24–29.
2. Karamushka, L., Hnuskina, H., Ivkin, V. (2019). Profesiine vyhorannia: zviazok iz “vnutrishnimy” ta “zovnishnimy” profesiinymy kharakterystykamy pidprijemtsiv. Orhanizatsiina psykholohiia. *Ekonomichna psykholohiia*, № № 2–3 (5–6), 74–80.
3. Kolesnyk, O.I. (2021). Osoblyvosti profilaktyky emotsiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtziv-kontraktnykh, shcho maiut dosvid vykonannia zavdan u zoni boiovykh dii. *Vektory rozvytku ta rezultaty dosid ahnen nauky v suchasnomu osvithnomu prostori*: materialy nauk.-prakt. konf. m. Odesa, 23–24 lypnia. Kherson : Vydavnytstvo “Molodyi vchenyi”, 60–63.
4. Kolesnyk, O.I. (2021). Osoblyvosti rozvytku syndromu emotsiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtziv kontraktoi sluzhby v suchasnykh umovakh. *Science and education: problems, prospects and innovations* : materialy 11 Mizhnarod. nauk.-prakt. konf., 21–23 lypnia. CPN Publishing Group, Kyoto, Japan. 157–165.
5. Kolesnichenko O.S. Psykholohichni osoblyvosti proiavu profesiinoy deformatsii viiskovosluzhbovtziv vnutrishnykh viisk MVS Ukrainy z riznym stazhem sluzhby. *Zbirnyk naukovykh prats Kharkivskoho universytetu Povitrianykh syl*. 2014. № 2. S. 239–243.
6. Prykhodko, I.I. (2017). *Osnovy psykholohichnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtziv Natsionalnoi hvardii Ukrainy do vykonannia sluzhbovo-boiovoi diialnosti v ekstremalnykh umovakh*: posibnyk. Kharkiv : NA NHU, 127 p.
7. Prib H.A. Patopsykholohichni skladovi emotsiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtziv yak chynnyk natsionalnoi bezpeky. *Ekonomika ta derzhava. Seriya: derzhavne upravlinnia*. 2019. № 3(11). S. 75–85.
8. Stasiuk V.V. Operatyvna psykholohichna staniv viiskovosluzhbovtziv ta viiskovykh kolektyviv: diahnotuvannia, kompleksni zakhody. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*. 2013. № 14(1). S. 289–302.
9. Tytarenko, T.M. (2013). Osobystistne samokonstruiuvannia: tsyklichno-postupalna dynamika. *Psykholohiia i osobystist*, № 1, 85–96.
10. Khairulin, O.M. (2014). Model psykholohichnoi profilaktyky profesiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtziv. *Psykholohiia i suspilstvo*, № 3, 119–143.
11. Khairulin, O.M. (2014). Profesiine vyhorannia viiskovosluzhbovtziv yak predmet psykholohichnoho analizu. *Psykholohiia i suspilstvo*, № 2, 98–128.
12. Khairulin, O.M. (2015). *Psykholohiia profesiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtziv*: monohrafiia. Ternopil : TNEU, 220.
13. Khodos, O., Makarenko, O., Kravchuk, S., Kuzmenko, H. (2021). Osoblyvosti yavyshecha profesiinoho vyhorannia u vykhovnoho ta vykladatskoho skladu viiskovosluzhbovtziv navchalnykh pidrozdiliv ZSU. *News of Science and Education*, № 7, 1–12.
14. Oxford Advanced Learners Dictionary of Current English (2018). Oxford University Press. Sixth edition. Oxford, 159.
15. The ICD-10: Classification of Mental and Behavioral Disorders: clinical descriptions and diagnostic guidelines World Health Organization. (2020). Geneva : WHO, 267.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ТА СОМАТИЧНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ

Гупаловська В. А.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології*

Львівський національний університет імені Івана Франка

вул. Університетська, 1, Львів, Україна

orcid.org/0000-0002-5994-2102

viktoriya.hupalovska@lnu.edu.ua

Ключові слова: *сексуальність, сексуальні сценарії осіб з інвалідністю, суб'єктивне сексуальне благополуччя, сексуальне здоров'я, психологічне благополуччя..*

У статті проаналізовано труднощі повноцінного адаптивного функціонування, які пов'язані із проблемами реалізації сексуальності осіб з інвалідністю та серйозними соматичними захворюваннями. Виокремлено психологічні проблеми сексуального благополуччя осіб з інвалідністю та серйозними соматичними захворюваннями.

Сексуальність є важливою сферою функціонування людини репродуктивного віку, підставою для формування парних стосунків, сім'ї та репродукції. Сексуальне здоров'я нерозривно пов'язане із загальним фізичним благополуччям, а сексуальне благополуччя є важливим для почування себе повноцінними, особливо для осіб із інвалідністю та соматичними захворюваннями.

Війна в Україні, на жаль, призводить до численних травм, поранень, втрат кінцівок військовослужбовцями та мирним населенням. Привернення уваги суспільства до гармонізації сфери сексуальних стосунків в осіб із травмами, інвалідністю та серйозними системними захворюваннями покликане підвищити рівень розуміння українським соціумом таких осіб і їхніх потреб. Необхідна зміна дефіцитарної парадигми ставлення до таких осіб на соціально адаптивну, яка б толерувала прояви сексуальності та давала змогу особам з інвалідністю різної етіології реалізувати сексуальні потреби та жити більш повноцінно.

Узагальнено сучасний соціологічно-психологічний наративний дискурс стосовно конструювання гендеру та маскуліної сексуальності чоловіків з інвалідністю. Показано, що в Україні має місце суперечність у зміні медикаментозно-фаталістичної парадигми на соціальну: досвід становлення в пострадянській дійсності нової культури тіла та нової гендерної ідентичності в умовах гегемонії маскуліності дає змогу реконструювати та критикувати медичну, функціональну, трагічну модель інвалідності, яка поки що превалює в суспільній думці.

Проаналізовано зарубіжні та нечисленні пострадянські джерела, які вказують на схожі проблеми. Зазначається, що необхідно реабілітувати сексуальну потребу осіб з інвалідністю та соматичними захворюваннями і реконструювати так звану «інвалідну» сексуальну ідентичність. Українцям важливо інформувати суспільство та долати соціальні стереотипи щодо людей з інвалідностями за різними нозологіями, визнавати за нормальне їхню сексуальну потребу та створювати соціальні умови для її реалізації. Запропоновано напрями роботи з корекції суспільних (культурних) та індивідуальних дезадаптивних сексуальних сценаріїв осіб із соматичними захворюваннями та осіб з інвалідністю.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SEXUAL WELL-BEING OF PERSONS WITH DISABILITIES AND SOMATIC DISEASES

Hupalovska V. A.

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology
Ivan Franko Lviv National University
Universytetska str., 1, Lviv, Ukraine
orcid.org/0000-0002-5994-2102
viktoriya.hupalovska@lnu.edu.ua*

Key words: *sexuality, sexual scenarios of persons with disabilities, subjective sexual well-being, sexual health, psychological well-being.*

The article analyzes the difficulties of full-fledged adaptive functioning, which are related to the problems of realizing the sexuality of persons with disabilities and serious somatic diseases. Psychological problems of sexual well-being of persons with disabilities and serious somatic diseases are singled out.

Sexuality is an important sphere of functioning of a person of reproductive age, the basis for the formation of couple relations, family and reproduction. Sexual health is inextricably linked to overall physical well-being, and sexual well-being is essential to feeling whole, especially for people with disabilities and physical illnesses.

The war in Ukraine unfortunately leads to numerous traumas, injuries, loss of limbs by military personnel and the civilian population. Drawing society's attention to the harmonization of the sphere of sexual relations in persons with injuries, disabilities and serious systemic diseases is intended to increase the level of understanding of such persons and their needs by the Ukrainian society. It is necessary to change the deficient paradigm of attitude towards such persons to a socially adaptive one that would tolerate manifestations of sexuality and enable persons with disabilities of various etiologies to realize their sexual needs and live more fully.

The modern sociological-psychological narrative discourse regarding the construction of gender and sexuality of men with disabilities is summarized. It is shown that in Ukraine there is a contradiction in the change of the medical-fatalistic paradigm to a social one: the experience of forming a new body culture and a new gender identity in the conditions of the hegemony of masculinity in the post-Soviet reality allows reconstruct and criticize the medical, functional, tragic model of disability that prevails.

Foreign and few post-Soviet sources that indicate similar problems are analyzed. It is noted that it is necessary to rehabilitate the sexual needs of persons with disabilities and somatic diseases and reconstruct the so-called "disabled" sexual identity. It is extremely important to inform society and overcome social stereotypes in relation to people with disabilities according to various nosologies, recognize their sexual need as normal and create social conditions for its realization.

Directions for correcting social (cultural) and individual maladaptive sexual scenarios of persons with somatic diseases and persons with disabilities are proposed.

Постановка проблеми. Повномасштабне вторгнення в Україну і військові дії на нашій території мають жакливі наслідки для населення та військовослужбовців. Багато учасників бойових дій і цивільних отримують важкі поранення

та травми, які призводять до втрати кінцівок або/і інвалідизації. Проблема реабілітації поранених і їхнього повноцінного життя після завершення бойових дій ще не стала предметом наукового аналізу серед українських науковців.

Сексуальність – це один з аспектів якості життя, який є важливим для багатьох людей та їхніх партнерів, на які може негативно вплинути психічне та фізичне благополуччя або неблагополуччя. З іншого боку, порушення сексуального здоров'я та благополуччя можуть погіршувати стан фізичного, психологічного, ментального здоров'я. Всесвітня організація охорони здоров'я визначає сексуальне здоров'я як «стан фізичного, емоційного, психічного та соціального благополуччя стосовно сексуальності; це не просто відсутність хвороби, дисфункції або незрозумілості. Сексуальне здоров'я вимагає позитивного та шанобливого підходу до сексуальності та сексуальних стосунків, а також можливості отримання приємних і безпечних сексуальних переживань <...>» [26, с. 3]. Припускаємо, що реалізована потреба в парних інтимних стосунках забезпечує відчуття повноцінності життя. Особливо гостро ця потреба постає за наявності в людини соматичних захворювань, інвалідизації.

Мета статті – привернути увагу до проблем осіб з інвалідністю та соматичними захворюваннями і проаналізувати психологічні особливості сексуальності осіб з інвалідністю в контексті їхнього психологічного благополуччя.

Сексуальність включає статевий потяг до інших, сприйняття власного тіла. Як вказувалося вище, кожна людина має біологічну та психологічну потребу не лише в сексуальній розрядці, але і в ласці, доторках і прийнятті. Задоволення цих потреб особливо гостро постає в разі наявності серйозних вроджених або набутих проблем із фізичним і ментальним здоров'ям, які призводять до інвалідизації.

Результати дослідження. У зв'язку з маргінальністю тем сексуальності й інвалідності проблематика сексуального життя осіб з інвалідністю взагалі виявилася табуованою. Як зазначають представники громадських організацій, які озвучують право осіб з інвалідністю на сексуальне життя, у масовій свідомості існує стереотип, згідно з яким особа з фізичними обмеженнями не повинна мати сексуальні потреби. Однак низка зарубіжних і нечисленні українські та російські дослідники (R. Shuttleworth, T. Sanders, T. Shakespeare, K. Gillespie-Sells, D. Davies, R. McRuer, A. Mollow, N.C. Durham, I. Johnson, R. Sigler, L. Lan-Ping, A. Гулякевич, В. Гупаловська, Л. Домінеллі, І. Дворянчикова, Д. Завіржек, А. Клепікова, Е. Титова, О. Ярьська-Смирнова й інші) [1; 4–8; 17–22] констатують і реабілітують сексуальні потреби осіб з інвалідністю, говорять навіть про стигму «інвалідної сексуальності» у постпатріархальних країнах [7; 8].

Із 1978 р. за кордоном видається журнал “Sexuality and disability” («Сексуальність та інвалід-

ність»), однак наявна лише невелика кількість більш фундаментальних праць – “Sex and Disability: Politics, Identity and Access” авторів R. Shuttleworth, T. Sanders (2010 р.), збірник есе “Sex and Disability” (Robert McRuer and Anna Mollow, 2012 р.), праця Тарші Делхі “Sexuality and disability in the Indian Context” («Сексуальність та інвалідність в індійському контексті», 2018 р.), національне дослідження тайванських авторів. На жаль, у вітчизняній науці тема сексуальності осіб з інвалідністю (далі – ОзІ) не досить висвітлена, а тема сексуальних сценаріїв ОзІ взагалі не стала предметом психологічних досліджень.

Численні дослідники (Делхі Тарші, Тобін Сіберс, Рассел Шаттлворт, Дік Собсей та інші) зазначають, що люди з обмеженими можливостями також є сексуальними істотами, які мають сексуальні фантазії, почуття та прагнення, як будь-хто інший. Вони часто не можуть цілком виразити свою сексуальність, не стільки через інвалідність, як через обмеження мобільності, нестачу спілкування, негативні суспільні настанови та постійний брак особистої підтримки, а також через відсутність освітніх, розважальних, соціальних медичних послуг і прав, доступних іншим людям. Нечисленні розмови про сексуальність людей з обмеженими можливостями часто проводились лише з погляду охорони здоров'я або під час розгляду сексуального насильства, правопорушень і випадків жорстокого поведіння (їхнього або з ними).

Хоча досліджень і даних у галузі сексуального та репродуктивного здоров'я людей з інвалідністю обмаль, спостерігається обнадійливий ріст усвідомлення того, що люди з інвалідністю мають сексуальні та репродуктивні права, і є приклади того, що робиться для підтвердження цих прав. Протягом останнього десятиліття в Європі, США, Канаді, Австралії, навіть в Індії та Таїланді було більше спроб спілкуватися та створювати послуги в різних сферах, які сприяють більшому розумінню та прийняттю інклюзії, задоволенню сексуальних потреб осіб з інвалідністю та серйозними соматичними захворюваннями.

Як зазначає Р. Шаттлворт, першим систематичним дослідженням, яке здійснили Том Шекспір, Кет Гіллеспі-Селлс і Домінік Девіс, можна назвати звіт про інвалідність і сексуальність у Сполученому Королівстві. Автори поставили перед собою «відносно просту мету – виявлення того, що люди з обмеженими можливостями думають і відчувають щодо своєї сексуальності, і це дослідження пройшло довгий шлях до того, щоб поставити цю тему принаймні на периферію порядку денного прав людей з обмеженими можливостями» [21, с. 2]. Ці дослідники вирішили надати мінімальний теоретичний аналіз, лише коротко

зазначивши соціальну модель інвалідності та поняття сексуального благополуччя ОЗІ.

Авторка огляду проблеми «інвалідної сексуальності» Анна Клепікова зазначає, що останніми роками відбувається зміна парадигми з медичної на соціальну: проблеми в інтимній сфері осіб із розладами розвитку, інвалідністю прийнято розглядати вже не в руслі медичної моделі, як раніше, а в руслі соціальної моделі інвалідності. Згідно із цією моделлю проблеми осіб з інвалідностями вважаються не такими, що визначаються індивідуальними особливостями в медичному розумінні, а соціальними обмеженнями [6; 7].

Проблема реалізації сексуальності актуальна і для осіб з інвалідністю та серйозними соматичними захворюваннями. Після та під час серцево-судинних захворювань (інфаркт міокарда, ішемічна хвороба серця) пацієнти та їхні сім'ї часто стикаються із численними змінами у своєму житті, зокрема й боротьбою з наслідками хвороби або її лікуванням для їхнього повсякденного життя та функціонування [14].

Єдине нарративне дослідження спроб реконструювання маскуліності та сексуальності осіб з особливими потребами внаслідок набутих травм у постпатріархатних державах (в Україні) зроблене американкою Сарою Філіпс і опубліковане у 2005 р. «Коли маскуліні привілеї розвиваються в результаті стигми інвалідності, чоловіки в Україні прагнуть не стільки відновити цей привілей, скільки створити нові траєкторії бути мужчинами всупереч впливу поширених стереотипів про чоловіків з особливими потребами» [10, с. 239]. Відповідно до індивідуальних обставин чоловіки прагнуть набутися «гіпермаскуліні» якостей у деяких сферах суспільного життя. Це також спричиняє, як зазначає С. Філіпс, відмову від традиційних поглядів на маскуліність і переосмислення власної здатності «бути чоловіком». Часто спорт (С. Філіпс) або включення у групову діяльність, публічну діяльність, належність до команди, колективу (О. Ярська-Смирнова) дає змогу чоловікові кинути виклик своєму фізичному стану, «відновити» втрачену маскуліність, реконструювати свою ідентичність: бути менше інвалідом і більше мужнім. Тілесність може відігравати важливішу роль у формуванні особистості для чоловіків-інвалідів, ніж для інших [9].

Звідси можна екстраполювати, наскільки важливою для чоловіка з інвалідністю може бути «нормальна функціональність» сексуальної тілесності. Припускаємо також, що інвалідність жінок менше суперечить гендерній жіночій ролі та тому, з одного боку, начебто травма інвалідизації може проходити м'якше, але з іншого боку, відсутність суперечності не дає такого «заряду подолання», як у чоловіків.

О. Ярська-Смирнова зазначає, що в науковому та популярному дискурсі сексуальність інвалідів розглядається у двох взаємно суперечливих ракурсах: 1) або медикалізується (де сексуальність інвалідів драматично негативна), 2) або ж екзотизується (як гіпермаскулінна сексуальність інвалідів). Гомосексуальність або інші «альтернативні» варіанти не припускаються [11]. Отже, можна говорити про трагічний або екзотичний сексуальний сценарій в осіб з інвалідністю.

Соціальні пабліки й інтернет-платформи називають низку проблем реалізації сексуальності осіб з інвалідністю [6; 25]:

- основна проблема – визнання суспільством потреби в інтимному житті ОЗІ й осіб із соматичними захворюваннями;

- жінки із травматичними втратами кінцівок або вродженими відсутностями їх часто стають жертвами сексуального інтересу до них чоловіків з парафіліями (апотемнофілією) – осіб, які відчувають сексуальне задоволення і розрядку лише від стосунків із суб'єктами з ампутаціями;

- існує суспільний стереотип про неодруженого чоловіка з інвалідністю, який проявляє сексуальний інтерес, як про гіперсексуала-збоченця;

- жінки-інваліди говорять про наявну сексуальну потребу та нарікають на дефіцит інформації про функціонування їхньої статевої та репродуктивної сфери;

- упередження про безпомічність і сексуальну неспроможність ОЗІ, які перебувають під доглядом близьких або медперсоналу, їхня цілковита контрольованість унеможлиблюють будь-які інтимні знайомства, зустрічі, сексуальні контакти.

Обговорення в наукових джерелах також висвітлює низку проблем. Насамперед, як зазначає Т.А. Siebers, для осіб з інвалідністю доступ до сексуального досвіду часто закритий. Багато інвалідів проживають відокремлено, замкнуто або у спеціальних закладах [22], де контроль над доступом до потенційних партнерів регулюється родичами або персоналом. Отже, сфера життя людини, яка вважається приватною, виноситься в публічний простір. Це породжує зовнішній контроль над сексуальністю, який є проявом сексуального неблагополуччя.

Якщо в чоловіка з інвалідністю є сексуальне життя, то його партнерки та подруги часто виявляються особами із «широкими сексуальними поглядами» – схильністю до бісексуальних і полігамних стосунків, «творчих позицій», проміскуїтету, інноваційних способів отримання сексуального задоволення, експериментування. Чоловік може почувати себе у стосунках із такою жінкою-експериментаторкою, шукачкою творчого сексуального досвіду оригінальним, екзотичним «сексуальним предметом»

у її колекції. Такі сценарії не відповідають класичним гетеросексуальним сценаріям, які переважають в українському суспільстві. Іноді такі жінки розцінюють чоловіка з інвалідністю лише як «додаток» до основного партнера.

Партнерки часто довірливо спілкуються з партнером-чоловіком з інвалідністю або серйозними соматичними захворюваннями, розповідають більше, ніж подругам. Чоловіки почуваються фемінізованими, від них начебто не очікується сексуально маскулінна поведінка, яку вони хочуть проявляти, щоб почуватися гендерно та соціально повноцінними, як зазначають А. Нгуєсак, J. Gilmour, B. Clements [15; 16].

Жаління й інфантилізація є головними аспектами сприйняття інвалідності в Україні, як зазначає С. Філіпс. Чоловіків з інвалідністю сприймають як безпомічних і психологічно вразливих, існує думка, що їм необхідна турбота самозреченої жінки, що їх потрібно жаліти, а вони повинні бути «вдячні за турботу». Це руйнує ідентичність і концепцію незалежного «справжнього чоловіка» [10].

Як зазначають низка авторів, для приблизно 1/3 чоловіків з інвалідністю більш повноцінне «незалежне життя» означає передусім фінансову незалежність від інших і держави (С. Філіпс, О. Ярська-Смирнова, А. Клепікова). Чоловіки з інвалідністю відчують сильну потребу в реконструкції власної маскуліності, сексуальної також [7; 8; 10].

Сучасний соціологічно-психологічний нарративний дискурс узагальнив деякі положення стосовно конструювання гендеру та сексуальності чоловіків з інвалідністю. В Україні має місце суперечність у зміні медикаментозно-фаталістичної парадигми на соціальну: досвід становлення в пострадянській дійсності нової культури тіла та нової гендерної ідентичності в умовах гегемонії маскуліності дає змогу реконструювати та критикувати медичну/функціональну/трагічну модель інвалідності, яка превалює. Активісти українських правозахисних організацій, які захищають права інвалідів, розвивають соціальну модель інвалідності, просувають на законодавчому рівні однаковий доступ осіб з інвалідністю до освіти та праці. Однак соціальна модель (яка визначає інвалідність як соціальну дискримінацію та депривацію потреб через політичні, соціальні й економічні умови), яка мінімізує роль тіла як місця порушень, і сприяє демедикалізації інвалідності, на жаль, є проблематичною у зв'язку з гострою нестачею в Україні адекватної якісної медичної допомоги, наприклад, інвалідам-спінальникам [10].

Сексуальність є важливим аспектом якості життя підлітків, молодих людей, осіб репродуктивного віку, який залишається не досить вивченим у хворих на рак. Більшість сучасних знань про те, як рак і лікування раку можуть вплинути

на сексуальність пацієнтів, стосуються хворих на репродуктивний рак (молочної залози, гінекологічних, репродуктивних органів чоловіків), тоді як мало відомо про те, як ця хвороба впливає на статеве життя пацієнтів з іншими типами раку.

У США вивчалися сексуальне задоволення та потреби в підтримці сексуального досвіду серед підлітків і молодих дорослих з онкозахворюваннями [23; 24]. Майже третина пацієнтів повідомили, що не задоволені своєю сексуальністю та потребують допомоги в цій сфері. Зміни в сексуальності були значно частіше в жінок з онкологією репродуктивної системи, ніж у тих, хто мав інші типи раку ($t = -2,693$, $p = 0,007$). За даними американських досліджень, онкозахворювання репродуктивної системи не пов'язані з погіршенням сексуального задоволення, змінами сексуальності або збільшенням потреб сексуального допоміжного догляду, як нерепродуктивний рак ($R^2 = 0,004$, $p = 0,131$). Результати вказують на те, що приблизно третина підлітків і молодих дорослих як із репродуктивним, так і з нерепродуктивним раком відчують сексуальне невдоволення. Рівний відсоток цих пацієнтів також висловлює бажання отримати допомогу в цій галузі. Отже, медичним працівникам треба вирішувати питання сексуальності та раку як звичайне явище під час догляду за молодими людьми, навіть коли пацієнти мають нерепродуктивний рак.

Дослідження Dune M. Tinashe було спрямоване на вивчення, розуміння та розвиток наявних знань і теорії про те, як люди із церебральним паралічем формували свою сексуальність. На перший план вийшли дискусії як про сексуальну потребу, так і про сексуальну активність осіб із ДЦП. Дослідження показало, що для реалізації сексуальності особи із церебральним паралічем використовують сексуальний сценарій взаємодії. Дослідники підкреслюють, що люди із церебральним паралічем у США є розумними й обізнаними учасниками побудови своєї сексуальності. Їхнє розуміння, артикуляція й опис їхньої сексуальності говорять про їх усвідомлення та зацікавленість у своїй сексуальності та питаннях, пов'язаних із нею. Люди із церебральним паралічем активно шукають соціальні та сексуальні можливості, які відповідають і виконують їхні соціальні та сексуальні бажання. Люди із церебральним паралічем дають зрозуміти, що (їхня) сексуальність потребує прийняття [13].

Виходячи із викладеного вище аналізу, можна виділити напрями роботи з корекції суспільних (культурних) та індивідуальних дезадаптивних сексуальних сценаріїв осіб із соматичними захворюваннями й осіб з інвалідністю:

– суспільна соціальна та психологічна «реабілітація» сексуальної потреби осіб з інвалідні-

стю – корекція суспільних сценаріїв і стереотипів, дезадаптивних стосовно сексуальності осіб з інвалідністю та соматичними захворюваннями; формування адаптивних для осіб з інвалідністю суспільних (екзогенних) сексуальних сценаріїв і наративів;

– спеціальна сексуальна просвіта й освіта осіб з інвалідністю. Психологічна корекційна робота з подолання психологічних проблем, внутрішніх і зовнішніх бар'єрів, які перешкоджають ОЗІ реалізувати право на близькі стосунки; формування адаптивних сексуальних сценаріїв ОЗІ;

– наявна небезпека сексуального використання та насильства над особами з інвалідністю, загальними розладами розвитку й інтелектуальними порушеннями. Необхідна просвітницька робота із цими особами та в суспільстві загалом для запобігання їхній віктимізації;

– зарубіжні науковці артикулюють необхідність забезпечення умов, які б уможлилювали задоволення потреби в інтимних стосунках осіб з інвалідністю (аж до підготовки сурогатних партнерів і організації соціальної проституції).

Хоча Всесвітня організація охорони здоров'я постулює, що сексуальне самовираження є основним правом кожної людини, незалежно від стану здоров'я, людям з обмеженими можливостями занадто часто відмовляють у цьому праві. У наших попередніх дослідженнях [1; 3] ми виявили, що особи з інвалідністю та соматичними захворюваннями потребують задоволення сексуального бажання, їм важливе сексуальне благополуччя, яке підвищує рівень суб'єктивного психологічного благополуччя.

Висновки. У статті ми намагалися показати, як особам з інвалідністю та соматичними розладами не просто реалізовувати сексуальну потребу через цілий набір суспільних переконань і настанов, які знищують їхнє право на сексуальність і виключають їх із повноцінного життя. Сексуальність – це, по суті, прийняття себе та прийняття іншими. Це невід'ємна частина людського життя, у процесі налагодження адаптивних сексуальних сценаріїв не повинно бути сорому та провини. З огляду на депривацію, якої зазнають люди з інвалідністю, є всі підстави вважати, що це питання надзвичайно важливе в русі за повне включення людей з інвалідністю до соціальних потоків. Допомогти в цьому може соціальна, психологічна робота з населенням і сексуальна просвіта. Сексуальна просвіта – це не тільки знання про частини тіла та репродуктивне виховання. Вона стосується формування самосвідомості, самооцінки, самозахисту та формування адаптивних сценаріїв сексуальних стосунків як в умовно здорових, так і в осіб із соматичними захворюваннями й інвалідністю різної етіології.

Перспективами подальшої роботи в напрямі соціально-психологічної адаптації та реабілітації сексуальності осіб з інвалідністю та соматичними захворюваннями є розроблення просвітницьких програм для населення та психокорекційно-формуального комплексу для підвищення рівня соціально-психологічної адаптації та реалізації адаптивних сексуальних сценаріїв осіб з інвалідністю та соматичними захворюваннями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гупаловська В. Особливості сексуальних сценаріїв осіб з інвалідністю крізь призму адаптивності. *Десяті Сіверянські соціально-психологічні читання* : матеріали Міжнародної наукової конференції / наук. ред. : О. Дроздова, І. Шлімакової. Чернівці : НУЧК імені Т.Г. Шевченка. 2020. С. 80–85.
2. Гупаловська В. Психокорекційна робота за методом SFBT із проблемами осіб з інвалідністю. *IV International scientific conference "Modernization of the educational system : world trends and national peculiarities in a pandemic"* : Conference processings February 19th, 2021. Kaunas : Baltija Publishing. P. 18–22.
3. Гупаловська В. Сексуальне благополуччя як чинник суб'єктивного благополуччя: особливості сексуальних сценаріїв осіб з інвалідністю. Матеріали доповідей учасників II Всеукраїнського конгресу із соціальної психології «Соціальна психологія сьогодні: здобутки та перспективи». DOI: 10.33120/UCSPPProceedings-2019
4. Доминелли Л. Гендерно нейтрально? Женский опыт инвалидности. *Журнал исследований социальной политики*. 2004. Т. 2. № 1. С. 29–52.
5. Завиржек Д. Воспоминания инвалидов о сексуальном насилии: факты и умолчания. *Журнал исследований социальной политики*. 2009. Т. 7. № 3. С. 349–380.
6. Как людям с инвалидностью реализовывать свои сексуальные потребности? URL: <https://www.docsity.com/ru/seks-i-invalidnost/1149576/>.
7. Клепикова А. Интимная жизнь людей с инвалидностью: о преодолении моделей. *Журнал исследований социальной политики*. 2012. № 11(2). С. 284–288.
8. Романов П., Ярская-Смирнова Е. Тело и дискриминация: инвалидность, гендер и гражданство в постсоветском кино. *Неприкосновенный запас. Дебаты о политике и культуре*. 2011. № 76. С. 84–91.
9. Филлипс С. Инвалидность, маскулинность и сексуальность в постсоветской Украине. *Журнал исследований социальной политики*. 2012. Т. 10. № 2. С. 235–258.

10. Ярская-Смирнова Е. Стигма «инвалидной» сексуальности. *В поисках сексуальности* : сборник статей / ред. Е. Здравомыслова, А. Темкина. Санкт-Петербург : Дмитрий Буланин, 2002. С. 223–244.
11. Ярская-Смирнова Е., Дворянчикова И. «Жила-была маленькая девочка, которая любила танцевать <...>». Семейные истории инвалидов-колясочников. Семейные узы: модели для сборки. Москва : Новое литературное обозрение, 2004. С. 420–451.
12. Dune Tinashe M. Understanding Experiences of Sexuality with Cerebral Palsy through Sexual Script Theory. *International Journal of Social Science Studies*. 2013. Vol. 1. № 1. P. 1–12. DOI: 10.11114/ijsss.v1i1.6ю
13. Fridlund, B., Kautz, D. D., Mårtensson J., Mosack V. et al. Sexual Counseling for Individuals With Cardiovascular Disease and Their Partners: A Consensus Document From the American Heart Association and the ESC Council on Cardiovascular Nursing and Allied Professions (CCNAP) *Circulation* / M. Dougherty et al. 2013. P. 2076–2095. DOI: 10.1161/CIR.0b013e31829c2e53.
14. Gilmour J., Clements B. “If You Want to Be Like Me, Train!”: The Contradictions of Soviet Masculinity. *Russian Masculinities in History and Culture* / Ed. B.E. Clements et al. Houndmills : Palgrave, 2002. P. 210–222.
15. Hrycak A. Coping with Chaos: Gender and Politics in a Fragmented State. *Problems of Post-Communism*. 2005. Vol. 52. № 5. P. 69–81.
16. Iarskaia-Smirnova E. Social Change and Self-Empowerment: Stories of Disabled People in Russia. *Disability and the Life Course: Global Perspectives*. Cambridge : Cambridge University Press, 2001. P. 101–112.
17. Johnson I., Sigler R. Forced sexual intercourse among intimates. *Journal of Interpersonal Violence*. 2000. № 15 (1). P. 95–108.
18. Sexual assault of people with disabilities: Results of a 2002–2007 national report in Taiwan / L. Lan-Ping et al. *Research in Developmental Disabilities*. 2009. 30. P. 969–975.
19. *Sex and Disability* / R. McRuer et al. Duke University Press, 2012. 432 p.
20. *The Sexual Politics of Disability: Untold Desires* / T. Shakespeare et al. London : Cassell, 1996.
21. Shuttleworth R. Introduction to Special Issue Critical Research and Policy Debates in Disability and Sexuality Studies. *Sexuality Research & Social Policy Journal of NSRC*. 2007. Vol. 4. № 1. P. 1–14.
22. Shuttleworth R., Sanders T. *Sex and Disability: Politics, Identity and Access*. Leeds : Disability Press, 2010.
23. Siebers T. *A Sexual Culture for Disabled People*. Disability Theory. Ann Arbor: University of Michigan Press, 2008. P. 135–156.
24. *Women With Disabilities: Disabled, Sexual, Reproductive*. *Arrow for change*. 2017. Vol. 23. № 3. 36 p.
25. World Health Organization. *Sexual health and its linkages to reproductive health: an operational approach*. 2017. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/258738/9789241512886-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

REFERENCES

1. Hupalovska V.A. (2020). *Osoblyvosti seksual'nykh stsenariyiv osib z invalidnistyu kriz' pryzmu adaptyvnosti* [Peculiarities of sexual scenarios of persons with disabilities through the prism of adaptability]. Tenth Severyan socio-psychological readings: Proceedings of the International Scientific Conference. Science ed. O.Yu. Drozdov, I.I. Shlimakova. Chernihiv : NUCHK named after T. G. Shevchenko. Pp. 80–85 [in Ukrainian].
2. Hupalovska V. (2021). *Psykhokorektsiyna robota za metodom SFBT z problemamy osib z invalidnistyu* [Psychocorrective work using the SFBT method with the problems of persons with disabilities]. IV International scientific conference “Modernization of the educational system : world trends and national peculiarities in a pandemic” : Conference processings February 19'th, 2021. Kaunas : Baltija Publishing, pp. 18–22 [in Ukrainian].
3. Hupalovska V.A. (2019). *Seksual'ne blahopoluchchya yak chynnyk subyektivnoho blahopoluchchya: osoblyvosti seksual'nykh stsenariyiv osib z invalidnistyu* [Sexual well-being as a factor of subjective well-being: peculiarities of sexual scenarios of persons with disabilities]. Materials of the reports of the participants of the II All-Ukrainian Congress on Social Psychology “Social Psychology Today: Achievements and Prospects”. DOI: 10.33120/UCSPProceedings-2019. Available from: <http://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2019/11/Theses-UCSP2019.pdf> [in Ukrainian].
4. Dominelli L. (2004). *Genderno neytral'no? Zhenskiy opyt invalidnosti* [Gender neutral? Women's experience of disability]. *Zhurnal issledovaniy sotsial'noy politiki* [Journal of Social Policy Research]. V. 2. № 1. Pp. 29–52.
5. Zavrzhek D. (2009). *Vospominaniya invalidov o seksual'nom nasilii: fakty i umolchaniya* [Memories of disabled people about sexual violence: facts and omissions]. *Zhurnal issledovaniy sotsial'noy politiki* [Journal of Social Policy Research]. V. 7. № 3. Pp. 349–380.

6. Kak lyudyam s invalidnost'yu realizovyvat' svoi seksual'nyye potrebnosti? [How can people with disabilities fulfill their sexual needs?]. Electronic resource. Available from: <https://www.doccity.com/ru/seks-i-invalidnost/1149576/>
7. Klepikova A. (2012). Intimnaya zhizn' lyudey s invalidnost'yu: o preodolenii modeley [Intimate life of people with disabilities: about overcoming models]. Zhurnal issledovaniy sotsial'noy politiki [Journal of Social Policy Research]. 11(2). Pp. 284–288.
8. Romanov P., Yarskaya-Smirnova Ye.R. (2011). Telo i diskriminatsiya: invalidnost', gender i grazhdanstvo v postsovetskom kino. Neprikosnovennyiy zapas [Body and discrimination: disability, gender and citizenship in post-Soviet cinema. Emergency ration]. Debaty o politike i kul'ture [Debate about politics and culture]. № 76. Pp. 84–91 [in Russian].
9. Fillips S. (2012). Invalidnost', maskulinnost' i seksual'nost' v postsovetskoj Ukrainie [Disability, masculinity and sexuality in post-Soviet Ukraine]. Zhurnal issledovaniy sotsial'noy politiki [Journal of Social Policy Research]. V. 10. № 2. Pp. 235–258 [in Russian].
10. Yarskaya-Smirnova E. (2002). Stigma “invalidnoy” seksual'nosti. V poiskakh seksual'nosti : sb. statey [Stigma of “invalid” sexuality. In search of sexuality: a collection of articles]. Ed. Zdravomyslova i A. Temkina. SPb. : Dmitriy Bulanin. Pp. 223–244 [in Russian].
11. Yarskaya-Smirnova E., Dvoryanchikova I. (2004). “Zhila-byla malen'kaya devochka, kotoraya lyubila tantsevat' ...”. Semeynyye istorii invalidov-kolyasochnikov. Semeynyye uzy: modeli dlya sborki [“Once upon a time there was a little girl who loved to dance...”. Family stories of wheelchair users. Family Ties: Models to Build]. Moskow : Novoye literaturnoye obozreniye. Pp. 420–451 [in Russian].
12. Dune Tinashe M. (2013). Understanding Experiences of Sexuality with Cerebral Palsy through Sexual Script Theory. International Journal of Social Science Studies. Vol. 1. № 1. P. 1–12. DOI: 10.11114/ijsss.v1i1.6ю
13. Dougherty, M., Fridlund, B., Kautz, D. D., Mårtensson J., Mosack V. at all. (2013). Sexual Counseling for Individuals With Cardiovascular Disease and Their Partners: A Consensus Document From the American Heart Association and the ESC Council on Cardiovascular Nursing and Allied Professions (CCNAP) Circulation. P. 2076–2095. DOI: 10.1161/CIR.0b013e31829c2e53
14. Gilmour J., Clements B. (2002). “If You Want to Be Like Me, Train!”: The Contradictions of Soviet Masculinity. Russian Masculinities in History and Culture. Ed. B.E. Clements, R. Friedman, and D. Healey. Houndmills : Palgrave. Pp. 210–222.
15. Hrycak A. (2005). Coping with Chaos: Gender and Politics in a Fragmented State. Problems of Post-Communism. Vol. 52. № 5. P. 69–81.
16. Iarskaia-Smirnova E. Social Change and Self-Empowerment: Stories of Disabled People in Russia. Disability and the Life Course: Global Perspectives. Cambridge : Cambridge University Press, 2001. P. 101–112.
17. Johnson, I., & Sigler, R. (2000). Forced sexual intercourse among intimates. Journal of Interpersonal Violence. 2000. 15(1). P. 95–108.
18. Lan-Ping, L., Chia-Feng, Y., Fang-Yu, K., Jia-Ling, W., & Jin-Ding, L. (2009). Sexual assault of people with disabilities: Results of a 2002–2007 national report in Taiwan. Research in Developmental Disabilities. V. 30. P. 969–975.
19. McRuer R., Mollow A., Durham, N.C. (2012). Sex and Disability. Duke University Press. 432 p.
20. Shakespeare T., Gillespie-Sells K., Davies D. (1996). The Sexual Politics of Disability: Untold Desires. London : Cassell.
21. Shuttleworth R. (2007). Introduction to Special Issue Critical Research and Policy Debates in Disability and Sexuality Studies. Sexuality Research & Social Policy Journal of NSRC. Vol. 4. № 1. Pp. 1–14.
22. Shuttleworth R., Sanders T. (2010). Sex and Disability: Politics, Identity and Access. Leeds : Disability Press.
23. Siebers T.A. (2008). Sexual Culture for Disabled People. Disability Theory. Ann Arbor: University of Michigan Press. Pp. 135–156.
24. Women With Disabilities: Disabled, Sexual, Reproductive (2017). Arrow for change. Vol. 23. № 3. 36 p.
25. WorldHealthOrganization. Sexualhealthanditslinkagestoreproductivehealth:anoperationalapproach(2017). URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/258738/9789241512886-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ВПЛИВ ТИПУ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА ЯКІСТЬ СЕКСУАЛЬНОГО ЖИТТЯ

Железнякова Ю. В.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Запорізький національний університет
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0003-1677-2015
jk99799@ukr.net*

Ключові слова: *прив'язаність, сексуальність, особистість, стосунки, стрес, задоволення, розвиток.*

Стаття присвячена теоретичному аналізу проблеми якості сексуального життя в межах теорії прив'язаності. Простежено взаємозв'язок між типами прив'язаності особистості та задоволенням від сексуальної складової частини стосунків. У роботі підкреслюється вплив якості дитячо-батьківських стосунків на формування як типу прив'язаності, так і можливості отримувати задоволення від сексуальних стосунків. Підкреслюється важливість соціальних і психологічних досліджень впливу типу прив'язаності на сексуальний розвиток особистості.

Описано надійний, тривожний і відчужений типи прив'язаності, критерії та властивості надійного зв'язку між дитиною та матір'ю. Також описово надано характеристику сексуального прояву та можливої взаємодії з партнером через вплив типу прив'язаності. Установлено, що більшість авторів поєднують показники задоволення стосунками з батьками в дитинстві з показниками задовільності сексуальних відносин у дорослому житті. Також у статті теоретично розглянуто вплив стресу на формування та розвиток певного типу прив'язаності, якість романтичних стосунків у дорослому житті та на можливість відчувати задоволення як в загальному розумінні, так і конкретно в сексуальній взаємодії. Також розглянуто взаємозв'язок між дослідними та пізнавальними інтересами дитини, її поведінковими патернами збудження та гальмування нервової системи із процесами сексуальної активності.

Проаналізовано в контексті сексуального прояву людини універсальний для всіх ссавців механізм отримання задоволення, який складається з мотивації, формується із трьох взаємопов'язаних, але самостійних функцій: насолоди, очікування, нетерпіння. Усі ці три системи залежать від контексту соціального та фізичного середовища. Зазначено, що негативний контекст, який зазвичай пов'язаний зі стресом, негативно впливає на якість сексуального життя.

Показано, що в сучасних психологічних дослідженнях з означеної проблеми відсутнє якісне методологічне підґрунтя дослідження впливу якості дитячо-батьківських стосунків на формування та розвиток сексуальності та можливості відчувати задоволення.

INFLUENCE OF THE TYPE OF ATTACHMENT ON QUALITY OF SEXUAL LIFE

Zheleznyakova Y. V.

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Practical Psychology

Zaporizhzhia National University

Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine

orcid.org/0000-0003-1677-2015

Jk99799@ukr.net

Key words: *attachment, sexuality, personality, relationships, stress, satisfaction, development.*

The article is devoted to the theoretical analysis of sexual life quality under the framework of attachment theory. The interrelation between personal types of attachment and satisfaction from the sex component of the relationship is monitored. The article highlights the influence of the quality of child-parent relations on the formation of attachment type and enjoyment of sexual relationships. The importance of social and psychological research on the influence of attachment type on individual sexual development is emphasized. The author describes secure, anxious and avoidant types of attachment and criteria and properties of the deep maternal bond. Descriptive characteristics of sexual manifestation and potential interaction with the partner due to the impact of attachment type are provided. It is established that most authors combine indicators of satisfaction with relations with parents in childhood with satisfaction with sexual relations in adulthood. The article also theoretically studies the influence of stress on the formation and development of a particular type of attachment, the quality of romantic relationships adulthood, and a feeling of satisfaction in general and in sexual interaction in particular. The interrelation between the research and cognitive interests of a child and his behavioral patterns of excitation and inhibition of the nervous system with the processes of sexual activity is also examined.

In the context of human sexual manifestation, it is analysed the mechanism of obtaining satisfaction common to all mammals; it comprises three interrelated but independent functions: enjoyment, expectation, and impatience.

The three systems depend on the context of the social and physical environment. It is noted that a negative context which is usually associated with stress adversely influences the quality of sexual life.

The author marks that relevant psychological research lacks a qualitative basis for studying the influence of the quality of child-parent relations on the formation and development of sexuality and a feeling of satisfaction.

Постановка проблеми. Прихильність і здатність будувати близькі стосунки відіграють важливу роль у житті кожної людини. Потреба у прийнятті є однією з базових потреб людини. Незадоволення цих потреб, фрустрація почуття любові перешкоджає формуванню особистості.

Згідно з основною тезою Дж. Боулбі, якість наших уподобань у дорослому віці значною мірою відображає якість наших колишніх уподобань, передусім із батьками [8]. Саме глибокий емоційний зв'язок, що виникає в дитинстві між дитиною і близьким дорослим у результаті спілкування та тісної взаємодії, надає потужний, різнобічний, довгостроковий і багато в чому

неминучий вплив на формування емоційно-особистісної, комунікативної та сексуальних сфер дитини. Однак онтогенетичне значення прихильності на різних етапах психічного розвитку та становлення особистості розкрито ще далеко не повністю. Це цілком стосується такого важливого сегмента життя людини, як сексуальні відносини. Вони потребують теоретико-емпіричного дослідження у світлі вивчення процесу сексуального розвитку особистості.

Мета статті. Головною метою дослідження є теоретичний аналіз впливу типу прив'язаності на якість сексуального життя. Дана мета конкретизувалась у завданнях, спрямованих на розкриття

змісту надійного, тривожного, відчуженого типів прив'язаності, визначенні впливу дитячо-батьківських стосунків на формування типу прив'язаності, теоретичному аналізі характеру прив'язаності в контексті розвитку сексуальності.

Результати дослідження. Питання вивчення сексуального розвитку, якості сексуального життя особистості актуальні в сучасному науковому та життєвому просторі. На важливість розуміння впливу типу прив'язаності, що формується в дитинстві, на розвиток особистості вказували Дж. Боулбі [8], М. Ейнсворт [7] та інші. Прив'язаність служить ключовим поняттям психології розвитку, значення якого виходить далеко за межі раннього віку. Головним стимулом до дослідження якості сексуального життя через природу прив'язаності, згідно з якою перший вихователь відіграє вирішальну роль, бо саме від нього залежить емоційна адаптація маленької дитини, послужили теоретико-експериментальні дослідження В. Джонсон, Е. Нагоскі [6], С. Джонсон [1], Дж. Боулбі [8], М. Ейнсворт [7] та інших.

Стосунки та почуття близькості в них відіграють певну роль у житті кожної людини. Потреба в коханні є однією з базових потреб людини. Незадоволення цієї потреби, фрустрація почуття любові перешкоджає формуванню особистості. А згідно з основною тезою Дж. Боулбі, якість наших уподобань у дорослому віці значною мірою відображає якість наших колишніх уподобань, передусім із батьками. В основі дорослих відносин лежать три системи поведінки:

- 1) прив'язаність – любовне почуття, подібне до того, яке відчуває дитина до матері;
- 2) прагнення піклуватися про інших;
- 3) сексуальні стосунки.

Вказані поведінкові системи формуються та розвиваються в певний тип прив'язаності з народження людини, надалі набувають розвитку в романтичних стосунках. Також у роботах Дж. Боулбі та його послідовників показано, що прив'язаність – це складна система, що містить три типи компонентів:

- 1) когнітивні компоненти – у вигляді розпізнавальних ознак, образів і уявлень, пов'язаних із матір'ю (або близькою особою, що її постійно заміщає);
- 2) емоційні реакції, адресовані матері, які сигналізують про стани потреб дитини та їх задоволення;
- 3) поведінкові реакції – плач, посмішка, наближення, слідування, чіпляння тощо [7; 8].

Сенситивним періодом формування прив'язаності є перший рік життя дитини. Приблизно в 6–10 місяців, у зв'язку зі становленням першої форми «збереження об'єкта», у дитини виникає вибірковість щодо дорослих, відбувається об'єктивування образу батьків як предмета прив'язаності. Якщо до 12 місяців прихильність залишається

несформованою, то психічний розвиток дитини серйозно порушується. Важливим етапом у розвитку теорії прив'язаності стали дослідження М. Ейнсворт щодо аналізу індивідуально-типологічних особливостей поведінки прив'язаності в різних діадах «мати – дитина». У результаті було показано, що характер прив'язаності може мати якісно своєрідні риси, а формування певного типу прив'язаності зумовлено особливостями материнської поведінки й історією розвитку дитини [7].

В експериментах М. Ейнсворт були виділені три основні типи прив'язаності: надійна (безпечна) прихильність і дві тривожні: тривожно-уникаюча та тривожно-амбівалентна (протестна). Пізніше було виділено ще тривожно-дезорганізований тип прив'язаності [2; 7].

Також було виділено деякі базові якості матері, що сприяють виникненню безпечної прив'язаності:

- 1) емоційне прийняття дитини, здатність виражати її в реальному спілкуванні та взаємодії;
- 2) чутливість, сенситивність до поведінки дитини; здатність виділяти ті особливості її поведінки, які сигналізують про її потреби та бажання;
- 3) розуміння стану дитини та причин цього стану, адекватний когнітивний образ дитини;
- 4) чуйність матері як уміння адекватно реагувати на стан і потреби дитини;
- 5) сталість, послідовність і несуперечність поведінки матері, що забезпечують дитині можливість орієнтуватися в поведінці матері й адекватно відповідати на неї;
- 6) високий рівень суб'єктності спілкування [1].

Якщо ці якості були проявлені повною мірою, то природним чином формується надійна прихильність і здоровий образ партнера для романтичних відносин. Власне, до зазначеного переліку якостей буде додано сексуальну складову частину таких відносин. Навіть більше, формується здорова характерологія самої дитини, яка включатиме всі вищезазначені якості [5]. Але не тільки поведінка матері, а й індивідуальні особливості немовляти (такі, наприклад, як темперамент) впливають на тип прив'язаності, яка в нього формується. Відповідно до теорії Дж. Боулбі, принципово велике значення типу прив'язаності пов'язане з тим, що тип прив'язаності істотно визначає подальший розвиток особистості дитини, її відносин зі світом, оскільки зачіпає основи її реагування.

Система прив'язаності включає дві протилежні тенденції: з одного боку, пошук дитиною підтримки та захисту, із другого – прагнення нового, тобто можливу «небезпеку». Розвиток самої дитини та формування типу прив'язаності зумовлені пошуком балансу між прив'язаністю й автономністю в межах стосунків із значущим дорослим. Система прив'язаності активізується в разі зіткнення з будь-якою небезпекою та новою, невідомою ситуацією

і не включається у звичній безпечній обстановці. Інакше кажучи, що вища небезпека, то гостріша потреба дитини в безпосередньому тісному контакті з матір'ю та захисті, а за відсутності небезпеки можливе фізичне віддалення від неї для дослідження світу.

Справжня психологічна близькість з іншою людиною передбачає особистісну автономію партнерів. Це позбавляє страху бути «поглиненим», але вимагає впевненості у своєму партнері, особливо в тому, що розлука через «дослідження світу» не призведе до руйнування стосунків. Як відомо, надійна прив'язаність до матері створює базис для того, щоб дитина займалася дослідженням навколишнього світу: діти з надійною прив'язаністю впевнені, що в разі потреби мама буде поруч. Отже, у дітей немає потреби постійно стежити за перебуванням матері, вони можуть спокійно занурюватися в самостійні дослідження. А це, своєю чергу, закладає основу для розвитку автономії [2; 3].

Отже, дослідні та пізнавальні інтереси дитини відволікають її від матері, а почуття страху та небезпеки повертають і прив'язують до неї. Так проявляються через поведінкові патерни системи збудження та гальмування нервової системи. Система збудження тісно пов'язана з дослідницьким інтересом. Цей дослідницький інтерес зберігається протягом усього життя людини та проявляється в різних сферах її життя, зокрема і в пошуку чинників сексуального збудження. Система гальмування спрямована на уникнення небезпеки та пошук безпеки. У рамках сексуальної активності дана система шукає сигнали, які є приводом гальмування сексуального збудження. Існує два види системи гальмування: перша пов'язана зі страхом наслідків від дій, друга – зі страхом невдач. У контексті сексуального життя, наприклад, – страх бути знехтуваним, неприйнятним, кинутим. Ці поведінкові патерни реагування закладаються в дитинстві через взаємодію з матір'ю або фігурою, що її заміщає. Підвищена чутливість системи гальмування – основна причина сексуальних проблем будь-якого характеру. Як і в інших потребах, у сексуальній потребі механізм подвійного контролю діє на тлі інших систем мотивацій, який формує загальний контекст. Контекст включає дві речі: обставини поточної миті (ситуація нова чи знайома, безпечно чи ні тощо) і стан самої людини (розслаблена чи відчуває стрес) [6].

Ще раз підкреслимо, за Дж. Боулбі головна функція об'єкта прив'язаності полягає не в задоволенні вродженої потреби в любові (як у класичному психоаналізі) та не в задоволенні фізіологічних потреб дитини (як у біхевіоризмі), а в гарантуванні захисту та безпеки [1]. Тому наявність надійної прив'язаності є необхідною умо-

вою дослідницької поведінки та пізнавального розвитку, що надалі впливає на форму та якість сексуального життя. Так само формуються і здорові способи отримання задоволення, тому що задоволення часто корелює з безпекою або контрольованим стресом, що також належить до категорії безпеки, яка можлива в надійному типі прив'язаності.

Універсальний для всіх ссавців механізм отримання задоволення, а також навчання та мотивації формується із трьох взаємопов'язаних, але самостійних функцій, як-от: насолода, очікування, нетерпіння. Система насолоди оцінює приємність і неприємність стимулу. Очікування допомагає пов'язувати те, що відбувається зараз, з тим, що станеться згодом. Нетерпіння стимулює рух до чогось чи когось. Усі ці три системи залежать від контексту. Якщо наявний будь-який стрес, а проблеми у стосунках – це також стрес, то сексуально активні стимули не сприймаються як такі. Якими б не були стимули (це стосується не тільки сексуальної потреби), коли рівень стресу високий, поведінка буде спрямована на уникнення. Якщо контекст сприймається як позитивний, виявляється цікавість.

Стрес пов'язаний із боротьбою за фізичне чи психологічне виживання. Секс не сприяє особистому виживанню. Тому в більшості з нас стрес спрацьовує як система гальмування, за винятком 10–20% людей, у яких стрес стимулює збудження. Але навіть у них блокуються насолода та якість задоволення (і сексуального також). Якщо стрес має хронічний характер, то все, що його спричиняє, накопичується і веде не лише до психосоматичних розладів, а й до нездатності отримувати задоволення від сексу, до сексуальних розладів.

Мезолімбічні системи людини (насолода, очікування, нетерпіння) поведуться практично однаково як у дитячо-батьківських стосунках, так і в романтичних. Наша потреба в надійній прив'язаності нікуди не зникає з віком. Ключова відмінність: партнерам із романтичних відносин, на відміну від батьків, не обов'язково фізично забезпечувати наш захист. Потреба дорослої людини у фізичній присутності партнера не така абсолютна, як у дитинстві [6].

Як було зазначено, тип прив'язаності в дорослому віці багато в чому демонструє стосунки з батьками. Чим надійніша прив'язаність до матері в дитинстві, тим надійніша прив'язаність на пізніших етапах життя. Окрім того, сила зв'язку з матір'ю в перший рік життя визначає, як добре людина справлятиметься з емоціями та вирішуватиме конфлікти з дорослими партнерами через 20 років. Від перших взаємодій із батьками залежить, чи зможемо ми покладатися на допомогу, підтримку, прийняття партнера з романтичних

відносин. Адже саме партнер і якість відносин із ним – це головний елемент нашого почуття безпеки. Л. Козоліно наголошує, що головні зони мозку в нормі формуються в ранньому дитинстві у процесі взаємодії з першими об'єктами прив'язаності [9]. Ми вчимося цінувати себе, довіряти, керувати емоціями, приймати турботу та піклуватися про інших через стосунки зі своїми батьками. Ці навички надалі переносяться в дорослу взаємодію з людьми. Глибина емоційного зв'язку та відчуття безпеки з партнером безпосередньо впливають на якість задоволення від сексуального життя [1].

Багато років уважалося, що якість сексуального життя зосереджена у сфері геніталій і розвивається лінійно: бажання – збудження – оргазм – задоволення. Але збудження пов'язане не тільки з фізичними відчуттями, а й з емоціями. Однією з обов'язкових умов для виникнення, проживання якісного задоволення від сексуальної взаємодії є почуття безпеки. Сексуальне бажання природним чином залежить від типу прив'язаності та безпеки у стосунках.

Ті, хто в дитинстві сформував прив'язаність до батьків або до тих, хто їх заміщає, на основі довіри, упевненості, з більшою ймовірністю і в дорослому віці в романтичних відносинах формують прихильність цього ж типу. Ті, чия прив'язаність була сформована на основі недовіри та невпевненості, дорослими будуть прив'язуватися до партнерів на основі невпевненості, що буде породжувати стрес і знижувати відчуття задоволення від сексу. Прихильність на основі недовіри пов'язана з однією із двох стратегій: уникнення та тривожності [1].

Формування певного типу прив'язаності дитини до матері пояснюється багато в чому взаємодією двох чинників – материнської поведінки та материнських репрезентацій.

Значний вплив типу прив'язаності, сформованої в дитинстві, на характер усіх близьких взаємин у сучасній психології розвитку пояснюється на основі аналізу чотирьох здібностей людини, коріння яких закладається в дитинстві, як-от:

- 1) здатність у ситуації стресу шукати підтримку у близької людини;
- 2) вміння надавати підтримку іншим;
- 3) здатність почуватися комфортно і без людей, тобто будучи на самоті;
- 4) вміння домовлятися з іншими [4].

Дж. Боулбі говорив, що зазвичай зі своїми партнерами ми чинимо так, як чинили з нами наші батьки. Наявність базової довіри до людей допомагає розпізнавати та конструктивно реалізувати свої емоції, адекватно реагувати на сигнали партнера і, головне, залишатися з ним. Усьому цьому ми вчимося в нашій сім'ї з моменту нашого народження. Сексуальне життя є лише продовженням того, що з нами відбувалося в контексті

відносин із нашими батьками. Люди з надійним типом прив'язаності у своїх дитячо-батьківських стосунках навчилися тому, що короточасні непорозуміння у відносинах не є закінченням взаємодії з партнером. У довірливих стосунках – таких, де наші базові потреби задовольняються в умовах безпеки, – в епізодичних випадках емоційної незадоволеності партнера ми цілком можемо самостійно заповнювати порожнечу. Люди із тривожним типом прив'язаності навчилися іншому, а саме, що партнер не зацікавлений у відновленні зв'язку, конфлікт завжди веде до згубних наслідків, тому всю роботу з відновлення зв'язку потрібно зробити самому, а ще краще уникати конфліктів будь-яким способом. І люди з уникаючим типом прив'язаності впевнені в тому, що ніхто не прийде на допомогу, щоб ти не робив, тому краще взагалі не намагатися відновлювати зв'язок.

Отже, надійна прихильність до матері допомагає розвиватися здібності, важливої для побудови близьких довірливих відносин, – здатності надавати і приймати підтримку у стресових ситуаціях і не втрачати емоційний зв'язок із близькою людиною. Здатність почуватися комфортно, залишаючись на самоті. Тільки в разі надійної прив'язаності до матері система «пошук допомоги в того, з ким сформована прив'язаність, у ситуації стресу» розвивається оптимально.

Отже, наведені дані показують, що простежуються тісні зв'язки між типологією дитячої прив'язаності та типологією в дорослих. Є деяка складність в таких дослідженнях через те, що в дитячому віці вже практично неможливо спостерігати поведінку прихильності в «чистому» вигляді. Отже, починаючи з дошкільного віку, прив'язаність розглядається як сукупність уявлень про взаємодію з об'єктом прив'язаності (включає накопичений емоційний досвід такої взаємодії). І в питанні про тип прив'язаності дорослих людей картина не така однозначна, про що свідчать численні дослідження. Результати цих досліджень показують динаміку розвитку типу прив'язаності, а саме: у дорослих людей із часом надійна прихильність стає ще більш надійною, уникаюча – ще більш уникаючою, а показники тривожної прихильності знижуються.

Дослідження зв'язку між якістю сексуального задоволення і типом прив'язаності показало, що прив'язаність на основі впевненості та довіри відповідає максимальній якості сексу за всіма можливими параметрами. Такі люди відчувають під час сексу більш позитивні емоції та яскраві оргазми, частіше займаються сексом, сильніше збуджуються й ефективніше обговорюють усе, що пов'язане із сексом. Тобто люди із прихильністю на основі впевненості ведуть здоровіше та приємніше сексуальне життя.

Ті, хто сформував прихильність у поєднанні із тривожністю, переважно використовують секс як інструмент прояву та закріплення прихильності. І тут секс зазвичай яскравий, пристрасний, але не завжди приємний. І в таких відносинах якість і частота сексу прирівнюються до якості стосунків [1].

Ті, у кого прихильність сформована на основі невпевненості та відчуження, частіше виявляються на одному з полюсів у відносинах, де є примус: жертва або агресор. У них частіше трапляються зустрічі на одну ніч, сексуальне життя меншою мірою пов'язане зі стосунками загалом.

Відносини – це та сфера, де ми можемо позбутися стресу через любов і увагу партнера. У надійних і довірчих стосунках ми маємо можливість пережити будь-які форми стресу. Секс – це форма вияву прив'язаності. Коли наша прихильність під загрозою, коли у відносинах надмірна кількість факторів стресу, секс може бути способом відновлення емоційного зв'язку. Але якісний секс у парах можливий лише тоді, коли це форма прояву почуття любові, тобто коли пара сформувала надійний тип прив'язаності. Для 80–90% людей стрес стимулює процеси гальмування в сексуальному збудженні. І практично в усіх він знижує здатність отримувати задоволення від сексу. Тому секс може поєднуватись і з любов'ю, і зі стресом. У першому випадку йдеться про отримання задоволення. У другому – це спосіб заспокоїти себе, відновити почуття з партнером, відчуття безпеки. Саме через стрес більшість людей відчують набагато більшу потребу в сексі, коли відносини нестабільні – коли відносини починаються або руйнуються.

Стрес у стосунках виникає зазвичай через дефіцит позитивної уваги та турботи. Чим менше один партнер позитивно відгукується на емоційні сигнали, або відгукується негативно, тим більш уразливим стає інший, і ймовірність конфлікту зростає. Конфлікт стає протестом проти втрати близькості. Л. Паш підкреслює, що найчастіше

передумовою для конфліктів є відсутність підтримки. Основним чинником, що призводить до зниження якості сексуального життя та стає причиною розлучень, було те, скільки емоційної підтримки партнери отримували один від одного [10, с. 219–230]. Виявилось, що зниження, руйнування позитивного емоційного зв'язку призводить до стресу, який згубно впливає на якість сексуального задоволення. Сексуальне задоволення без емоційної залученості стає поверховим і швидкоплинним. Нездатність формувати прихильність з урахуванням упевненості негативно впливає на якість сексуального життя. Не можна розглядати сексуальний добробут і водночас ігнорувати якість прив'язаності між партнерами в романтичних стосунках.

Висновки. Сучасна культура намагається нам нав'язати ідею, що секс створює емоційну прихильність між партнерами – спочатку секс, потім кохання. Численні дослідження показують, як три типи прихильності впливають на якість, мотивацію та задоволеність сексом і навпаки. Саме емоції, якість емоційного зв'язку з іншою людиною, визначають якість сексуального задоволення, його вплив на романтичні відносини. Глибина емоційного зв'язку з партнером та почуття безпеки з ним впливають на якість сексуального життя. У правильному контексті секс допомагає сформувати емоційний зв'язок із новим партнером чи зміцнити емоційні зв'язки з партнером у нестабільних відносинах.

Отже, теоретичний аналіз показав актуальність вивчення проблеми якості сексуального життя крізь призму теорії прив'язаності. Визначено психологічні умови покращення романтичних стосунків.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики надалі вбачається емпіричне вивчення впливу типу прив'язаності на якість сексуального життя та розроблення відповідного діагностичного інструментарію.

ЛІТЕРАТУРА

1. Джонсон С. Почуття любові. Новий підхід до романтичних стосунків. Київ : Клуб сімейного дозвілля, 2016. 304 с.
2. Діденко С. Психологія сексуальності та сексуальних стосунків : навчальний посібник. Київ : Арістей, 2003. 312 с.
3. Діденко С., Козлова О. Психологія сексуальності : підручник. Київ : Академвидав, 2009. 304 с.
4. Кочарян А. Особистість і статеве життя: Симптомокомплекс маскуліності/феміністичності в нормі та патології. Харків : Основа, 1996. 127 с.
5. Сексологія : навчальний посібник / В. Кришталь та ін. Харків : Фоліо, 2008. 990 с.
6. Нагоскі Е. Як бажає жінка. Правда про сексуальне здоров'я. Київ : Клуб сімейного дозвілля, 2020. 480 с.
7. Patterns of Attachment / M. Ainsworth et al. Routledge, 2015. 416 p.
8. Bowlby J.A. Secure Base: Clinical applications of attachment theory : basic Books. Routledge, 2015. 204 p.
9. Cozolino L. The Neuroscience of human relationships: attachment and the developing social brain. Norton, 2006. 656 p.

10. Pasch L., Thomas N. Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of consulting and clinical psychology*. 1998. Vol. 66. P. 219–230.

REFERENCES

1. Dzhonson S. (2016). Pochuttia liubovi. Novyi pidkhid do romantychnykh stosunkiv [Love. A new approach to romantic relationships]. Kyiv : Klub simeinoho dozvillia.
2. Didenko S. (2003). Psykholohiia seksualnosti ta seksualnykh stosunkiv : Navchalnyi posibnyk [Psychology of sexuality and sexual relations : a study guide]. Kyiv : Aristei.
3. Didenko S.V., Kozlova O.S. (2009). Psykholohiia seksualnosti : pidruchnyk [Psychology of sexuality : Textbook]. Kyiv : Akademvydav.
4. Kocharian A. (1996). Osobystist i stateve zhyttia: Symptomokompleks maskulynosti/femynisti u normi ta patolohii [Personality and sexual life: The symptom complex of masculinity/feminism under normal and pathological conditions]. Kharkiv : Osnova.
5. Kryshchal V.V., Kryshchal Ye.V., Kryshchal T.V. (2008). Seksolohiia : navchalnyi posibnyk [Sexology : Study guide]. Kharkiv : Folio.
6. Nagoski E. (2020). Yak bazhaie zhinka. Pravda pro seksualne zdorovia [As a woman wishes. The truth about sexual health]. Kyiv : Klub simeinoho dozvillia.
7. Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (2015). Patterns of Attachment. Routledge.
8. Bowlby J.A. (2015). Secure Base: Clinical applications of attachment theory : basic Books. Routledge.
9. Cozolino L. (2006). The Neuroscience of human relationships: attachment and the developing social brain. Norton.
10. Pasch L., Thomas N. (1998). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of consulting and clinical psychology*. Vol. 66. Pp. 219–230.

УДК 159.923.32-057:343.35
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-7>

МОРАЛЬНЕ ВІДЧУЖЕННЯ ЯК МАРКЕР ГОТОВНОСТІ ДО КОРУПЦІЙНОЇ ПОВЕДІНКИ

Зарічанський О. А.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
старший науковий співробітник відділу проблем інформаційно-психологічного протиборства
науково-дослідного центру
Військового інституту
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
вул. Михайла Ломоносова, 81, Київ, Україна
orcid.org/0000-0002-6934-9521
olegzarvin69@gmail.com*

Ключові слова: *корупція, виправдання, моральне відчуження, поліцейські, професійна діяльність.*

Загальний механізм та складники відчуження моральної відповідальності виступають як феномен, який конструюється в досвіді корупціонера та захищає його самооцінку через незастосування до себе внутрішніх моральних санкцій в умовах протиставлення власної поведінки загальноприйнятим моральним нормам. Мета роботи – визначити специфіку відчуження моральної відповідальності поліцейських як маркера готовності до корупційної поведінки на різних етапах професійної діяльності. Емпіричну базу дослідження становлять працівники поліції, які були розподілені на дві групи: до першої групи ввійшли особи зі стажем професійної діяльності від 5 до 10 років, інша група складалась із курсантів – поліцейських першого – другого років служби. Вивчення варіантів проявів відчуження моральної відповідальності в поліцейських показало, що за шкалами «Зміщення відповідальності» та «Дегуманізація» показники в першій групі вірогідно перевищують показники за означеними шкалами, отримані у другій групі, що відбиває більшу схильність представників першої групи знаходити пояснення своєї поведінки в соціальному тиску, який здійснюють особи, наділені владними повноваженнями або більш авторитетні, що дозволяє суб'єкту мінімізувати власну ініціативу у здійсненні неетичних учинків; більш виражену зорієнтованість респондентів цієї групи на сприйняття об'єктів своєї неетичної поведінки як таких, що втратили позитивні людські якості, щоби вивести їх поза межі суб'єктивного виміру гуманності. Друга група відрізняється від першої вірогідно більшими показниками за шкалою «Атрибуція провини», що виступає свідомством більш істотної тенденції в разі здійснення суб'єктом неетичних учинків вказувати на «провокуючу» ситуацію, у якій, через незалежні від нього обставини, він буде змушений повести себе певним чином у відповідь на «провокацію» об'єкта неетичної поведінки. Відчуження моральної відповідальності виступає важливим психологічним конструктом, застосування якого до опису та пояснення такого соціально-правового явища, як корупція, є продуктивним і корисним щодо прогнозування корупційної поведінки.

MORAL DISENGAGEMENT AS A MARKER OF READINESS TO CORRUPT BEHAVIOR

Zarichanskyi O. A.

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Senior Researcher at the Department of Problems of Information
and Psychological Struggle Research Center
Military Institute of Taras Shevchenko National University of Kyiv
Mykhailo Lomonosov str., 81, Kyiv, Ukraine
orcid.org/0000-0002-6934-9521
olegzarvin69@gmail.com*

Key words: *corruption, justification, moral alienation, police officers, professional activity.*

The general mechanism and components of the alienation of moral responsibility appear as a phenomenon that is constructed in the experience of a corrupt person and protects his self-esteem by not applying internal moral sanctions to himself in the conditions of opposing his own behavior to generally accepted moral norms. The purpose of the work is to determine the specificity of moral disengagement of police officers as a marker of readiness for corrupt behavior at various stages of professional activity. The empirical base of the study was made up of police officers who were divided into two groups: the first group included persons with 5 to 10 years of professional experience, the other group consisted of cadets – policemen in their first or second year of service. The study of variants of manifestations of moral disengagement among police officers showed that according to the scales “Displacement of responsibility” and “Dehumanization” the indicators in the first group probably exceed the indicators according to the specified scales obtained in the second group, which reflects a greater tendency of representatives of the first group to find an explanation for their behavior in social pressure exerted by persons in authority or more authoritative, which allows the subject to minimize his own initiative in committing unethical acts; a more pronounced orientation of the respondents of this group to the perception of the objects of their unethical behavior as those who have lost positive human qualities, in order to bring them out of the subjective dimension of humanity.

The second group differs from the first by probably higher indicators on the “Attribution of Guilt” scale, which is evidence of a more significant tendency when the subject commits unethical acts to point to a “provocative” situation in which, due to circumstances beyond his control, he will be forced to behave in a certain way in response to the object’s “provocation” of unethical behavior. Moral disengagement acts as an important psychological construct, the application of which to the description and explanation of such a socio-legal phenomenon as corruption is productive and useful in predicting corrupt behavior.

Постановка проблеми. Сучасні науковці одним із провідних маркерів готовності до корупційної поведінки визначають відчуження суб’єктом моральної відповідальності, що підтверджується результатами психологічних досліджень [1–3; 16].

Л. Колберг вважає, що досягнення людиною моральної зрілості можливе тільки після прийняття на себе моральної відповідальності [8]. На стадії моральної зрілості на перший план виходять

індивідуальні права, людське життя тут має виняткову цінність [8]. Однак моральне судження, хоча і є необхідним, але недостатнім для здійснення моральної дії, тому Л. Колберг і його послідовники розробляють теорію багатоступінчастого переходу від моральних суджень до моральних дій. Важливим компонентом, необхідним для вчинення корупції, виступають психологічні техніки виправдання (пояснення, обґрунтування) власної корупційної поведінки. Адже на відміну від інших видів зло-

чинів, корупційні діяння в повсякденному житті зазвичай здійснюються досить поважними та хорошими людьми, які можуть бути гарними батьками, активними членами громади, високими посадовцями. Корупціонери зазвичай не вважають себе корумпованими. Іноді вони вважають за краще зізнаватися у своїх помилках, але відкидають злочинну мотивацію до корупції. Одним із найважливіших аспектів корупції є те, як правопорушники захищають або виправдовують свої дії за допомогою різних концепцій чи розумових прийомів.

А. Бандура зазначає, що існують механізми, які зумовлюють вибірку актуалізацію суб'єктом на різних стадіях саморегуляції тих чи інших моральних заборон, що дозволяє застосовувати чи не застосовувати ці моральні заборони до себе. Явище пригнічення та відкидання особистістю моральних принципів у разі її негативної стосовно інших поведінки А. Бандура називає відчуженням моральної відповідальності [4].

Окрім того, А. Бандура наголошує на важливості не гіпотетичних міркувань про моральні проблеми (як вивчав моральну поведінку Л. Колберг), а вивчення реальної поведінки людей. Саморегуляція моральної поведінки не є для А. Бандури цілковито інтрапсихічною категорією; на його думку, вона виникає у взаємодії із соціальним середовищем, за допомогою реципрокних інтерацій когнітивних, афективних і соціальних процесів [4]. Він визначає вісім механізмів так званого відчуження моральної відповідальності. Саме явище відчуження моральної відповідальності (moral disengagement) він визначає як механізми, за допомогою яких на різних етапах процесу саморегуляції моральні заборони індивіда активуються вибірково і не застосовуються ним до себе (тобто відчужуються) у відповідь на його шкідливу стосовно інших поведінку [5]. Це класичне визначення, що трапляється практично в усіх книгах і статтях А. Бандури, дещо більш образною мовою викладено Силією Мур, дослідницею з Лондонської школи бізнесу, яка у 2015 р. зробила змістовний і ємний огляд сучасних досліджень даного психологічного конструкта: «Відчуження моральної відповідальності означає сукупність із восьми когнітивних механізмів, які сприяють від'єднанню внутрішніх моральних стандартів від дій людини, полегшують її залучення до неетичної поведінки та допомагають не переживати водночас стрес» [10, с. 200]. Вісім механізмів відчуження моральної відповідальності А. Бандура відносить до чотирьох груп (локусів): це безпосередньо поведінка, особистісний локус актора, локус переформулювання наслідків поведінки та локус спотворення образу жертви жорстокого поводження. Поведінковий локус діє через три механізми:

1. Моральне виправдання (moral justification): застосування цього механізму полягає у використанні виправдань морального, соціального чи економічного характеру так, щоб обґрунтувати моральність своїх учинків.

2. Евфімістичний ярлик (euphemistic labelling): використання спеціальним чином підібраних виразів може суттєво змінити ставлення до здійснюваних жорстоких учинків.

3. Вигідне порівняння (advantageous comparison): порівнянням свої учинків із суттєво більш поганими, можна знизити враження щодо їхньої шкідливості.

Локус актора задіє усунення чи навмисне розмивання вини відповідального за деструктивну поведінку. Він включає два механізми:

1) усунення відповідальності (displacement of responsibility) відбувається, коли актор відносить причини здійснюваних ним дій до соціального тиску більш авторитетної, ніж він сам, особи та мінімізує власну активність. Наприклад, найманий кат може сказати, що він підпорядковувався наказу;

2) розсіювання відповідальності (diffusion of responsibility) – це поширений прийом поділу провини, що мав місце, наприклад, серед співробітників концентраційних таборів або тюремників, які представляють свої дії «просто елементами величезної системи». Локус, що дозволяє переформулювати наслідки поведінки, залучає механізм спотворення або ігнорування наслідків шкідливої поведінки (disregard or distortion of consequences). Наприклад, людина, яка скоїла аморальний учинок, може заперечувати, що хтось серйозно постраждав, або переконувати, що завдана шкода пішла навіть на користь і «загартувала» постраждалого [10].

До локусу, що спотворює образ жертви жорстокої поведінки, належать два механізми:

1) дегуманізація (dehumanization), у разі використання цього механізму потерпілий подумки чи вербально прирівнюється до представника нижчого ступеня еволюції, тварини або навіть комахи, позбавленої емоцій і власних смислів, можливості переживати біль тощо; завданням шкоди актор чи не робить добру справу;

2) атрибуція провини (attribution of blame): у разі використання цього механізму людина, яка робить жорстокий учинок, описує себе як «жертву» справжньої жертви, вказуючи на «провокацію» [6; 16]. Якщо концепція Л. Колберга будувалася навколо стадій морального розвитку та поступового руху від інтеріоризації умовної авторитетної постаті, яка може карати за несхвалену поведінку, до абстрагування та невикористання образу будь-яких референтних постатей на постконвенційній стадії морального розвитку,

концепція А. Бандури спирається на ситуативність і процесуальність механізму відчуження моральної відповідальності. Окрім того, він описує вісім різних механізмів, які можуть бути активовані за зовнішніми обставинами.

У 2012 р. Силія Мур опублікувала зі співавторами велике дослідження, що складалося з кількох етапів, у якому було валідизовано опитувальник, що оцінює рівень відчуження моральної відповідальності в організаційному контексті, а також було описано поведінкові кореляції цієї схильності. Автори змогли показати, що схильність відключати моральну оцінку власних непристойних учинків є предиктором неетичної поведінки (на основі самозвіту й експертної оцінки з боку керівника та колег респондента), здійснення підривок і махінацій, ухвалення рішень на свою користь у робочому контексті [12].

Мета статті – визначити специфіку відчуження моральної відповідальності поліцейських як маркера готовності до корупційної поведінки на різних етапах професійної діяльності. Вивчення проведено в червні – серпні 2021 р. Емпіричну базу дослідження становили 800 працівників поліції, які були розподілені на дві групи: до першої групи увійшло 400 осіб зі стажем професійної діяльності від 5 до 10 років, до другої групи – 400 курсантів – майбутніх поліцейських.

Відчуження моральної відповідальності (і конкретні механізми, що його становлять), на думку Д. Блумберга з колегами, є значущою теорією у спробі зрозуміти неправомірні дії поліції [7]. Поширення відчуження моральної відповідальності серед поліцейських вимагає актуалізації цього напрямку досліджень, але, як зазначають науковці, можна навести вагомий аргумент, що нинішня поліцейська підготовка та практика поліції, якщо й не сприяють цьому явищу, але зазвичай і не перешкоджають. Наприклад, серед багатьох працівників поліції поширені уявлення щодо їх винятковості, елітності, особливої ролі в перетворенні суспільства.

Механізми відчуження моральної відповідальності можуть процвітати за умови неналежного контролю їх формування під час підготовки поліцейських і в подальшій професійній діяльності.

У контексті вивчення психологічного сенсу маркерів схильності до корупційної поведінки дослідження відчуження моральної відповідальності на прикладі працівників поліції дозволяє більш детально розкрити зазначену проблему в емпіричному сенсі.

Результати дослідження. Емпіричне дослідження відчуження моральної відповідальності у працівників поліції, результати якого наведені в таблиці 1, надало можливість виявити відмінності між досліджуваними групами за низкою показників.

Вивчення варіантів вияву відчуження моральної відповідальності виявило, що за шкалами «Зміщення відповідальності» та «Дегуманізація» показники в першій групі ($7,33 \pm 0,25$ і $10,68 \pm 0,29$) вірогідно перевищують показники за означеними шкалами, отримані у другій групі ($6,74 \pm 0,16$ і $9,15 \pm 0,43$), $t = 2,05$, $p \leq 0,05$ і $t = 2,90$, $p \leq 0,01$.

Щодо особистісного локусу відчуження моральної відповідальності, показник за шкалою «Зміщення відповідальності» у першій групі відбиває більшу схильність цих досліджуваних знаходити пояснення своєї поведінки в соціальному тиску, що здійснюють особи, наділені владними повноваженнями або більш авторитетні, що дозволяє суб'єкту мінімізувати власну ініціативу у здійсненні неетичних вчинків.

Стосовно локусу спотворення образу жертви жорстокої поведінки, показник за шкалою «Дегуманізація» віддзеркалює більш виражену зорієнтованість респондентів цієї групи на сприйняття об'єктів своєї неетичної поведінки як таких, що втратили позитивні людські якості, що вивести їх поза межі суб'єктивного виміру гуманності.

Установлено також, що в локусі спотворення образу жертви жорстокої поведінки друга група відрізняється від першої вірогідно більшими

Таблиця 1

Показники відчуження моральної відповідальності у працівників поліції (M ± m)

Шкали	1 група	2 група	t	p
Поведінковий локус				
Моральне виправдання	$4,83 \pm 0,30$	$4,95 \pm 0,33$	0,27	–
Евфемістичний ярлик	$5,18 \pm 0,21$	$5,48 \pm 0,46$	0,59	–
Вигідне порівняння	$6,11 \pm 1,05$	$5,77 \pm 0,63$	0,28	–
Особистісний локус				
Зміщення відповідальності	$7,33 \pm 0,24$	$6,74 \pm 0,16$	2,05	0,05
Розсіювання відповідальності	$5,65 \pm 0,39$	$5,61 \pm 0,53$	0,06	–
Локус переформулювання наслідків поведінки				
Спотворення наслідків	$5,11 \pm 0,43$	$4,76 \pm 0,28$	0,68	–
Локус спотворення образу жертви жорстокої поведінки				
Дегуманізація	$10,68 \pm 0,29$	$9,15 \pm 0,44$	2,9	0,01
Атрибуція провини	$8,79 \pm 0,60$	$10,88 \pm 0,70$	2,27	0,01

показниками за шкалою «Атрибуція провини» ($10,88 \pm 0,70$ і $8,79 \pm 0,60$), за $t = 2,27$, $p \leq 0,01$. Це є свідомством більш істотної тенденції в разі здійснення суб'єктом неетичних учинків вказувати на «провокауючу» ситуацію, у якій, через незалежні від нього обставин, він був змушений повести себе певним чином у відповідь на «провокацію» об'єкта неетичної поведінки.

Було виявлено, що за такими формами відчуження моральної відповідальності, як «Моральне виправдання» ($4,82 \pm 0,30$ та $4,95 \pm 0,33$; $t = 0,27$), «Евфемістичний ярлик» ($5,18 \pm 0,21$ і $5,48 \pm 0,46$; $t = 0,59$), «Вигідне порівняння» ($6,09 \pm 1,05$ та $5,77 \pm 0,63$; $t = 0,28$), «Розсіювання відповідальності» ($5,65 \pm 0,39$ та $5,61 \pm 0,53$; $t = 0,06$) і «Спотворення наслідків» ($5,11 \pm 0,43$ і $4,76 \pm 0,28$; $t = 0,68$), відмінності між досліджуваними групами не досягають рівня значущості.

Тобто перша та друга групи не відрізняються у проявах схильності до виправдань різного змісту з метою аргументації скоєних учинків; до використання евфемістичних формулювань, які вербально згладжують неетичність поведінки; упевненості в тому, що неетичні дії можуть бути корисними або мати альтруїстичний характер, ставши на перешкоді більшим людським стражданям; схильності до розподілу відповідальності або провини між усіма учасниками ситуації, коли кожен із них виступає суб'єктом окремих незначущих дій; ігнорування, знецінювання тощо наслідків власних неетичних учинків, що дозволяє уникнути вирішення моральної дилеми, оскільки наслідки неетичної поведінки в такому разі виглядають мінімізованими чи неочевидними.

Використана нами методика діагностики відчуження моральної відповідальності не надає технічної можливості встановити рівень вияву як окремих компонентів досліджуваного феномену, так і його загального показника. У процесі адаптації означеної методики (версія на 24 питання) на вибірці студентів, що складалася зі 141 особи, Я. Льодовою зі співавторами було отримано середній показник відчуження моральної відповідальності, який дорівнював 3,15 балів (сума балів за шкалами, поділена на 8). У нашому дослідженні середній показник у першій групі становив $6,69 \pm 0,42$, у другій – $6,65 \pm 0,42$. Як ми вважаємо, такі відмінності пов'язані зі специфікою вибірок, задіяних у процедурі адаптації методики й у проведеному нами дослідженні.

Це підтверджується даними, отриманими А. Prameswari та У. Budiarto (2015 р.), які на загальній вибірці поліцейських виявили, що 46,7% досліджуваних характеризуються високим рівнем вияву відчуження моральної відповідальності, зокрема, у працівників дорожньої поліції частка осіб із високим рівнем досліджуваного показника

становила 40,8%, у працівників патрульної поліції – 63,3% [14].

Мінімальний середній показник, який можна отримати за даною версією методики, становить 3 бали, максимальний – 21 бал, тобто в обох групах працівників поліції з формальної точки погляду показники досягають межі низького та середнього рівнів.

Виходячи з того, що проблема дослідження відчуження моральної відповідальності є новою для вітчизняної науки, ми звернулися до наукових результатів, отриманих зарубіжними вченими, що працюють у галузі психології поліціювання.

Л. Spector вивчав відчуження моральної відповідальності на прикладі курсантів поліцейської академії штату Флорида (США) із застосуванням версії опитувальника, який містить 32 питання та передбачає оцінювання тверджень за 5-бальною шкалою Лайкерта [15]. Середній показник вираховується як сума показників за всіма шкалами. Оскільки дослідник не наводить первинні дані, які дозволили б представити їх через проценти, з метою урівнювання систем виміру нами було враховано пропозицію А. Newman із колегами щодо порівняння усереднених результатів, отриманих із використанням різних версій опитувальника, які можуть вміщувати як різну кількість питань, так і різновимірні шкали Лайкерта – від 5-бальної до 9-бальної. Науковці наголошують на можливості використання такої умовної одиниці виміру результатів, як відсоток, який становить отриманий показник від максимально можливої суми балів [13], тим самим надають відповідь на питання, поставлене А.Л. McAlister, стосовно перспектив аналізу та порівняння результатів дослідження відчуження моральної відповідальності у прогнозованій ситуації стрімкого розвитку психодіагностичного інструменту її вимірювання та його варіативності [9].

Звертаючись до даних, що наводить Л. Spector у своєму дослідженні, варто вказати на близькість загального показника відчуження моральної відповідальності, зафіксованого у вибірці американських курсантів, який становить 31,2% від максимальної кількості балів, до результатів, установлених нами в першій і другій групах досліджуваних (31,85 і 31,66% відповідно).

Нами було розглянуто показники відчуження моральної відповідальності за окремими локусами (табл. 2).

Результати математико-статистичного аналізу засвідчили, що досліджувані групи вірогідно не відрізняються в показниках поведінкового локусу ($16,07 \pm 1,51$ та $16,17 \pm 1,37$, $t = 0,05$), особистісного локусу ($12,96 \pm 0,61$ та $12,33 \pm 0,67$, $t = 0,70$), локусу переформулювання наслідків поведінки ($5,11 \pm 0,43$ та $4,76 \pm 0,28$, $t = 0,49$) та локусу

**Показники відчуження моральної відповідальності за окремими локусами
у працівників поліції (M ± m)**

Шкали	1 група	2 група	t	p
Поведінковий локус	16,07 ± 1,51	16,17 ± 1,37	0,05	–
Особистісний локус	12,96 ± 0,61	12,33 ± 0,67	0,70	–
Локус переформулювання наслідків поведінки	5,11 ± 0,43	4,76 ± 0,28	0,49	–
Локус спотворення образу жертви жорстокої поведінки	19,45 ± 0,87	20,01 ± 1,13	0,39	

спотворення образу жертви жорстокої поведінки (19,45 ± 0,87 та 20,01 ± 1,13, t = 0,39).

Отже, перша та друга групи виявляють відмінності окремих складових частини локусів морального відчуження, але водночас і подібність у вияві загальної вираженості цих локусів.

Висновки. Загальний механізм і складові частини морального відчуження виступають як феномен, який конструюється в досвіді корупціонера та захищає його самооцінку через незастосування до себе внутрішніх моральних санкцій в умовах протиставлення власної поведінки загальноприйнятими моральними нормам. Вивчення варіантів проявів морального відчуження в поліцейських показало, що за шкалами «Зміщення відповідальності» та «Дегуманізація» показники в першій групі вірогідно перевищують показники за означеними шкалами, отримані у другій групі, що відбиває більшу схильність представників першої групи знаходити пояснення своєї поведінки в соціальному тиску, який здійснюють особи, наділені владними повноваженнями або більш авторитетні, що дозволяє суб'єкту мінімізувати власну ініціативу у здійсненні неетичних учинків; більш виражену зорієн-

тованість респондентів цієї групи на сприйняття об'єктів своєї неетичної поведінки як таких, що втратили позитивні людські якості, щоби вивести їх поза межі суб'єктивного виміру гуманності.

Друга група відрізняється від першої вірогідно більшими показниками за шкалою «Атрибуція провини», що виступає свідомством більш істотної тенденції в разі здійснення суб'єктом неетичних учинків вказувати на «провокуючу» ситуацію, у якій, через незалежні від нього обставини, він буде змушений повести себе певним чином у відповідь на «провокацію» об'єкта неетичної поведінки.

Перспективи дослідження. Моральне відчуження виступає важливим психологічним конструктом, застосування якого до опису та пояснення такого соціально-правового явища, як корупція, є продуктивним і корисним щодо прогнозування корупційної поведінки. Подальші наукові розвідки зазначеного напрямку передбачають як удосконалення методологічного інструментарію діагностування корупційних схильностей особистості, так і розроблення психолого-правових програм профілактики корупції.

ЛІТЕРАТУРА

1. Abbink K., Wu K. Reward self-reporting to deter corruption: An experiment on mitigating collusive bribery. *Journal of Economic Behavior & Organization*. 2017. № 133. P. 256–272. DOI: 10.1016/j.jebo.2016.09.013
2. The psychology of corruption: the role of the counterfeit self, entity self-theory, and outcomebased ethical mindset / J. Abraham. *Journal of Psychological and Educational Research*. 2018. № 26(2). P. 7–32.
3. Agbo A., Iwundu E. Corruption as a propensity: Personality and motivational determinants among Nigerians. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*. 2016. № 150 (4). P. 502–526. DOI: 10.1080/00223980.2015.1107523
4. Bandura A. Selective moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of moral education*. 2002. Vol. 31. № 2. P. 101–119.
5. Bandura A. *Moral Disengagement: How People Do Harm and Live With Themselves*. New York : Worth Publishers, 2016. 446 p.
6. Mechanisms of moral disengagement in the exercise of moral agency / A. Bandura et al. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. Vol. 71. № 2. P. 364–374.
7. Bruised badges: The moral risks of police work and a call for officer wellness / D.M. Blumberg et al. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*. 2018. Vol. 20. P. 1–14. DOI: 10.4172/1522-4821.1000394
8. Kohlberg L. *The Psychology of Moral Development: The Nature and Validity of Moral Stages. Essays on Moral Development* / ed. by L. Kohlberg. Vol. 2 : The Philosophy of Moral Development. San Francisco : Harper & Row Publishers, 1984. 768 p.

9. McAlister A.L. Moral Disengagement: Measurement and Modification. *Journal of Peace Research*. 2001. Vol. 38. № 1. P. 87–99. DOI: 10.1177/0022343301038001005
10. Moore C. Moral disengagement. *Current Opinion in Psychology*. 2015. Vol. 6. P. 199–204.
11. Moore C. Moral disengagement in processes of organizational corruption. *J. Bus. Ethics*. 2008. № 80. P. 129–139.
12. Why employees do bad things: Moral disengagement and unethical organizational behavior / C. Moore et al. *Personnel Psychol.* 2012. № 65. P. 1–48.
13. Moral Disengagement at Work : A Review and Research Agenda / A. Newman et al. *Journal of Business Ethics*. 2020. Vol. 167. № 3. P. 535–570. DOI: 10.1007/s10551-019-04173-0
14. Prameswari A., Budiarto Y. Mechanisms of Moral Disengagement in Police Unethical Behaviour. *The Asian Conference on Education 2015 “Education, Power and Empowerment: Transcending Boundaries”* : Official Conference Proceedings, Kobe, Japan, October 21 – October 25, 2015. The International Academic Forum. 2016. P. 67–73. URL: http://papers.iafor.org/wp-content/uploads/conference-proceedings/ACE/ACE2015_proceedings.pdf
15. Spector L. Ethical decision-making in law enforcement academy recruits: a quantitative study examining the relationship between self-reported moral disengagement scores, self-efficacy and five variables: doctoral thesis for the degree of doctor of education in the field of organizational leadership. Northeastern University Boston, Massachusetts, 2016. 154 p.
16. Sternberg R.J. When Good, Not So Good, and Downright Evil People Do Bad Things : A Review of Moral Disengagement. 2016. URL: <http://www.apa.org/international/pi/2016/03/moral-disengagement.aspx>

СХЕМА-ТЕРАПЕВТИЧНА ГРУПОВА РОБОТА ДЛЯ МИРНИХ МЕШКАНЦІВ ЩОДО ДИСТРЕСУ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

Когутяк Н. М.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної психології*

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
вул. Шевченка, 57, Івано-Франківськ, Україна
orcid.org/0000-0003-3569-4295
nadiia.kogutiak@pnu.edu.ua*

Федорів А. Я.

аспірант кафедри соціальної психології

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
вул. Шевченка, 57, Івано-Франківськ, Україна
orcid.org/0000-0002-7346-5584
nastyia229922@gmail.com*

Ключові слова: *психотравма,
комплексний ПТСР,
психологічне благополуччя,
схема-терапія, базові
психологічні потреби.*

Після початку повномасштабного вторгнення Росії в Україну мільйони українців опинилися в ситуаціях життєвої небезпеки та невизначеності, що поступово призвело до тривалого дистресу. У статті розглянуті особливості терапевтичного застосування груп психологічної взаємопідтримки та шляхи стабілізації учасників у перші тижні війни. З метою запобігання комплексному посттравматичному стресовому розладу на методологічних засадах схема-терапевтичного розуміння обмеженого повторного батьківства була впроваджена програма психологічного втручання для задоволення базових психологічних потреб.

Запропонована програма для запобігання формуванню вивченої безпомічності та втрати соціальних компетенцій у нових, воєнних умовах життя, складалася із трьох блоків: вступного, основною метою якого було налагодження довіри у стосунках у групі та встановлення безпечного зв'язку; психоедукаційного – скріплення здорових способів задовольнити потреби внутрішньої дитини в об'єктивно складних умовах щоденного життя, знайти внутрішні ресурси турботи і про себе, про своїх близьких; долаючого – підтримка режиму «компетентного дорослого», поведінки самоефективності; психогігієнічного – розширення діяльнісного компонента дорослих режимів функціонування в учасників груп.

Узагальнені результати психологічних втручань у разі тривалого комплексного посттравматичного стресового розладу констатують позитивний емоційний суб'єктивний відгук щодо задоволення базових емоційних потреб у час дистресу війни, як-отот: емпатійного спілкування, створення ситуацій безпечної та природної радості, обговорення адекватних обмежень у нових умовах життя, розвиток автономії та превенція формування почуття «вивченої безпорадності». Кількісні показники самооцінки власного благополуччя, рівня стресу та рівня соціально-психологічного функціонування у групі до та після втручання дозволяють припускати істотний позитивний вплив програми взаємопідтримки, базованої на застосуванні методу обмеженого повторного батьківства. Проте дане дослідження варто розглядати як пілотажне, тому потрібна подальша верифікація даних.

GROUP SCHEMA THERAPY FOR PEACEFUL RESIDENTS REGARDING THE DISTRESS OF THE WAR IN UKRAINE

Kogutiak N. M.

*Ph. D., Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Social Psychology
Vasyl Stefanyk Prykarpattia National University
Shevchenko str., 57, Ivano-Frankivsk, Ukraine
orcid.org/0000-0003-3569-4295
nadiia.kogutiak@pnu.edu.ua*

Fedoriv A. Ya.

*Postgraduate Student at the Department of Social Psychology
Vasyl Stefanyk Prykarpattia National University
Shevchenko str., 57, Ivano-Frankivsk, Ukraine
orcid.org/0000-0002-7346-5584
nastya229922@gmail.com*

Key words: *psychotrauma, complex PTSD, psychological well-being, schema therapy, basic psychological needs.*

After the start of the full-scale Russian invasion of Ukraine, millions of Ukrainians found themselves in life-threatening situations and uncertain conditions, which gradually led to long-term distress. The article examines the peculiarities of the therapeutic relationship of psychological mutual support groups and ways of stabilizing the participants in the first weeks of the war. In order to prevent complex post-traumatic stress disorder, a program of psychological intervention to meet basic psychological needs was implemented on the methodological basis of the schema-therapeutic understanding of limited repeated parenting.

The proposed program to prevent the formation of learned helplessness and the loss of social competences in new, military living conditions consists of three blocks: an introductory one, the main purpose of which was to establish trust in group relationships and establish a safe connection; psychoeducational – consolidation of healthy ways to satisfy the needs of the inner child in objectively difficult conditions of daily life, to find internal resources of care for yourself and loved ones; overcoming – support of the “competent adult” regime, self-efficacy behavior; psychohygienic – expansion of the activity component of adult modes of functioning in group participants.

Generalized results of psychological interventions for long-term complex post-traumatic stress disorder state a positive emotional subjective response to the satisfaction of basic emotional needs during the distress of war, such as: empathic communication, creation of situations of safe and natural joy, discussion of adequate limitations in new living conditions and development of autonomy and prevention of the formation of a feeling of “learned helplessness”. Quantitative indicators of self-assessment of own well-being, level of stress and level of socio-psychological functioning in the group before and after the intervention allow us to assume a significant positive impact of the mutual support program based on the application of the method of limited repeated parenting. However, this study should be considered as pilot edition, and therefore requires further data verification.

Постановка проблеми. Із часу вторгнення російських військ в Україну та початку повномасштабної неспровокованої та необґрунтованої війни минуло трохи більше півроку. За цей період більшість експертів звертають увагу на характер

ведення бойових дій агресором, який можна описати як геноцид українського народу. Усе населення країни в Центрі Європи пережило жах і горе через небезпеку втрати свого життя чи здоров'я внаслідок нападу. 7 мільйонів жителів України змушені

були покинути свою Батьківщину в максимально стресових умовах. Більше 8 мільйонів українців стали внутрішньо переміщеними особами. Міжнародна спільнота починає усвідомлювати значущість людських втрат у російсько-українській війні, але рівень психологічної травми, з якою живуть і борються українці, ще належить оцінити. Такі дослідження, очевидно, триватимуть не одне десятиліття.

Оскільки наслідки війни в Україні вже спостерігаються із 2014 р., коли відбулося російське вторгнення у Крим і Донбас, то висновки щодо психічного здоров'я 2 мільйонів внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) в Україні вже є доступними. Так, опитування 2 000 ВПО виявило достовірно високий показник проблем психічного здоров'я серед цих людей. А саме: 21% осіб мали ознаки посттравматичного стресового розладу, 22% – ознаки депресії, 18% – підвищений рівень тривожності, проблеми соматизації – 55%, узалеженого вживання алкоголю – 14,3% серед чоловіків і 1,7% серед жінок [6]. Посилював проблему той факт, що більше 70% людей із проблемами психічного здоров'я не отримували ефективної психологічної чи психосоціальної підтримки. Тому дуже ймовірно, що багато українців, які проживатимуть в Україні та за її межами, матимуть проблеми із психічним здоров'ям як прямий наслідок цієї війни. І попри тривалі воєнні дії в Україні та чимало спроб адаптації зарубіжних програм психологічної підтримки, наукових досліджень групової роботи з мирним населенням мало. Основні наукові напрацювання стосувались саме роботи ПТСР та ресоціалізації військових, що були в зоні бойових дій [1; 3].

Зважаючи на соціальні, культурні, економічні, психологічні та фізичні загрози, що раптово стали частиною життя кожного громадянина України, можемо припустити, що комплексний посттравматичний стресовий розлад (далі – КПТСР), який тільки з'явився в 11 версії Міжнародного класифікатора хворіб, може розвинути в багатьох. КПТСР – це розлад, який може виникнути після надзвичайно загрозливої або жахливої події чи серії подій, особливо тривалого характеру і від яких важко або неможливо втекти [7]. Якщо війна в Україні триватиме в довгостроковій перспективі, а народ України залишатиметься під постійною загрозою війни та руйнування з боку Росії, імовірно, що багато людей будуть вразливими до розвитку цього розладу. Є докази того, що КПТСР є стійким розладом із довгостроковими наслідками.

Мета статті полягає у презентації методологічних засад програми психологічної підтримки, базованої на схема-терапевтичному розумінні задоволення психологічних потреб клієнтів із метою зниження чи долання дистресу в час повномасштабної війни в Україні.

Результати дослідження. З перших днів після початку повномасштабної війни психологи згуртувалися, щоб надати психологічну та психосоціальну підтримку дітям і батькам, що тимчасово чи постійно перебували в місті Івано-Франківську. Усі учасники групових занять проходили короткі зрізи самооцінки власного благополуччя, рівня стресу і рівня соціально-психологічного функціонування. Серед основних стрес-факторів, які називалися учасники, такі: підвищений неспокій і збудження, проблеми зі сном, сильні негативні емоції (смуток, безпорадність, гнів і агресивні тенденції тощо), проблеми з концентрацією уваги, надмірне роздумування над тим, що сталося (румінації), підвищена потреба в інформації, потреба побачити/знайти членів родини, втрата місця роботи чи працездатності, страх перед майбутнім, безпорадність, почуття самотності тощо. Рівень дистресу групи із 16 осіб за суб'єктивною інтроспективною шкалою становив 9,5 балів за 10-бальною шкалою ($\sigma = 1,32$) на початку роботи групи та 6,5 балів ($\sigma = 1,2$) на завершення.

Після короткого діагностичного зрізу, що базувався на застосуванні методу обмеженого повторного батьківства, усі дорослі учасники групи (11 жінок і 5 чоловіків від 23 до 64 років) брали участь у батьківських групах взаємопідтримки. Даний метод доказав свою ефективність у лікування межового й інших розладів особистості та базується на задоволенні базових потреб людини. Дж. Янг та інші (2003 р.) описують як базові такі потреби: надійну прихильність до інших, включаючи безпеку, стабільність, турботу та прийняття; автономію, компетентність і почуття ідентичності; свободу вираження дійсних потреб і емоцій; спонтанність і гру; а також реалістичні обмеження та самоконтроль. Отже, обмежене повторне батьківство залежить від основної потреби, яка незадоволена в режимі «внутрішньої дитини». Зважаючи на комплексність наслідків такого втручання, ми припустили, що його використання буде корисним для долання перших ознак травматичного стресу: формування вивченої безпомічності та втрати соціальних компетенцій у нових, воєнних умовах життя.

Такі припущення виходять із твердження, що коли основні потреби не задовольняються, то це призводить до формування дезадаптивних режимів функціонування, як-от: інфантильної дитячої поведінки, гіперконтролюючої чи гіперопікуючої батьківської поведінки. Також за таких умов активізуються дисфункціональні копіювальні патерни: «Покірної капітуляції», «Самозвеличчання», «Захисника, який нападає», «Відстороненого самозаспокоювання», «Відстороненого захисника» [8; 13].

Опираючись на ключові ідеї схема-терапії, яка є сучасним терапевтичним напрямом, запропоно-

ваним західним психотерапевтом Дж. Янгом [13] для роботи з особами, стосовно яких традиційні психотерапевтичні підходи виявилися не досить ефективними, ми визначили ключові напрями роботи. Оскільки задоволення психологічних потреб розпочинається з *установлення безпечного зв'язку (вступний блок програми)*, то перші зустрічі бути спрямовані на встановлення довіри у стосунках у групі. Обмежене повторне батьківство в такому терапевтичному груповому стосунку охоплювало такий спектр потреб учасників: емпатійне спілкування, створення ситуацій безпечної та природної радості, обговорення адекватних обмежень у роботі групи та розвиток автономії в нових умовах. Подібно до того, як процес батьківства набуває дуже різних форм, обмежене повторне батьківство може включати теплоту та турботу, твердість, саморозкриття, грайливість, установлення обмежень, серед іншого. Воно набуває форми одночасної ніжності та твердості через те, що називається «емпатійною конфронтацією» (пабмед).

Перший блок занять у програмі базується на обговоренні здорових способів задовольнити потреби внутрішньої дитини в об'єктивно складних умовах щоденного життя та знайти внутрішні ресурси турботи і про себе, і про своїх близьких. Ми проводили психоедукаційні бесіди щодо задоволення потреб «внутрішньої вразливої дитини» найбільш адекватним способом, щоби навчитися забезпечувати емоційні переживання. Увага та повага до потреб дитини та своєї «внутрішньої дитини» з позиції «турботливих батьків» дозволяли учасникам групи долати відчуття «покинутості». Адже діти та наші «внутрішні діти» почуваються безпечніше, коли вони можуть вірити, що їхні основні опікуни здатні впоратися із життєвими викликами. Тут важливим було пояснення, що батьки не повинні бути «ідеальними», адже завжди будуть важкі моменти, проте вони повинні брати на себе відповідальність за свою поведінку.

Другий блок програми полягав у підсиленні впевненого і долаючого режиму «дорослого». Ми неодноразово наголошували, що основна мета компетентного дорослого – це залишатися психічно стабільними протягом тривалішого періоду часу та продовжувати справлятися зі своїм повсякденним життям. Це не допоможе ні рідним, ні друзям, які перебувають в різних точках України, якщо ми надмірно страждаємо душевно. Оскільки переживання негативних емоцій зазвичай є більш болючим, ніж перебування в режимах додання випробувань, ми заохочували учасників групи діяти навіть у незнайомих і непередбачуваних умовах воєнного стану та спільного знаходити попередній досвід додання проблем. Також нами приділялася значна увага двом головним

мотиваційним чинникам із високим рівнем доказовості: самотурботі та наступній самоефективності. Також відновлення батьківської самотурботи зміцнювало віру в те, що таким чином кожен дорослий здатен регулювати свої емоції. Таким способом ми підтримували також і частку «здорового дорослого», щоб він сам надавав допомогу «зляканій внутрішній дитині», зміцнюючи «самоефективність» (наприклад: А. Бандура, 1977 р.; К. Роджерс, 1975 р.; Тейлор, 1990 р.). Серед інших технік, спрямованих на «здорового дорослого», були застосовані такі: техніка вирішення проблем, планування, визначення попередників і наслідків поведінки, «Я-твердження».

У процесі ведення групи ми чітко розуміли, що такі стресові події активують переживання щодо безпеки з дитинства, які раптово з'явилися через багато років. Тому тілесні, поведінкові чи когнітивні реакції не є «помилкою», а радше важливою здатністю організму: у наших предків не було блоктотів. Дуже довго вони навіть не мали слів. Автоматична «пам'ять тіла» зберігала нас у безпеці – і у стресових ситуаціях вона все ще це робить. Тому важливо було проговорити, що емоції будь-якої сили мають свої виправдані причини та є нормальними. Зміцнюючи компетенції дорослих, ми допомагаємо як дитині, так і «здоровому режиму дорослого». Серед ключових компетенцій дорослого програма включала тренування медитативного дихання та м'язевої релаксації, які полегшували додання тілесних реакцій на стрес. Адже емоційний біль вкорінюється в систему «розум/тіло», не маючи мови, щоб його інтерпретувати та класифікувати. Саме тому тілесні практики додають спокою та впевненості в майбутньому.

Третім блоком програми було знайомство з основними ідеями із психічної гігієни. Такі обговорення були спрямовані на розширення компетенцій дорослих режимів функціонування в учасників груп. Ось ключові ідеї завершальних занять програми.

Безсоння, відчуття надзвичайного неспокою, переживання постійних змінних перепадів смутку, агресивності чи відчуття безпорадності, постійні думки про війну, постійне уявлення найгіршого – це не тільки надзвичайно виснажує, але заважає ухвалювати логічні рішення. А тому важливо допускати негативні емоції: дозволяти собі бути сумним, злим, безпорадним, проте давати їм чітко визначений час. Придушення цих почуттів лише посилює їх, від чого психічне навантаження зростає.

Не варто перевантажувати себе повсякденними справами і конкретною допомогою; проте і не занурюватися у прокрастинацію. Чим більшим є виснаження, тим більша ймовірність нашої психологічної вразливості.

Регулярні фізичні вправи просто неба та коротка щоденна прогулянка також допомагають зменшити неспокій і збудження, за умови зосередження уваги на навколишньому середовищі, а не на своїх звичних хвилюваннях.

Потреба в інформації: інформація допомагає нам розвинути відчуття контролю над неконтрольованими ситуаціями. Тому збір інформації важливий і корисний, але споживання занадто великої її кількості також може призвести до перевантаження інформацією. Дозуйте споживання інформації, визначте, наприклад, кілька годин на добу, коли ви переглядаєте інформацію в соціальних мережах або шукаєте новини. Уникайте інформації із сумнівних джерел, які містять багато зображень.

Негативні думки: ви можете зупинити думки, які позбавляють вас енергії або викликають у вас велике занепокоєння. Зупиніть їх, сказавши собі сильним внутрішнім голосом: досить, стоп, зупинись. Для цього стисніть кулак і подумайте про щось легше або зосередьтеся на наступному завданні. Чим більше ви тренуєтеся, тим більше працює вправа.

Соціальні контакти. Травматичні події, як-от події в Україні, можуть викликати відчуття безсилля, ізоляції та самотності, особливо коли сім'я не разом, коли частина сім'ї стала біженцями або залишилася на окупованих територіях. Неспокій, інтенсивні роздуми, відчай, спустошеність, проблеми зі сном посилюють відчуття безсилля та самотності. У цій ситуації з'являється ризик віддалитися від можливих соціальних контактів і стати ще більш ізольованим. Дружні стосунки «амортизують» ризик стати психічно нестабільним. Часто досить комусь зателефонувати, порозмовляти, щоб почувати себе краще. Окрім того, намагайтеся налагодити зв'язок із членами вашої родини та підтримувати контакт. Корисно, безумовно, якщо ви намагатиметеся спілкуватися одне з одним у визначений час. І пам'ятайте, що звинувачення мають протилежну до соціального зв'язку дію, вони ізолюють, тому що часто не знаєш, як вийти з конфліктної ситуації. Тому будьте толерантними у стосунках один з одним.

Депресія: тривалий негативний настрій, відсутність енергії, зниження концентрації та зосередженості, підвищена схильність до плачу, понижена або підвищена потреба у сні, втрата апетиту або його посилення, а також підвищена дратівливість можуть бути попереджувальними ознаками депресії. Війна і втеча завжди призводять до відчаю, але цей відчай сприймається як «живий», він добре відчувається, і людина може продовжувати бути активною, навіть якщо вона подекуди відчуває великий розпач. Натомість депресія призводить до притуплення почуттів, людина відчуває себе мовби паралізованою, емоційно холодною

і майже не здатна щось робити. Якщо є ознаки депресії, потрібно серйозно поставитися до цих попереджувальних знаків і звернутися до фахівців із психічного здоров'я.

Боротьба зі страхом: страх – це одне з переважаючих почуттів у людей, які втекли від війни або рятуються втечею. Страх – це також панівне почуття для людей, які щойно потрапили в безпечне місце, однак чії родичі (усе ще) перебувають у зоні бойових дій. Страх – це загалом корисна і нормальна емоція, яка попереджає нас про небезпеку. Такий страх – позитивний і здоровий. На війні або підчас втечі страх – це також нормальна й адекватна емоція, він виражається насамперед у сильному фізичному напруженні, виражається, наприклад, через сильне серцебиття або підвищене потовиділення, посилення акустичного сприйняття або внутрішній неспокій. Виразом страху також можуть бути тремтіння, задишка, нудота, відчуття стиснення у грудях або запаморочення. Відповідно до природної реакції на розпізнавання небезпеки, людина намагається захистити себе, вирушаючи в безпечні місця (наприклад, протиповітряне укриття) або шукаючи допомоги. Отож, страх може врятувати життя. Однак це відчуття дуже виснажує, бо організм налаштований на повну готовність до дій за тривоги. Але війна чи втеча вимагають постійної пильності, що створює ризик того, що відчуття страху стане постійним/незалежним. Тоді ми говоримо про генералізацію. У стан тривоги людину переводить вже не просто усвідомлення небезпеки, але й те, що виникає в подібних ситуаціях, як, наприклад, шуми, подібні до тих, які чути в небезпечній ситуації. Окрім того, можуть виникати панічні атаки, які відокремлюються від початкової небезпечної ситуації, а потім раптово й несподівано з'являються знову. Такі симптоми дуже схожі на симптоми первинного страху, хоча для панічної атаки немає видимої причини. Зазвичай вони тривають кілька хвилин, але людина думає, що їй загрожує смертельна небезпека.

Описані способи самотурботи під час війни допомагають підтримати людину й опрацювати травматичні події. Розмова одне з одним про те, що відбувається, розділення турбот, вироблення стратегій боротьби з ними, планування наступних кроків – це соціально-психологічна підтримка на практиці. Аутентична взаємодія – найкращий захист від тривалих психічних проблем. Якщо ж ви відчуваєте, що вас гальмують внутрішні чинники, самі зверніться по професійну допомогу. Навіть якщо ви втекли із зони бойових дій, ця війна обтяжує вас, і тому кілька годин психологічних консультацій можуть допомогти вам знайти кращі способи впоратися із собою та знайти підхід до своїх близьких.

Висновки. Отже, дослідження методологічних засад групової підтримки дорослих осіб дозволяє нам виокремити ключові рекомендації для осіб, які психологічно потерпають від дистресу війни:

- групи психологічної підтримки варто розпочинати якнайшвидше після травмівних чи стресових подій, що дозволить запобігти ПРСТ і КПТСР;
- спектр потреб учасників, які першочергово треба задовольнити у процесі втручання, – це

емпатійне спілкування, створення ситуацій безпечної та природної радості, обговорення адекватних обмежень у роботі групи та розвиток автономії в нових умовах;

- укріплення компетенцій дорослого режиму функціонування можливе через звернення до попереднього досвіду долаання труднощів і адекватного до ситуації планування найближчого майбутнього.

ЛІТЕРАТУРА

1. Блінов О. Психологія бойової психічної травми : монографія. Київ : Талком, 2016. 246 с.
2. Вікові особливості переживання травм війни: інтегративний підхід С. Кузікова та ін. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. № 2. С. 64–70. DOI: 10.32999/ksu2312-3206/2022-2-9
3. Никифорова Н., Маслакова Я. Роль соціального оточення в подоланні посттравматичних стресових розладів, породжених війною. *Українське суспільство в умовах війни: виклики сьогодення та перспективи миротворення* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Маріуполь, 9 червня 2017 р. Маріуполь : ДонДУУ, 2017. С. 154–157.
4. Большакова А. Схема-режими, асоційовані з ранніми дезадаптивними схемами (взаємозв'язок концептів схема-терапії Дж. Янга). *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2022. Вип. 66. С. 49–62. DOI: 10.34142/23129387.2022.66.04
5. Бондарук Ю. Психологічні особливості посттравматичного стресового розладу як комплексу реакцій людини на травмуючу ситуацію. *Scientific Journal Virtus, September*. 2018. № 26. С. 43–47.
6. Hidden burdens of conflict: issues of mental health and access to services among internally displaced persons in Ukraine / B. Roberts et al. *International Alert*. 2017. URL: <https://www.international-alert.org/publications/hidden-burdens-of-conflict/>
7. Complex posttraumatic stress disorder (CPTSD) following captivity: a 24-year longitudinal study / G. Zerach et al. *Eur J Psychotraumatol*. 2019. № 10 (1). 1616488. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/20008198.2019.1616488>
8. Arntz A. Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: randomized trial of schema-focused therapy vs. transference-focused psychotherapy. *Archives of General Psychiatry*. 2006. № 63(6). P. 649–658.
9. Farrell J.M., Shaw I.A. *Group Schema Therapy for Borderline Personality Disorder: A Step-by-Step Treatment Manual with Patient Workbook*. Wiley-Blackwell, 2012.
10. *The Schema Therapy Clinician's Guide: A Complete Resource for Building and Delivering Individual, Group and Integrated Schema Mode Treatment Programs* / J.M. Farrell et al. Wiley-Blackwell, 2014.
11. *Schema Therapy for Children and Young Adults* / C. Loose et al. Beltz, in German, 2014.
12. *Schema Therapy (CBT Distinctive Features)* / E. Rafaeli et al. Taylor & Francis, 2011.
13. *Schema Therapy: A Practitioner's Guide* / J. Young et al. Guilford Press, 2006.
14. Gardner Richard A. *Individual and Group Therapy and Work with Parent in Adolescent Psychology*. Bookmart Press, 1999.
15. Siegel D. *The Developing Mind*. Guilford Press, 1999.
16. Klosko, J. S., & Weischar, M. E. *Schema Therapy : A Practitioners Guide* / J. Young et al. Guilford Press, 2003. P. 52.

REFERENCES

1. Blinov O.A. (2016). *Psykhologhiia boiovoi psykhičnoi travmy : monohrafiia [Psychology of combat mental trauma : a monograph]*. Kyiv : Talkom.
2. Kuzikova S.B., Zlyvkov V.L., Lukomska S.O. (2022). *Vikovi osoblyvosti perezhyvannia travm viiny: intehratyvnyi pidkhid [Age characteristics of experiencing war trauma: an integrative approach]*. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky*, № 2, pp. 64–70. DOI: 10.32999/ksu2312-3206/2022-2-9
3. Nykyforenko N.O., Maslakova Ya.S. (2017). *Rol sotsialnoho otochennia v podolanni posttravmatychnykh stresovykh rozladiv, porodzhennykh viinoiu [The role of the social environment in overcoming post-traumatic stress disorders caused by war]*. *Proceedings of the Ukrainske suspilstvo v umovakh viiny: vyklyky sohodennia ta perspektyvy myrotvorennia : materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (Mariupol, January 9, 2017)*. Mariupol : DonDUU, pp. 154–157.

4. Bolshakova A.M. (2022). Skhema-rezhymy, asotsiiovani z rannimy dezadaptyvnymy skhemamy (vzaiemozviazok kontseptiv skhema-terapii Dzh. Yanha) [Schema-modes associated with early maladaptive schemas (interrelationship of J. Young's schema-therapy concepts)]. *Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody. Psykholohiia*, № 66, pp. 49–62. DOI: 10.34142/23129387.2022.66.04
5. Bondaruk Yu.S. (2018). Psykholohichni osoblyvosti posttravmatychnoho stresovoho rozladu yak kompleksu reaktsii liudyny na travmuiuchu sytuatsiiu [Psychological features of post-traumatic stress disorder as a complex of human reactions to a traumatic situation]. *Scientific Journal Virtus, September*; № 26, pp. 43–47.
6. Roberts B., Makhshvili N., Javakhishvili J. (2017). Hidden burdens of conflict: issues of mental health and access to services among internally displaced persons in Ukraine. *International Alert*. Retrieved from: <https://www.international-alert.org/publications/hidden-burdens-of-conflict/>
7. Zerach G., Shevlin M., Cloitre M., Solomon Z. (2019). Complex posttraumatic stress disorder (CPTSD) following captivity: a 24-year longitudinal study. *Eur J Psychotraumatol*. 10 (1). 1616488. Retrieved from: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/20008198.2019.1616488>
8. Arntz A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: randomized trial of schema-focused therapy vs. transference-focused psychotherapy. *Archives of General Psychiatry*, 63(6), 649–658.
9. Farrell, J.M. & Shaw, I.A. (2012). *Group Schema Therapy for Borderline Personality Disorder: A Step-by-Step Treatment Manual with Patient Workbook*. Wiley-Blackwell.
10. Farrell, J.M., Reiss, N., & Shaw, I.A. (2014). *The Schema Therapy Clinician's Guide: A Complete Resource for Building and Delivering Individual, Group and Integrated Schema Mode Treatment Programs*. Wiley-Blackwell.
11. Loose, C., Graaf, P., & Zarbock, G. (2014). *Schema Therapy for Children and Young Adults*. Beltz, in German.
12. Rafaeli, E., Bernstein, D., Young, J. (2011) *Schema Therapy (CBT Distinctive Features)*. Taylor & Francis.
13. Young, J., Klosko, J. & Weishaar, M.E. (2006). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. Guilford, Press.
14. Gardner, Richard A. (1999). *Individual and Group Therapy and Work with Parent in Adolescent Psychology*. Book-mart Press.
15. Siegel, D. (1999) .*The Developing Mind*. Guilford Press.
16. Young, J.E., Klosko, J.S., & Weischar, M.E. (2003). *Schema Therapy : A Practitioners Guide*, (p. 52). The Guilford Press.

ОБҐРУНТУВАННЯ СТВОРЕННЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТ «МАСКА» ДЛЯ РОБОТИ З УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ

Кравченко К. О.

*кандидат психологічних наук,
науковий співробітник науково-дослідного відділу
дослідження проблем психології
Науково-дослідний центр Військового інституту
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
вул. Ломоносова, 81, Київ, Україна
orcid.org/0000-0002-8140-1759
kravchenkoea250388@gmail.com*

Ключові слова:

*метафоричні асоціативні
карти, маскотерапія,
військовослужбовці, учасники
бойових дій, психологічне
забезпечення Збройних сил
України.*

У роботі військового психолога дуже важливо обрати для себе такі психологічні інструменти роботи з військовослужбовцями, які б давали швидкі позитивні результати, дозволяли нейтралізувати негативні психічні стани (якщо йдеться про роботу з військовослужбовцем у районі ведення бойових дій) і можливість перетворювати їх на психологічний індивідуальний ресурс (під час реабілітаційних заходів, на етапах відновлення боєздатності підрозділів). Одним із таких інструментів є метафоричні асоціативні карти (МАК).

Спираючись на багаторічний досвід роботи з військовослужбовцями, можна зазначити, що використання таких методів діагностики, як анкетування, опитування та виконання тестів (навіть їх автоматизованих версій), натрапляють на опір із боку респондентів і мають низький рівень мотивації щодо їх якісного заповнення. У такому разі метафоричні асоціативні карти не тільки дозволяють оперативно провести психодіагностику військовослужбовців (як групову, так і індивідуальну), але і сприяють налагодженню психологічного контакту з ними, що позитивно впливає на подальшу залученість до психологічної роботи. Також метафоричні асоціативні карти є досить дієвим інструментом для проведення психологічної корекції.

Цивільними науковцями було встановлено, що у процесі роботи з метафоричними асоціативними картами самопочуття осіб, що беруть участь у роботі (клієнтів), покращується на 44%, активність – на 37%, настрій піднімається на 54% [1, с. 14]. Це свідчить про позитивний вплив метафоричних асоціативних карт на психіку людини, що сприяє процесу психокорекції та її стабілізації загалом.

Метафоричні асоціативні карти в сучасній практичній психології дуже поширений інструмент для роботи із клієнтом. Але ми можемо констатувати той факт, що станом на тепер майже не існує подібного інструменту для роботи з військовослужбовцями, особливо з учасниками бойових дій, де враховується вся специфіка їхньої службово-бойової діяльності й особливості роботи військових психологів (принаймні такі інструменти не впроваджені у війська для загального користування). Спираючись на результати проведеного опитування серед офіцерів-психологів Збройних сил України, ми підтвердили свою думку щодо актуальності та необхідності створення такого психологічного інструменту.

Отже, у статті розглянута базова ідея створення метафоричних асоціативних карт «Маска», адаптованих для роботи з військовослужбовцями – учасниками бойових дій, в основу яких був покладений метод маскотерапії.

SUBSTANTIATION OF THE CREATION OF MAC “MASK” FOR THE WORK WITH COMBATANTS

Kravchenko K. O.

Ph. D. in Psychology,

Research Associate at the Research Department of Problems of Psychology

of the Research Center of the Military Institute

of Taras Shevchenko National University of Kyiv

Lomonosova str., 81, Kyiv, Ukraine

orcid.org/0000-0002-8140-1759

kravchenkoea250388@gmail.com

Key words: *metaphorical associative cards, mask therapy, the military, combatants, psychological support of the Armed Forces of Ukraine.*

In the work of a military psychologist, it is crucial to choose such psychological tools for work with the military which would give quick positive results, allow neutralizing negative mental states (if it is a case of work with a serviceperson involved in hostilities) and the ability to transform them into a psychological individual resource (during rehabilitation measures and at the stages of reconstitution of units). One of such tools is metaphorical associative cards (MAC).

By relying on a long-term experience of work with the military, one can note that respondents stand against the use of such diagnostic methods as questionnaires, surveys, and tests (even their automatized versions) and have poor motivation for their qualitative fill-in. Thus, metaphorical associative cards allow for conducting operative psychodiagnostic of the military (both group and individual) and contribute to establishing a psychological contact with them that positively influences further involvement in psychological work. MAC is also a quite effective tool for carrying out psychological correction. Civilian scientists found that using MAC increases the well-being of persons involved (clients) by 44%, activity by 37% and mood by 54% [1, p. 14]. This confirms the positive impact of MAC on the human psyche, which contributes to the process of psychocorrection and one's stabilization as a whole.

MAC is a widespread tool for working with a client in modern practical psychology. However, we can state that, as of today, there is almost no such tool for working with military personnel, especially with combatants, which takes into account all the specifics of their official and combat activities and the specifics of the work of military psychologists (at least such tools are not implemented in troops for general use). Based on the results of a survey conducted among officers-psychologists of the Armed Forces of Ukraine, we confirmed our opinion regarding the relevance and necessity of creating such a psychological tool.

Therefore, the article considers the basic idea of creating metaphorical associative cards “Mask” adapted for work with the military – combatants and grounded on the method of mask therapy.

Постановка проблеми. Протягом усього життя людина приміряє на себе різноманітні маски кожного дня. Основною метою цього дійства є процес соціалізації й адаптації до різних життєвих обставин.

Починаючи із 2014 р. частина нашого суспільства, тією чи іншою мірою, відчула на собі жакіття війни. Від 24 лютого 2022 р. війна залишила свій

відбиток на всьому населенні нашої держави (особливо це стосується військовослужбовців, які ціною власного життя та здоров'я виборюють нам мирне небо).

Головною ідеєю створення психологічного інструменту, який надасть можливість урахувати не тільки специфіку психічних станів військовослужбовців – учасників бойових дій, але і

особливості й умови роботи військових психологів, є поєднання двох методів роботи, а саме використання методу маскотерапії та метафоричних асоціативних карт (далі – МАК).

Розглянемо більш детально пріоритети використання зазначених методів.

Серед праць сучасних дослідників, які вивчали проблематику метафоричних асоціативних карт, насамперед нашу увагу привернули дослідження О. Білінова. Автор розглядав особливості використання МАК у консультативній і психокорекційній практиці саме з військовослужбовцями та визначив їх як один із методів психологічної хірургії, отже, підкреслив їхню можливість досягати необхідних результатів у короткі терміни [1, с. 14; 2, с. 6–11].

Інші автори, науковий доробок яких ми розглянемо, не акцентували свою увагу на роботі з військовослужбовцями, але у своїх працях вони сформували ґрунтовний теоретичний і практичний плацдарм для використання метафоричних асоціативних карт.

Так, Н. Дмитрієва та Н. Бунцова виділили основні принципи щодо використання МАК, а саме: метафоричність, символізм, універсальність, доступність у зверненні до клієнта, алгоритмізованість, перевіряємість і адекватність, комплексність впливу на клієнта під час роботи, безпечність і екологічність, конфронтаційність, експресивність, креативність тощо [3, с. 19–32]. У результаті об'єднання своїх зусиль із Ю. Перевозкіною та В. Левіною авторки створили класифікацію сфер застосування МАК, основними складовими частинами якої є: проблеми особистісного плану, емоційна сфера, проблемні питання у взаєминах з іншими, складні життєві ситуації, прояви девіантної поведінки [4, с. 242–251; 5, с. 261–270].

В. Шебанова узагальнила функції МАК і виділила такі: комунікативну, стимулюючу, організаційну, актуалізуючу, функцію рефреймінгу, катарсичну, захисну, ресурсну та деконструктивну [6].

Т. Ушакова зробила акцент на застосуванні метафоричних карт у роботі з різними віковими групами клієнтів, чим, на нашу думку, ще раз підкреслила універсальність використання даного психологічного інструменту [7].

Р. Кац, Е. Мухаматуліна [8], Е. Морозовська [9], М. Мартинова [10, с. 65–78], О. Ковальчук, О. Канциренко [11], М. Фабрічева [12], Т. Лемешко [13], Е. Расказова [14], Г. Попова, О. Грінченко [15, с. 245–257], Н. Вернікова [16] спрямували свої дослідження на практичну складову частину використання МАК, а саме на розроблення різноманітних технік, методичних прийомів і правил роботи.

У результаті проведеного аналізу достатньої кількості сучасних досліджень і публікацій щодо особливостей, використання та створення МАК

[1, с. 14; 2, с. 6–11; 3, с. 19–32; 4, с. 242–251; 5, с. 261–270; 6–9; 10, с. 65–78; 11–14; 15, с. 245–257; 16] ми змогли узагальнити основні переваги їх використання для роботи з військовослужбовцями (зокрема, з особовим складом, який перебуває на лінії зіткнення), отже, МАК: 1) дозволяють обійти такий властивий військовослужбовцям внутрішній опір і раціональне мислення за допомогою зниження свідомої цензури; 2) забирають внутрішнє напруження й опір (це дуже важливий аргумент, особливо коли підрозділ тривалий час перебуває в екстремальних умовах без ротації); 3) створюють атмосферу безпеки та довіри (основна складова частина для надання психологічної допомоги); 4) дозволяють швидко отримати необхідний обсяг інформації для якісної роботи з військовослужбовцем і провести діагностику його проблемних питань, визначити й усвідомити його актуальні переживання, які не завжди пов'язані з веденням бойових дій (час роботи з особовим складом на лініях оборони дуже обмежений); 5) дозволяють звернутися до психотравмувальної ситуації військовослужбовця через метафору, і тим самим уникнути його додаткової ретравматизації (на етапах відновлення та реабілітації); 6) дозволяють військовослужбовцю проговорити й усвідомити свої почуття та переживання, що саме собою має терапевтичний ефект (вербалізація проблеми); 7) мають належну швидкість і ефективність терапії; 8) запускають внутрішні процеси «самоцілення» військовослужбовця, а також процеси пошуку його особистого шляху подолання кризових ситуацій тощо.

Використання методу маскотерапії менш поширене порівняно з МАК. Маскотерапія – це метод психологічної роботи, що базується на виведенні внутрішнього глибинного стану людини на поверхню за допомогою маски [17]. По суті, наведеним визначенням ми й аргументуємо одну із причин використання цього методу, оскільки у процесі роботи з військовослужбовцями, а особливо тими, хто має травматичний досвід (а зараз це більшість), витіснення та пригнічення спогадів, думок, переживань щодо участі в бойових діях є досить поширеним явищем, яке відіграє негативну роль під час процесу відновлення та є об'єктом подальших психотерапевтичних заходів.

Використання методу маскотерапії з особовим складом на лінії зіткнення у своєму «класичному вигляді» є неможливим, оскільки потребує багато часу саме створення маски. Незважаючи на це, сам метод, а точніше, механізми, покладені в його основу, і техніки, є корисним для роботи із психічними станами військовослужбовців, які зумовлені веденням бойових дій.

Загалом, метод маскотерапії був створений для роботи із психічними станами Г. Назлояном. А ось

уже завдяки його учневі С. Кравченку цей метод почали використовувати для психодіагностичної та психокорекційної роботи. Також автори маскотерапії рекомендують використовувати цей метод під час психологічної реабілітації [18]. Інший автор – А. Мідгард – наводить досить вдалий приклад механізму роботи маски з емоційними станами: «Одягаючи на себе маску страху, гніву чи провини, людина символічно переносить свою емоцію на маску, тобто відділяє її від себе, а також вчиться керувати своїм станом, надягаючи і знімаючи її. Вона може подивитися на емоційний стан, у якому перебуває, і з боку» [19]. Також цей метод дозволяє зняти психологічне напруження, знизити тривожність і агресію, може сприяти розвитку стресостійкості та, загалом, має дуже широкий спектр використання.

Отже, ми бачимо, що маскотерапія є досить дієвим методом, який можна використовувати для роботи з військовослужбовцями під час багатьох видів психологічного забезпечення, але, на нашу думку, він потребує деякої модифікації, зважаючи на умови його застосування. Тому виникла думка об'єднати маскотерапію з метафоричними асоціативними картами та створити новий психологічний інструмент.

Психологічний інструмент МАК «Маска» дозволить побачити, яку маску одягнула на учасників бойових дій війна (діагностична функція), який прихований зміст вона несе (пошук ресурсу) та яким чином може допомогти досягнути перемоги над ворогом, а саме підтримати та (або) не втратити боєздатність особового складу підрозділу (психокорекційна функція).

В основу подальшого викладення думок щодо обґрунтування створення колоди метафоричних асоціативних карт «Маска» був покладений алгоритм, запропонований авторами Н. Мілорадовою та Г. Поповою [20, с. 57–60].

Мета статті. Розглянути й обґрунтувати основні ідеї щодо створення МАК «Маска» для роботи з військовослужбовцями – учасниками бойових дій.

Результати дослідження. Перед тим, як перейти до відповідей на питання, які зазначені в алгоритмі Н. Мілорадової та Г. Попової, доцільно розглянути особливості створення самої колоди. Загалом, створення колоди буде мати декілька етапів, а саме: експериментальний (створення зображення), практичний (апробація готової колоди) і емпіричний (аналіз ефективності використання колоди).

Група учасників (творців) – від 80 та більше військовослужбовців – учасників бойових дій (кількість учасників експериментального етапу зумовлена вимогами до створення МАК для проведення групової роботи). Бажано, щоб ці військовослужбовці були з різних підрозділів (військових частин).

Розглянемо приблизний алгоритм роботи з військовослужбовцями на експериментальному етапі:

1) створення персонажа (маски) «До війни». Після створення маски військовослужбовцем пропонується розказати про свій персонаж, можливо, дати йому ім'я (позивний), описати його риси особистості тощо. Варто зазначити, що коли творець маски буде розповідати про свій персонаж, йому необхідно цю маску прикласти до свого лиця (так би мовити, одягнути);

2) створення персонажа (маски) «Під час/після війни» (залежно від категорії військовослужбовців, з якими доведеться працювати). Алгоритм роботи із другою маскою подібний, але рекомендовано звернути увагу на почуття та переживання, які властиві цьому персонажу;

3) порівняння маски «До війни» та «Під час/після війни». Військовослужбовцям пропонується покласти дві маски перед собою та дати відповідь на такі запитання:

Який Вам більше персонаж подобається? Чому? (Це питання спрямоване на прийняття свого стану, чи ідентифікує людина свої переживання з отриманим зображенням, особливо із другим).

Чи можете Ви назвати якісь позитивні аспекти, риси, уміння та навички цього (другого, зазвичай негативного) персонажу? (Це питання спрямоване на те, щоб показати військовослужбовцю, що негативні емоції та переживання не роблять людину поганою).

Який із цих персонажів має більше сили впоратися зі стрес-факторами війни? (Якщо військовослужбовцю важко відповісти на це питання, то можна спитати думку інших учасників групи).

Давайте визначимо параметри (якості, характеристики, здібності, навички тощо), які допомагають цьому персонажу не тільки вижити, але і перемогти (повернутися до повноцінного цивільного життя). Бажано їх записати;

4) ідентифікація ресурсних параметрів.

Усі визначені Вами параметри належать Вам особисто. Прочитайте ще раз цей список, але додавайте до кожного слова займенник «Я»: я – отримав досвід; я – став сильнішим; я – навчився цінувати життя; я – до біса небезпечний для ворогів тощо.

Як зазначає О. Мельник, спираючись на аналіз наукової літератури щодо вивчення проблеми особистісних ресурсів стресоподолання [21, с. 1001–1008; 22, с. 286–302; 23, с. 38–47; 24, с. 11–21; 25, с. 25–44; 26, с. 224 тощо]: «Усвідомлення людиною наявності засобів допомоги (самопоміги, оскільки мова йде про власні особистісні ресурси) у скрутному для неї становищі та наявність навичок оперування якомога більшою кількістю таких засобів сприяє посиленню відчуття контрольованості ситуації і, унаслідок цього, більш ефективному подоланню проблем,

Таблиця 1

Запитання 1: «Навіщо?» (пов'язане з обґрунтуванням і об'єктивацією потреби в новій колоді)	
Навіщо потрібна колода?	Для узгодження психічного стану військовослужбовців, щоб вони були здатні виконувати бойові завдання (зокрема, на лінії зіткнення). Це, мабуть, головна мета створення цього психологічного інструменту.
Навіщо колода фахівцям (військовим психологам)?	Відсутність ефективного психологічного інструментарію для роботи з особовим складом на лінії зіткнення, який би враховував всі особливості роботи військового психолога й умов ведення бойових дій. Примітка. Бажано створити універсальний варіант, щоб можна було працювати не тільки для супроводу підрозділів під час ведення бойових дій, але і на етапах злагодження (до відправки на фронт) та відновлення (після повернення), психологічної реабілітації.
Навіщо це клієнту (військовослужбовцю)?	Загалом на це питання можна надати таку відповідь, щоб військовослужбовці мали психологічний ресурс продовжувати захищати державу (виконувати бойові завдання) і водночас залишитися живим. Як наслідок, запобігти виникненню психічних розладів (для якісного життя після війни).
Запитання 2: «Що?» (пов'язане з розумінням змісту та тематичного розкриття структури колоди)	
Що ми хочемо дати клієнтам (військовослужбовцям), якою конкретною інформацією можемо поділитися під час роботи з колодою?	Діагностика: 1) інформацію (показати наочно), що війна впливає не тільки на фізичний стан, але і на психічний; 2) звернути увагу на те, що психічне здоров'я теж потребує нашого піклування. Пошук ресурсу: 3) екологічність роботи – зменшити вірогідність виникнення тригерів у процесі роботи із цими метафоричними картами. Припустити те, що вони зовсім не будуть виникати, поки що неможливо. Відсоток виникнення тригерів у військовослужбовців під час роботи з МАК «Маска» можна буде підрахувати після практичного етапу роботи; 4) розуміння, що ті зміни, які з ними відбулися (або відбуваються, тією чи іншою мірою, зараз), можуть давати сили. Це досягається в результаті порівняння двох масок: «До війни» і «Під час/після війни». Психологічна корекція: 5) можливість виразити свої емоції через образи, оскільки вербально це не завжди виходить. Як результат – зняття психологічної напруги й інших реакцій бойового стресу; 6) відчуття себе потрібним комусь іншому, не тільки своїм близьким людям (у цьому випадку своєму побратимові, який теж воює).
Що ми хочемо отримати в результаті кожної дії під час роботи з колодою?	Корекцію психічних станів і поведінки, як наслідок, боєздатність підрозділу. Примітка. Однією з вимог створення МАК є наявність конкретних вправ для розширення спектра проблемних питань, з якими зможе працювати психолог за допомогою колоди. На нашу думку, буде доцільно зробити аналіз звітів груп (позаштатних) із надання психологічної допомоги, які активно задіяні на лінії зіткнення з початку повномасштабного вторгнення. Таким чином буде отримана класифікація найактуальніших кейсів для роботи з ними.
Що наприкінці роботи з колодою можуть зрозуміти та дізнатися учасники? Чого можна навчити клієнта (військовослужбовця)?	1) що у своїх переживаннях він не один, що є реальна людина, яка відчуває теж саме (схожі переживання), – це процес формування ідентичності з іншим військовослужбовцем; 2) почути (прочитати) слова підтримки від свого побратима, який воює в іншому підрозділі. На нашу думку, це покращить мотивацію військовослужбовця до виконання бойових завдань.
Запитання 3: «Як?» (яким чином ми хочемо працювати із клієнтом)	
Як саме ми хочемо організувати процес роботи клієнта (військовослужбовця) з МАК (форма, стиль тощо)?	З підрозділами на лінії фронту, як було зазначено вище, працюють групи (позаштатні) з надання психологічної допомоги. Загалом, частіше робота має груповий характер. На особовий склад у кількості від 20 до 50 осіб виділяється 1 день без можливості найближчим часом провести додаткові психологічні заходи. З колодою МАК «Маска» рекомендовано працювати у групах не більше 10 осіб. Приблизний час роботи – 1–1,5 години. Допускається індивідуальна робота.
Яка послідовність роботи з колодою (правила, принципи, алгоритми, схеми)?	Послідовність роботи з МАК «Маска» така сама, як і під час маскотерапії, тільки без витрати часу на їх створення.
Як фіксувати результат?	Згідно зі звітами, які роблять групи (позаштатні) з надання психологічної допомоги, доповідями безпосередніх командирів та на основі аналізу ефективності, діяльності підрозділу.

що постають перед суб'єктом у складній ситуації» [27, с. 79–92];

5) допомога іншим. «Ми залишаємося людьми, доки можемо (маємо бажання) допомагати іншим».

Далі пропонується розповісти військовослужбовцям про задум створити МАК, зробивши акцент на те, що деяким підрозділам, на жаль, не вийде приділити стільки ж часу, скільки зараз їм. Спитати дозволу щодо використання цих зображень для створення МАК. Попросити написати листа-послання для того військовослужбовця, який обере його маску, тобто його внутрішній стан буде схожий на стан творця маски: «*Ей, друже! Це я, твій побратим (за бажанням можна назвати ім'я, уточнити підрозділ), який зараз, як і ти, захищає свою країну. Мені дуже приємно, що ти обрав саме це зображення, бо це свідчить, що в усьому світі є людина, яка відчуває теж саме, що і я. Хочу тобі сказати <...> (слова підтримки)*». На нашу думку, це забезпечить мотивацію до подальшої діяльності, підніме бойовий дух військовослужбовців, надасть підтримку та, як наслідок, приведе до збільшення рівня боєздатності підрозділу.

Отримані маски і будуть зображенням для МАК.

Отже, структура колоди буде мати такий вигляд:

I частина – зображення «До війни»;

II частина – зображення «Під час/ після війни»;

III частина – картка-лист (послання військовослужбовця, творця маски, до свого побратима, який потім буде працювати з уже готовою колодою). Планується, з одного боку, зробити реальне зображення (фото) листа, а з іншого,

все ж таки, продублювати текст у друкованому вигляді.

На цьому експериментальний етап завершується. Практичний і емпіричний етапи, як було зазначено вище, спрямовані на апробацію вже готової колоди МАК «Маска» у підрозділах і перевірку ефективності роботи даного психологічного інструменту відповідно.

Перейдемо до відповідей на запитання, які зазначені в алгоритмі щодо створення МАК. Цей алгоритм, його питання та відповіді на них, для зручності сприйняття, будуть представлені у вигляді таблиці (Див. табл. 1).

Нижче наведено приклади, у першому наближенні, як будуть виглядати МАК «Маска» (Див. рис. 1 та 2).

Висновки і перспективи подальших розробок.

Отже, проведений теоретичний аналіз дав змогу:

– визначити основні переваги застосування в роботі з військовослужбовцями метафоричних асоціативних карт;

– створити наукове підґрунтя для поєднання МАК і методу маскотерапії в єдину методіку, що відображає новизну отриманих результатів;

– обґрунтувати та прописати алгоритм створення психологічного інструменту МАК «Маска» для роботи з військовослужбовцями – учасниками бойових дій.

Подальший напрям наукової діяльності буде спрямований на реалізацію експериментального, практичного й емпіричного етапів дослідження. Після їх завершення планується розроблення



Рис. 1. Маска «Під час війни»



Рис. 2. Картка-лист до побратима

начального тренінгу з використання колоди військовими психологами. І на завершення, усі отри- мані наукові надбання за визначеною тематикою відобразити у вигляді монографії.

ЛІТЕРАТУРА

1. Блінов О. Поняття метафоричних асоціативних карт та їх використання у психологічній реабілітації. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України* : матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 19 березня 2015 р. Київ, 2015. С. 14.
2. Блінов О. Метафоричні асоціативні карти як сучасний метод психологічної хірургії. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : збірник наукових праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Київ, 2016. Вип. 4(29). С. 6–11.
3. Дмитрієва Н., Буравцова Н. Принципи і способи використання асоціативних карт в психології і психотерапії. *Смальта*. 2020. № 1. С. 19–22.
4. Методологічні основи та принципи роботи з асоціативними картками / Н. Дмитрієва та ін. *Розвиток людини в сучасному світі* : матеріали VI Всеросійської науково-практичної конференції з міжнародною участю. 2020. С. 242–251.
5. Основні етапи роботи з асоціативними картками матеріали / Н. Дмитрієва та ін. *Розвиток людини в сучасному світі* : матеріали VI Всеросійської науково-практичної конференції з міжнародною участю. 2020. С. 261–270.
6. Шебанова В. Применение метафорических ассоциативных карт в коррекционной работе нарушенных пищевого поведения. URL: <https://dogmon.org/download/primenenie-metaforicheskikh-associativnih-kart-v-korrekcionnoj.doc> (дата звернення: 14.09.2022).
7. Ушакова Т. Метафоричні карти «Роботи»: робота з дітьми, підлітками і батьками. Москва : Генезис, 2020. 48 с.
8. Кац Р., Мухаматуліна Е. Метафоричні карти : посібник для психолога. Москва : Генезис, 2020. 160 с.
9. Морозовська Е. Світ проєктивних карт: оляд колод, вправи, тренінги. Москва : Генезис, 2020. 168 с.
10. Мартинова М. Метафоричні карти та можливості їх застосування в роботі практичного психолога. *Сучасна психологія* : матеріали V Міжнародної навчальної конференції. 2017. С. 65–78.
11. Ковальчук О., Канциренко О. Застосування проєктивного методу МАК у дослідженні психологічного благополуччя та соціальної відповідальності особистості. *Вісник національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 2. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadrn_2016_2_6 (дата звернення: 10.09.2022).
12. Фабрічева М. Метафоричні асоціативні карти, як можливість читати несвідоме. Центр ресурсного розвитку «М-Арт». Київ, 2014. 100 с.
13. Лемешко Т. 50 техник с МАК на все случаи жизни. Киев, 2017. 61 с.
14. Рассказова Е. Метафорические ассоциативные карты как инструмент в работе практического психолога. 2021. URL: <https://www.b17.ru/article/15482/> (дата звернення: 01.08.2022).
15. Попова Г., Грінченко О. Використання метафоричних асоціативних карт. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2018. Вип. 57. С. 245–257.
16. Верникова Н. Метафорические ассоциативные карты – универсальный инструмент для максимальных результатов. *Практическая психология*. Винница, 2014. 124 с.
17. Fleda M., Brigham, D. Masks as a psychotherapeutic modality a hypothesis. *Journal AOA*. 1970. Vol. 9.
18. Кравченко С. Маскотерапія. В пошуках лица. Видавництво «Литагент Ридеро», 2018. 180 с.
19. Мідгард А. Маскотерапія. *Вісник психології*. URL: <https://psychologyjournal.ru/stories/art-terapiya/maskoterapiya/> (дата звернення: 07.09.2022).
20. Попова Г., Милорадова Н. Алгоритмы применения метафорических ассоциативных карт в индивидуальном консультировании. *Актуальні напрями сучасної практичної психології і психотерапії* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. 2013. С. 57–60.
21. Latent trajectories of trauma symptoms and resilience: the 3-year longitudinal prospective USPER study of Danish veterans deployed in Afghanistan / S.B. Andersen et al. *The Journal of clinical psychiatry*. 2014. № 75(9). P. 1001–1008.
22. Rumination, event centrality, and perceived control as predictors of post-traumatic growth and distress: The Cognitive Growth and Stress model / M. Brooks et al. *British Journal of Clinical Psychology*. 2017. № 56(3). P. 286–302.
23. Bringing the troops back home: Modeling the postdeployment reintegration experience / S.L. Currie et al. *Journal of occupational health psychology*. 2011. № 16(1). P. 38–47.
24. Linley P.A., Joseph S. Positive change following trauma and adversity : A review. *Journal of Traumatic Stress : Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*. 2004. № 17(1). P. 11–21.

25. Developing the psychological capital of resiliency / F. Luthans et al. *Human Resource Development Review*. 2006. № 5(1). P. 25–44.
26. Shastri P.C. Resilience: Building immunity in psychiatry. *Indian Journal of Psychiatry*. 2013. № 55(3). P. 224.
27. Мельник О. Посттравматичне зростання та резилентна реінтеграція учасників бойових дій на сході України. *Psychological journal*. 2019. Vol. 5. № 6. P. 79–92.

REFERENCES

1. Blinov O.A. (2015). Poniattia metaforychnykh asotsiatyvnykh kart ta yikh vykorystannia v psykhologichnii rehabilitatsii [Concept of metaphorical associative cards and their use in psychological rehabilitation]. Proceedings of the *Aktualni problemy vyshchoi profesiinoi osvity Ukrainy* : materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (Kyiv, Ukraine, March 19, 2015). Kyiv, pp. 14.
2. Blinov O.A. (2016). Metaforychni asotsiatyvni karty yak suchasnyi metod psykhologichnoi khirurgii [Metaphorical associative cards as a modern tool of psychological surgery]. *Aktualni problemy sotsiologii, psykhologii, pedahohiky* : zb. nauk. pr. Kyivskoho Natsionalnogo universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Kyiv, № 4 (29). pp. 6–11.
3. Dmytriieva N.V., Buravtsova N.V. (2020) Pryntsypy i sposoby vykorystannia asotsiatyvnykh kart v psykhologii i psyhoterapii [Principles and methods of using associative cards in psychology and psychotherapy]. *Smalta*, № 1, pp. 19–22.
4. Dmytriieva N.V., Perevozkyna Yu.M., Levina V.L., Buravtsova N.V. (2020). Metodolohichni osnovy ta pryntsypy roboty z asotsiatyvnykh kartkami [Methodological foundations and principles of working with associative cards]. Proceedings of the *Rozvytok liudyny v suchasnomu sviti: materialy VI Vserosiiskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu*, pp. 242–251.
5. Dmytriieva N.V., Perevozkyna Yu.M., Levina V.L., Buravtsova N.V. (2020). Osnovni etapy roboty z asotsiatyvnykh kartkami materialy [The main stages of working with associative cards]. Proceedings of the *Rozvytok liudyny v suchasnomu sviti* : materialy VI Vserosiiskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu, pp. 261–270.
6. Shebanova V.I. Primenenie metaforicheskikh asociativnykh kart v korrekcionnoy rabote narushenij pishevoogo povedeniya [Use of metaphorical associative cards in correctional work of eating disorders]. URL: <https://dogmon.org/download/primenenie-metaforicheskikh-associativnykh-kart-v-korrekcionnoy.doc> (accessed: 14.09.2022).
7. Ushakova T. (2020). Metaforichni karti “Roboti”: Robota z ditmi, pidlitkami i batkami [Metaphorical cards “Works”: Work with children, adolescents and parents]. Moscow : Genezis.
8. Kats R., Mukhamatulyna E. (2020). Metaforychni karty : Kerivnytstvo dlia psykhologa [Metaphorical cards: a guide for a psychologist]. Moscow : Genezis.
9. Morozovska E. (2020). Svit proektyvnykh kart : Ohliad kolod, vpravy, treninhy [The world of project cards : Review of a deck, exercises, training sessions]. Moscow : Genezis.
10. Martynova M.A. (2017). Metaforychni karty ta mozhlyvosti yikh zastosuvannia v roboti praktychnoho psykhologa [Metaphorical cards and the options of their application in the work of a practical psychologist]. Proceedings of the *Suchasna psykhologhiia* : materialy V Mizhnarodnoi navchalnoi konferentsii, pp. 65–78.
11. Kovalchuk O., Kantsyrenko O. (2016). Zastosuvannia proektyvnoho metodu MAK u doslidzhenni psykhologichnoho blahopoluchchia ta sotsialnoi vidpovidalnosti osobystosti [Application of a project method of MAC in studying psychological well-being and personal social responsibility]. *Visnyk natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriiia “Psykhologichni nauky”*, № 2. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2016_2_6 (accessed: 10.09.2022).
12. Fabriceva M. (2014). Metaforychni asotsiatyvni karty, yak mozhlyvist chytaty nesvidome [Metaphorical associative cards as an opportunity for reading subconscious]. Tsentr resursnoho rozvytku “M-Art”. Kyiv.
13. Lemeshko T. (2017). 50 tehnik s MAK na vse sluchai zhizni [50 techniques involving MAC for all occasions]. Kiev.
14. Rasskazova E.V. (2021). Metaforicheskie asociativnye karty kak instrument v rabote prakticheskogo psihologa [Metaphorical associative cards as tools in the work of a practical psychologist]. Retrieved from: <https://www.b17.ru/article/15482/> (data zvernennia: 01.08.2022).
15. Popova H.V., Hrinchenko O.M. (2018). Vykorystannia metaforychnykh asotsiatyvnykh kart [The use of metaphorical associative cards]. *Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody. Psykhologhiia*, № 57, pp. 245–257.
16. Vernikova N. (2014). Metaforicheskie asociativnye karty – universalnyj instrument dlya maksimalnykh rezultatov [Metaphorical associative cards – a universal tool for maximal result]. *Prakticheskaya psihologiya*. Vinnica.

17. Fleda M., Brigham, D. (1970). Masks as a psychotherapeutic modality a hypothesis. *Journal AOA*, vol. 9.
18. Kravchenko S.A. (2018). Maskoterapiia. V poshukakh lytsia [Mask therapy. In the search for face]. Vydavnytstvo "Lytahent Rydero".
19. Midhard A. Maskoterapiia [Mask therapy.]. *Visnyk psykholohii*. Retrieved from: <https://psychologyjournal.ru/stories/art-terapiya/maskoterapiya/> (accessed: 07.09.2022).
20. Popova G.V., Miloradova N.E. (2013). Algoritmy primeneniya metaforycheskikh asociativnykh kart v individualnom konsultirovanii [Algorithms for applying metaphorical associative cards in individual counseling]. Proceedings of the *Aktualni napriamky suchasnoi praktychnoi psykholohii i psykhoterapii* : materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii, pp. 57–60.
21. Andersen, S.B., Karstoft, K.I., Bertelsen, M., & Madsen, T. (2014). Latent trajectories of trauma symptoms and resilience: the 3-year longitudinal prospective USPER study of Danish veterans deployed in Afghanistan. *The Journal of clinical psychiatry*, № 75 (9), pp. 1001–1008.
22. Brooks, M., Graham-Kevan, N., Lowe, M., & Robinson, S. (2017). Rumination, event centrality, and perceived control as predictors of post-traumatic growth and distress: The Cognitive Growth and Stress model. *British Journal of Clinical Psychology*, № 56 (3), pp. 286–302.
23. Currie, S.L., Day, A., & Kelloway, E.K. (2011) Bringing the troops back home: Modeling the postdeployment reintegration experience. *Journal of occupational health psychology*, № 16 (1), pp. 38–47.
24. Linley, P.A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress* : Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies, № 17(1), pp. 11–21.
25. Luthans, F., Vogelgesang, G.R., & Lester, P.B. (2006) Developing the psychological capital of resiliency. *Human Resource Development Review*, № 5 (1), pp. 25–44.
26. Shastri, P.C. (2013) Resilience: Building immunity in psychiatry. *Indian Journal of Psychiatry*, № 55(3), pp. 224.
27. Melnyk O.V. (2019). Posttravmatychnе zrostannia ta rezylentna reintehratsiia uchasnykiv boiovykh dii na skhodi Ukrainy [Post-traumatic growth and resilient reintegration of combatants in eastern Ukraine]. *Psychological journal*, vol. 5, № 6, pp. 79–92.

СТАНОВЛЕННЯ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРАКТИКІВ: ДОСВІД ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ У МЕТОДІ КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ (СИМВОЛДРАМИ)

Литвиненко С. А.

*доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри практичної психології і психотерапії
Рівненський державний гуманітарний університет
вул. С. Бандери, 12, Рівне, Україна
orcid.org/0000-0002-7736-2152
sa.litv50@gmail.com*

Ямницький В. М.

*доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри практичної психології і психотерапії
Рівненський державний гуманітарний університет
вул. С. Бандери, 12, Рівне, Україна
orcid.org/0000-0002-1741-1303
Vade1908@gmail.com*

Ключові слова: професійний розвиток, емпірично обґрунтована модель розвитку консультанта/психотерапевта, психотерапія, консультування, супервізія.

У статті розглядається становлення допомагаючих практиків у методі кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами) з погляду емпірично обґрунтованої моделі розвитку консультанта/психотерапевта, представленої в сучасних зарубіжних дослідженнях. З'ясовано, що психотерапевтична освіта зарубіжних країн має освітні стандарти, які популяризують додаткове навчання у програмах вільної, неперервної освіти, що забезпечують можливості для супроводу постійного професійно-особистісного розвитку фахівців. Представлено метод кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами) як сучасний напрям психодинамічної, глибинно орієнтованої психотерапії, у якому використовується робота з уявою («сновидіннями наяву»). Виявлено, що символдрама володіє ефективною дидактичною системою підготовки фахівців, апробованою тривалим досвідом її реалізації у європейських країнах.

Охарактеризовано етапи професійного становлення допомагаючих практиків (непрофесійний помічник, студент-початківець, досвідчений студент, фахівець-початківець, досвідчений професіонал, старший професіонал) і висвітлено особливості професійного розвитку й формування професійної компетентності на різних етапах професійного зростання фахівців у методі кататимно-імагінативної психотерапії. Виявлено, що в загальному вигляді професійне становлення і розвиток допомагаючих практиків є безперервним процесом упродовж життя, що відбувається як рух від доконцептуального способу через професійно-особистісну ідентифікацію фахівців із певними теоретичними підходами до формування професійної діяльності, заснованої на набутій компетентності та власному досвіді. Трансформаційні зміни можуть відбуватися як повторювані цикли, відповідно до актуалізації окремих тем, появи нових запитів і труднощів, а процес розвитку професіонала може набувати нерівномірного характеру.

FORMATION OF HELPING PRACTITIONERS: EXPERIENCE OF TRAINING SPECIALISTS IN THE METHOD OF CATATHYMIC-IMAGINATIVE PSYCHOTHERAPY (SYMBOLDRAMA)

Lytvynenko S. A.

*Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Professor at the Department of Practical Psychology and Psychotherapy
Rivne State Humanities University
S. Bandery str., 12, Rivne, Ukraine
orcid.org/0000-0002-7736-2152
sa.litv50@gmail.com*

Yamnitsky V. M.

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Head of the Department of Practical Psychology and Psychotherapy
Rivne State Humanities University
S. Bandery str., 12, Rivne, Ukraine
orcid.org/0000-0002-1741-1303
Vade1908@gmail.com*

Key words: *professional development, empirically based model consultant/psychotherapist development, psychotherapy, counseling, supervision.*

The article covers the formation of helping practitioners in the method of catathymic-imaginative psychotherapy (symbol drama) according to an empirical approach. The justified model of consultant/psychotherapist development has been presented in modern foreign studies. It has been found that psychotherapeutic education in foreign countries is represented by educational standards. These standards popularize additional education with free continuous educational programs. It brings opportunities for accompanying permanent professional personal development of the specialists. The method of catathymic-imaginative psychotherapy (symbol drama) is presented as a modern direction of psychodynamic, deeply oriented psychotherapy, which uses work with imagination (“wake dreams”). It was found that the symbol drama has an effective didactic system of training specialists, tested by the long experience of its implementation in European countries.

Article represents stages of professional formation of helping practitioners: non-professional assistant, student beginner, experienced student, beginner specialist, experienced professional, senior professional. Article highlights the features of professional development and formation of professional competence at various stages professional growth of specialists in the method of catathymic-imagination psychotherapy. It has been found that professional formation and

the development of helping practitioners is a continuous process throughout the whole life. Professional formation and the development of helping practitioners is occurring as a movement from a preconceptual mode, through professional and personal identification of specialists, accompanied by certain theoretical approaches, towards the formation of professional activity based on the acquired competence and own experience. Transformational change can take place in repeated cycles, as certain topics are actualized, new requests and challenges appear, and the process of professional development can acquire uneven character.

Постановка проблеми. Соціальна значущість діяльності практичного психолога, розширення сфер його діяльності та масштабу професійних завдань у сучасних надскладних умовах становлення нашої держави висувають низку вимог до якості й особливостей професійної підготовки фахівців. Вивчення наукових джерел засвідчує, що більшість досліджень присвячено підготовці майбутніх фахівців (В. Бондар, О. Бурак, В. Панок та інші) і не досить висвітлюють особливості професійного розвитку допомагаючих практиків після завершення формального навчання [1–3]. Водночас загальновідомо, що значні зміни в багатьох аспектах професійної діяльності психологів відбуваються з досвідом практики.

Останніми десятиліттями сучасна вітчизняна психологічна теорія і практика підготовки та професійного розвитку допомагаючих практиків (психологів-консультантів і психотерапевтів) збагатилася новими ідеями і підходами, узагальненими в зарубіжних дослідженнях (D. Orlinsky, J. Botermans, M. Rønnestad, T. Skovholt та інші). Психотерапевтична освіта зарубіжних країн представлена освітніми моделями, які популяризують додаткове навчання із програмами вільної, неперервної освіти, що забезпечують можливості для супроводу постійного професійно-особистісного розвитку фахівців [4; 6; 8]. Така освіта безпосередньо пов'язана із самопізнанням, що передбачає навчальну психотерапію й опрацювання власного досвіду для особистісного набуття професійних навичок та формування професійно-особистісних якостей. Це відбувається в едукативному просторі формального навчання, участі в роботі супервізійних та інтервізійних груп, тематичних конференцій, неформальному спілкуванні у професійному середовищі. Важливими чинниками розвитку такого підходу в Україні є доступність відповідної освіти та підвищення кваліфікації в межах вітчизняних наукових і професійних спільнот, її теоретична та практична розробленість згідно з вітчизняними соціокультурними умовами. Розв'язання таких завдань зумовлює вивчення особливостей професійного розвитку та формування професійної компетентності допомагаючих практиків на різних етапах професійного зростання.

Метою статті виступило здійснення аналізу становлення допомагаючих практиків у методі кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами) з погляду емпірично обґрунтованої моделі розвитку консультанта/психотерапевта, розробленої в сучасних зарубіжних дослідженнях.

Результати дослідження. У середині 80-х рр. минулого століття було ініційовано міжнародні дослідження, що дозволили: емпірично обґрунтувати теорію поетапного становлення допомагаючих практиків з урахуванням наступності в часі,

систематично організованих змін і накопичення досвіду; вивчити закономірності та чинники професійного зростання фахівців. Так, до 2014 р. було опитано приблизно 12 тисяч фахівців (психологів-консультантів і психотерапевтів) із різним досвідом практики та різних модальностей психотерапії [5–9].

За результатами досліджень було обґрунтовано 6-етапну модель розвитку допомагаючих практиків, що охоплює такі етапи: непрофесійний помічник; студент-початківець (учень); досвідчений студент («стажер»); фахівець-початківець («юніор»); досвідчений професіонал («майстер»); старший професіонал («наставник», «сеньйор»). Охарактеризуємо виокремлені етапи більш докладно з позиції розвитку та змін у процесі професійного становлення консультантів і психотерапевтів за методом кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами).

Кататимно-імагінативна психотерапія (символдрама) – сучасний напрям психодинамічної, глибинно орієнтованої психотерапії, у якому використовується робота з уявою («сновидіннями наяву»). Появі методу як самостійного напрямку сучасної психотерапії передувала тривала клінічна та дослідницька робота німецького психотерапевта, доктора медицини, професора Ханскарла Льюйнера. Метафорично символдраму називають «психоаналізом за допомогою образів», що відображає сутність методу з використанням кататимних імагінацій (у формі супроводжуваного сновидіння наяву), які завдяки своїм образним, афективним і символічним якостям виступають своєрідним спонуканням для виникнення «декорацій» на уявній образній сцені. Засновником методу також було створено ефективну дидактичну систему підготовки фахівців, апробовану тривалим досвідом її реалізації в європейських країнах [4].

Підготовка фахівців за методом кататимно-імагінативної психотерапії у вітчизняному просторі здійснюється в межах діяльності Інституту розвитку символдрами та глибинної психотерапії (далі – ІРСГП), що забезпечує організацію навчання та сертифікацію фахівців у згаданому напрямі в регіональних осередках [1–3]. Успішне завершення ступеневого навчання, що охоплює теоретико-методичну підготовку, опанування концептуальними й інструментальними засадами методу та психіатричну пропедевтику, власний досвід психотерапії, самостійну психотерапевтичну практику під наглядом супервізора, участь у роботі супервізійних груп, а також проходження підсумкового колоквиуму у формі захисту дипломної роботи (іспиту) є підставою для отримання сертифіката психотерапевта за методом символдрами ІРСГП та включення до Реєстру психотера-

певтів з отриманням сертифіката УСП. Професійний розвиток сучасних допомагаючих практиків у методі зумовлений, з одного боку, потребами їх якісної підготовки, оптимізацією навчальних програм і супервізійного супроводу, а з іншого – зниженням ризиків вигорання, розчарування та негативних сценаріїв у роботі із клієнтами. До участі у програмах підготовки психотерапевтів і консультантів долучаються здобувачі вищої освіти за психологічними та медичними напрямками, а також практичні психологи та фахівці, що працюють у сфері соціальної роботи та реабілітації.

Згідно з вищезгаданою емпірично обґрунтованою моделлю розвитку допомагаючих практиків (M. Rønnestad, T. Skovholt та інші) початковим етапом професійного становлення фахівців будь-якої модальності визнано **етап непрофесійного помічника**. Досвід допрофесійної допомоги знайомий практикам із різних ролей (друг чи колега, мама/батько й дитина тощо). Зазвичай непрофесійний помічник швидко визначає проблему, надає емоційну підтримку, вдається до порад і пропонує готові рішення. Водночас виходить із власного досвіду та міркувань у розумінні допомоги («знання» того, як потрібно чи краще). Для «помічника» характерна надмірна ідентифікація з тим, кому він намагається допомогти, упевненість у правоті та демонстрація власної переваги в «істинності» поглядів, підсилена бажанням давати переконливі поради. На відміну від «життєвської», професійна емпатія, як інструмент, дозволяє фахівцю регулювати емоційне залучення, приймання системи поглядів клієнта («ніби власна»), і водночас передбачає не лише ідентифікацію, але й диференціацію переживань (вихід у рефлексивну позицію).

«Непрофесійний» помічник почувається досить упевнено порівняно з тими, хто вже розпочав психологічне/психотерапевтичне навчання. Помічено, що фахівці, які позиціонують себе «експертами» та «просунутими професіоналами», здатні «застрягати» на «допрофесійному» рівні.

Студенти-початківці зазвичай ознайомлюються з методом символдрами на відкритих майстернях чи конференціях, через публікації в наукових і популярних психологічних виданнях та інтернет-ресурсах. Вони вмотивовані до професійного навчання, яке видається захоплюючим, хоча і складним. У процесі вивчення концептуальних та інструментальних засад методу, теорії психоаналізу та глибинно орієнтованої психології, психіатричної пропедевтики починають усвідомлювати, що досвід, заснований на концепціях і стратегіях «допрофесійної» допомоги втрачає значущість у разі переходу до нової та невідомої професійної позиції. У зв'язку з цим актуалізуються сумніви та питання профпридатності (чи

володію я особистими якостями, необхідними для такої роботи; чи зможу завершити навчання в методі; чи досить у мене ресурсів для подолання розриву між теорією та практикою тощо).

Підтримує та надихає до пізнання, слугує надійною опорою в русі до професійного зростання: поступове опанування обраного методу, який у процесі навчання змістово й інструментально доповнюється й удосконалюється; приналежність до професійного співтовариства, спілкування з наставниками та колегами; початок власної практики. Студенти-початківці, з одного боку, усвідомлюють, що становлення професійної майстерності триває упродовж багатьох років, а з іншого – захоплені пошуком прискорення цього процесу через наслідування певних технік і моделей. Великий вплив у цей період мають викладачі як взірці для ідентифікації. У зв'язку із цим початківці особливо цінують підтримку і заохочення більш досвідчених представників професії.

На цьому етапі відбувається надмірна ідентифікація з методом, певною моделлю чи досвідченими практиками. Гострота переживання «синдрому самозванця» контрастує з майстерністю досвідчених консультантів і психотерапевтів. Студенти намагаються дізнатися про дії експертів-практиків, що останні думають і відчують, наслідувати та відтворити їхній досвід у власній роботі. Перший досвід роботи із клієнтами супроводжується значною тривогою, що ускладнює зосередження уваги на процесі. Виявлено, що на даному етапі професійному зростанню сприяють: відкрите ставлення до труднощів професійної роботи та готовність вкладатися у власне зростання за підтримки старших колег; приналежність до професійного співтовариства, спілкування з наставниками та колегами; власний досвід як клієнта та початок практики [5–7].

Етап досвідченого студента («стажер»). Наприкінці ступеневого навчання в методі студенти розпочинають власну практику із супервізорським супроводом. Завдання цього етапу – навчитися працювати на базовому професійному рівні, з дотриманням основоположних принципів, технік і правил роботи. Стажери усвідомлюють вплив професійного навчання, коли порівнюють власний професійний рівень із компетенцією студентів-початківців, однак ще не почуваються досить упевнено у власній практиці. На відміну від терапевтичної роботи досвідчених фахівців, у стажерській терапевтичній взаємодії втрачаються природна спонтанність і обґрунтована ризиковість. Часто початківці прагнуть до професійно «ідеальної версії себе» згідно із власними «високими стандартами» чи «виняткової місії й відповідальності за все». «Стажерам» властива вразливість до оцінок і завищені очікування,

постійні сумніви й орієнтація на результат, страх помилок і професійної непридатності тощо.

Важливим досвідом подальшого навчання є моделювання терапевтичних сесій, протагоністські сеанси, спостереження за роботою професіоналів і супервізія власної практики. Хоча у студентів зберігається зовнішня спрямованість на пропонувані викладачами моделі та взірці, однак посилюється їхня внутрішня орієнтація з опорою на сформовану рефлексивну позицію. Стажери здатні більш критично оцінювати роботу різних фахівців, з'являється глибше усвідомлення особистісного впливу на психотерапевтичний процес, власних ресурсів і обмежень.

Етап новачка-професіонала («юніор») припадає на перші роки після закінчення навчання в методі. Цей період більшістю консультантів/психотерапевтів сприймається як напружений, але захоплюючий. З'являється почуття свободи й утвердження самостійності у процесі апробації набутих знань, їх опрацювання на концептуальному та практичному рівнях, усвідомлення того, що «робочим інструментом» постає особистість допомагаючого практика. Водночас професійні труднощі, брак досвіду та компетентності можуть зумовлювати загострення «синдрому самозванця», що провокує бажання змін теоретичної орієнтації та практичних методів, відмови від практики та професії. Можуть слугувати стимулом до цього негативні відгуки клієнтів, колег і супервізорів. Часто пережитий професійний і життєвий досвід спонукає до поновлення власної психотерапії, яка відрізняється від особистої навчальної терапії як обов'язкової вимоги терапевтичної культури. Подальше професійне зростання визначається зверненням до більш глибокого самодослідження з опорою на професійне середовище. Поступово відбувається інтеграція особистісних і професійних аспектів діяльності допомагаючого практика у прояві більш природності та невимуженості в побудові терапевтичних стосунків.

Досвідчений професіонал («майстер»). На даному етапі досвід роботи терапевта за методом символдрами в різному форматі із широким колом клієнтів сягає понад 5 років. Завдання професійного розвитку полягає у формуванні власного стилю роботи згідно з індивідуальними особливостями консультанта/психотерапевта. Допомагаючі практики почуваються компетентними, максимально включеними у психотерапевтичний процес, усвідомлюють значущість терапевтичних стосунків і альянсу в роботі із клієнтами. На сеансах працюють гнучко, творчо й індивідуально, не бояться конфронтації. Досвідченим практикам властива більш реалістична постановка цілей роботи, усвідомлення ресурсів і обмежень, розуміння розділеної відповідальності й оптимального

рівня залучення в роботу, виходу з терапевтичної взаємодії з кожним клієнтом. Професіонали здатні краще відчувати особисті межі та вибудовувати терапевтичний альянс, усвідомлювати труднощі та знаходити способи їх подолання в роботі. Допомагаючі практики відзначають цінність пізнання людської особистості через безпосередній досвід взаємодії та спілкування із клієнтами, а також через професійну та художню літературу, кінематограф і театральне мистецтво.

Етап старшого професіонала («наставник», «сеньйор»). На цьому етапі допомагаючі практики є визнаними професіоналами в методі, добре відомими у професійному співтоваристві. Деякі наближаються до цього статусу в середині свого професійного становлення (фахівці зі стажем понад 15 років віком 40–50 років), а більшість досягає цього етапу у професії у віці за 50 років. Водночас професіонали-наставники продовжують практикувати тривалий час, минаючи пенсійний вік.

Набутий упродовж багатьох років досвід роботи з великою кількістю клієнтів забезпечує розвиток власної майстерності та професіоналізму, відкриває глибинне розуміння процесу терапевтичних змін. Це додає більшої впевненості у своїй професійній позиції, сприяє розвитку мудрості та формуванню власних професійно-особистісних цінностей і смислів. На думку дослідників, становлення професійної майстерності підкріплюється опануванням «нарцисичної вразливості», інтегрованої в особистий досвід практика [9]. Тим самим опанування професійної майстерності, з одного боку, постає як набуття впевненості та компетентності, а з іншого – як рух до більшої реалістичності, прояву відкритості, щирості та скромності.

Помітними ризиками для старших професіоналів є занепокоєння щодо погіршення власного здоров'я та здоров'я близьких, відчуття зниження енергії й очевидних обмежень у подальшій діяльності; інтелектуальна апатія та нудьга, відчуття того, що будь-яких значних нових відкриттів у цій галузі не буде. На цьому етапі багато консультантів і психотерапевтів глибоко переживають стрімкість змін традиційних форм сетингу (наприклад, зміни кабінету на онлайн-площадку тощо), традицій і способів функціонування професійних співтовариств, розбіжності ціннісних орієнтацій та інтересів молодих і старших поколінь практиків. Однак дослідження доводять, що більшості наставників вдається впоратися з подібними переживаннями, а тому вони, як і раніше, відчувають задоволення від практики та зберігають наснагу, дослідницький інтерес і прагнення до професійного вдосконалення [9].

Висновки. Отже, у загальному вигляді професійне становлення і розвиток допомагаючих

практиків є безперервним процесом удосконалення життя, що відбувається як рух від доконцептуального способу через професійно-особистісну ідентифікацію фахівців з певними теоретичними підходами до формування професійної діяльності, заснованої на набутій компетентності та власному досвіді. Водночас трансформаційні зміни можуть відбуватися як повторювані цикли, відповідно до актуалізації певних тем, появи нових запитів і труднощів, а процес розвитку професіонала може набувати нерівномірного характеру. Підтримуюче професійне середовище надає можливості для ступеневого професійного навчання (відвідування семінарів або курсів), практики супервізії й участі в кон-

ференціях, взаємодії з авторитетами та наставниками, неформального спілкування з колегами та професійними спільнотами, що сприяє розвитку рефлексії як професійного інструменту студентів і практиків і забезпечує осмислення та глибоке розуміння процесуальних аспектів і особливостей психотерапевтичних стосунків. Вагомими чинниками професійного розвитку допомагаючих практиків постають: робота із клієнтами, практика супервізії й особиста психотерапія. Перспективу подальших досліджень убачаємо в розробленні теоретико-методичних засад і програм підготовки фахівців з урахуванням емпірично обґрунтованої в зарубіжних дослідженнях моделі розвитку консультанта/ психотерапевта.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бондар В. Сучасні проблеми професійної підготовки практикуючого психолога. *Професійна підготовка практичного психолога: теорія і практика*. 2011. Вип. 1. С. 3–14.
2. Бурак О. Концепція холистичної освіти у процесі формуванні цілісної особистості постмодерну. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика*. 2015. № 3. С. 52–56.
3. Панок В. Практична психологія. Теоретико-методологічні засади розвитку : монографія. Чернівці : Технодрук, 2010. 486 с.
4. Ульман Г. Вступ до кататимно-імагінативної психотерапії. Жовква : Місіонер, 2020. 140 с.
5. Orlinsky D.E. An Empirically Grounded Theory of Psychotherapist Development. *Presented to the Norwegian Psychological Association Congress in Oslo on September 5, 2014*.
6. Towards an empirically-grounded model of psychotherapy training: Five thousand therapists rate influences on their development / D.E. Orlinsky et al. *Australian Psychologist*. № 36. P. 139–148.
7. Rønnestad M.H., Skovholt T.M. Learning arenas for professional development: Retrospective accounts of senior psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*. № 32. P. 181–187.
8. Rønnestad M.H., Skovholt T.M. *The Developing Practitioner: Growth and Stagnation of Therapists and Counselors*. New York : Routledge, 2013.
9. Skovholt T.M., Jennings L.J. *Master therapists: Exploring expertise in therapy and counseling*. Boston : Allyn & Bacon, 2004.

REFERENCES

1. Bondar V.I. (2011). Suchasni problemy profesiinoi pidhotovky praktykuiuchoho psykholoha [Tekst] / V.I. Bondar, Yu.O. Prykhodko [Profesiina pidhotovka praktychnoho psykholoha: teoriia i praktyka.] Vypusk 1. K. : NPU imeni M.P. Drahomanova, pp. 3–14 (in Ukrainian).
2. Burak O.S. (2015). Kontseptsiiia kholistychnoi osvity u protsesi formuvanni tsilisnoi osobystosti postmodernu. *Neperervna profesiina osvita: teoriia i praktyka*, № 3, pp. 52–56 (in Ukrainian).
3. Panok V.H. (2010). Praktychna psykholohiia [Teoretyko-metodolohichni zasady rozvytku : monohr.] / V.H. Panok. Chernivtsi : Tekhnodruk (in Ukrainian).
4. Ulman, G. (2020). Vstup do katatimno-ImagInativnoYi psihoterapIYi [Introduction to Guided Affective Imagery]. Zhovkva : Misioner (in Ukrainian).
5. Orlinsky D.E. (2016). An Empirically Grounded Theory of Psychotherapist Development//*Presented to the Norwegian Psychological Association Congress in Oslo on September 5, 2016*, pp. 172–176.
6. Orlinsky D.E., Botermans J.-F. & Rønnestad M.H. (2015). Towards an empirically-grounded model of psychotherapy training: Five thousand therapists rate influences on their development. *Australian Psychologist*. 36, pp. 139–148.
7. Rønnestad M.H., Skovholt T.M. (2010). Learning arenas for professional development: Retrospective accounts of senior psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 32, pp. 181–187.
8. Rønnestad M.H., & Skovholt T.M. (2013). *The Developing Practitioner: Growth and Stagnation of Therapists and Counselors*. New York : Routledge.
9. Skovholt T.M. & Jennings L.J. (Eds.) (2004). *Master therapists: Exploring expertise in therapy and counseling*. Boston : Allyn & Bacon.

ОСОБЛИВОСТІ СПРЯМОВАНOSTІ ЕМОЦІЙНОЇ РЕАКЦІЇ НА ЕКСТРЕМАЛЬНІ ОБСТАВИНИ ЖИТТЯ

Мартинюк Ю. О.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної психології
та психології розвитку особистості
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
вул. Дворянська 2, Одеса, Україна
orcid.org/0000-0001-5246-848X
qerida28@gmail.com*

Толмачевська В. О.

*здобувач ступеня доктора філософії
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
вул. Дворянська 2, Одеса, Україна
orcid.org/0000-0002-8027-2473
tolmachevska@gmail.com*

Ключові слова: *емоційна спрямованість, емоційна реакція, експресія, стрес, предиктори, механізми захисту.*

У статті концептуалізовано проблематику вивчення феномену емоційної сфери й емоційних станів особистості. Узагальнений зміст наукових понять, які розкривають проблему емоційної експресії, розширено наукові уявлення про вплив емоційної експресії на реакції на екстремальні обставини життя. Проаналізовано вивчення особливостей поведінки людини в ситуаціях фрустрації та розглянуті особливості прояву екстрапунітивної, інтропунітивної й імпульсивної емоційної реакції особистості. Показана ймовірність прояву певного рівня соматичних, поведінкових і емоційних складових частин стресу в ситуації війни через дослідження особливостей спрямованості емоційних реакцій. Установлено, що особистості, які демонструють низькі показники стресу, мають імпульсивну направленість емоційної реакції, тоді як особистостям із середнім рівнем стресу притаманні емоційні реакції інтропунітивного напрямку. Виявлено прямий кореляційний взаємозв'язок між високим рівнем стресу й екстрапунітивним напрямом емоційних реакцій. Були виявлені основні предиктори формування представлених емоційних реакцій, а як результат – наявність відповідної реакції на довгострокові стресові ситуації. У статті показано, що екстрапунітивна спрямованість емоційної реакції детермінується такими чинниками, як когнітивно-афективний компонент депресії та занижений рівень самопочуття, активності та настрою за високого рівня схильності використовувати такий захисний механізм, як проєкція. Установлено, що предиктором інтрапунітивної спрямованості є високий рівень деперсоналізації, високий рівень агресивності у відносинах і депресія, знижений настрій. Установлено такі предиктори імпульсивної спрямованості емоційної реакції: низькі показники за шкалою нейротизму, соматичні прояви депресії та вміння розпізнавати емоції інших людей.

PECULIARITIES OF EMOTIONAL REACTION TO EXTREME CIRCUMSTANCES OF LIFE

Martyniuk Y. O.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of General Psychology
and Psychology of Personality Development
I. I. Mechnikov Odesa National University
Dvoranska str., 2, Odesa, Ukraine
orcid.org/0000-0001-5246-848X
qerida28@gmail.com*

Tolmachevska V. O.

*Higher Education Applicant of the Degree of Doctor of Philosophy
I. I. Mechnikov Odesa National University
Dvoranska str., 2, Odesa, Ukraine
orcid.org/0000-0002-8027-2473
tolmachevska@gmail.com*

Key words: *emotional orientation, emotional reaction, expression, stress, predictors, defense mechanisms.*

The article conceptualizes the problems of studying the phenomenon of the emotional sphere and emotional states of the individual. The content of scientific concepts that reveal the problem of emotional expression is generalized, scientific ideas about the influence of emotional expression on reactions to extreme circumstances of life are expanded. The study of the peculiarities of human behavior in situations of frustration is analyzed and the peculiarities of the manifestation of extrapunitive, introspective and impunitive emotional reactions of the individual are considered. The probability of manifestation of a certain level of somatic, behavioral and emotional components of stress in a situation of war is shown by studying the peculiarities of the direction of emotional reactions. It is established that individuals who demonstrate low levels of stress during the war have an impunitive orientation of emotional reactions, while individuals with an average level of stress are characterized by introspective emotional reactions. It was found that there is a direct correlation between high levels of stress and extrapunitive direction of emotional reactions. The main predictors of the formation of the presented emotional reactions and, as a result, the presence of an appropriate response to long-term stressful situations were identified. The article shows that the extrapunitive orientation of emotional reactions is determined by such factors as the cognitive-affective component of depression and a low level of well-being, activity and mood with a high level of propensity to use such a protective mechanism as projection. It was found that the predictor of intrapunitive orientation is a high level of depersonalization, a high level of aggression in relationships and depression, low level of mood. The following predictors of the impunitive orientation of emotional reaction were found: low scores on the scale of neuroticism, somatic manifestations of depression and the ability to recognize the emotions of others.

Постановка проблеми. Проблема збереження фізіологічного та психологічного здоров'я людей, які піддавалися впливу чинників екстремальних ситуацій, останнім часом привертає увагу значної частини дослідників. Щороку десятки

та сотні тисяч осіб стають жертвами різних природних, технологічних і соціальних катастроф. Сучасні дослідження затверджують той факт, що найбільш травматичною для психіки особистості є війна, оскільки вона спричиняє багато жакливих

ситуацій, що завдають шкоди як окремій людині, так і цілій нації, усьому суспільству. Це пов'язано також з тим, що, з одного боку, є щоденна, інтенсивна й емоційно напружена взаємодія, необхідність залучення до проблем інших людей; з іншого боку – тиск певних соціальних норм, які приписують жорсткі стереотипи емоційного реагування [9].

Проте дотепер немає загальноприйнятої концепції, що дозволяє пояснити причини, що викликають стійкі порушення психічного і соматичного здоров'я більшості осіб, які піддалися впливу чинників різних екстремальних ситуацій, але явним залишається одне – психологічні особливості особистості відіграють важливу роль у формуванні різноманітних психічних і соматичних порушень.

До таких особливостей можна віднести особливості емоційної сфери особистості, а як наслідок – наявність певних емоційних реакцій на стан стресу й особливо дистресу. Оскільки дистрес спричиняється тривалим переживанням стресового стану внаслідок постійної дії проблемного чи небезпечного чинника (війна), це призводить до збереження психофізіологічного напруження навіть після усунення загрози; людина переживає психофізіологічне напруження, яке може не відповідати ступеню загрози.

Беручи до уваги вищезазначене, метою дослідження є встановлення взаємозв'язку між спрямованістю емоційної реакції, її предикторами та феноменологічною структурою переживання стресу. Основні завдання дослідження такі:

1. Провести теоретичний аналіз проблеми емоційної експресії.

2. Визначити основні предиктори формування певної спрямованості емоційної реакції.

3. Виявити взаємозв'язок між спрямованістю емоційної реакції та переживаннями стресу.

Так, Н. Родіна зазначає, що емоції й емоційні реакції ситуативно зумовлені, тобто мають соціальну складову частину. На думку вченої, виражений фізіологічний дискомфорт або почуття тривоги в ситуації ізоляції або агресії (наслідки війни) призводить до розчарування, фантазійного або псевдологічного експресивного реагування, до нездатності прийняти реальні обставини [6].

Зауважимо, що С. Розенцвейг у дослідженні емоційних реакцій людини виходив із того, що вони мають деякі особливості, які будуть виражатися у відповідній поведінці людини в непередбачуваній ситуації; які впливають на те, як людиною переносяться конфліктні ситуації, перешкоди та труднощі на шляху до мети. Учений класифікував ці реакції у трьох напрямках [8], як-от:

1. Екстрапунітивний напрям – емоційне реагування в досліджуваних проявляється ослабле-

ним контролем емоцій, основна реакція – агресія, направлена на інших.

2. Інтропунітивний напрям емоційне реагування в цієї групи проявляється жорстким контролем над проявом емоцій, основна реакція – депресія, направлена на себе переживання.

3. Імпунітивний напрям – емоційне реагування проявляється адаптивним контролем емоцій, реакція – нейтральна, уміння переживати й асертивно проявляти емоції [8].

Проведені теоретичні дослідження, особливо аналіз праці Elisabeth Kübler-Ross, дозволили виділити такі емоційні реакції на тяжкі події (на екстремальні обставини життя) [4].

Людина, що відчуває розгубленість, заціпеніння, дезорганізацію та безпорадність, може реагувати на тяжкі обставини шоком і запереченням. У когось формується уявлення про те, що, якщо дуже постараться, навколишня ситуація дивовижним чином покращиться.

Згідно з вищезазначеним, В. Долгова наголошувала на тому, що люди використовують механізми психологічного захисту для подолання зовнішніх і внутрішніх аспектів стресу та стресорів, які постійно зростають в екстремальних ситуаціях життя [3].

Ще однією емоційною реакцією на тяжкі обставини (зовнішні та внутрішні чинники) є гнів або агресія. До групи зовнішніх чинників відносять: велике скупчення людей (бомбосховища, евакуаційні заходи тощо), зазіхання на особистий простір, виникнення стресової ситуації, вплив культурних чинників, вороже соціальне середовище, вид і характер соціальних, економічних і політичних відносин, у яких переважає провокація, оцінка іншими людьми тощо, що є наслідками війни. До групи внутрішніх чинників входять: виражене фізичне та психічне стомлення, незадоволеність власною діяльністю, дискомфорт, страх, сором, біль, фрустрація [5].

Тяжкість депресії як виду емоційної реакції на екстремальні обставини життя залежить від того, як людина інтерпретує власний стан, від її здатності справлятися із труднощами.

Р. Сапольскі показує взаємозв'язок стресу з депресією, оскільки тривале перебування у стресовому стані призводить спочатку до постійно зниженого самопочуття, як наслідок – до депресії. На думку вченого, у стані стресу закріплюються прояви нестійкого настрою, іноді з ознаками депресії, виникає підвищена втомлюваність, прагнення викликати до себе співчуття, що можуть бути пов'язані з емоційним виснаженням [1].

Водночас емоційне виснаження розглядається як душевна незадоволеність, пригніченість особистості, спричинена будь-якими обставинами [2].

Т. Титаренко [7] виділяла такі види дисгармонійних реакцій особистості в екстремальних

ситуаціях: емоційну дисгармонійну реакцію, що передбачає відсутність емоційної стабільності; когнітивну дисгармонійну реакцію, що пов'язана з неточною, некоректною і часом неправильною оцінкою, сприйняттям і розумінням ситуації; комунікативну дисгармонійну реакцію, що передбачає неузгодженість комунікативних позицій і каналів передачі інформації й утворення комунікативних бар'єрів; дисгармонійну реакцію, яка пов'язана з тим, що людина не здатна прийняти тяжку реальність, крах мрій або невизначеність майбутнього; рольову дисгармонійну реакцію, яка пов'язана з різними, незбіжними очікуваннями людей стосовно один одного.

Поворотний пункт процесу адаптації до тяжких умов навколо – це здатність адекватно сприймати об'єктивну реальність. В екстремальних ситуаціях життя складно зберігати стабільний психологічний стан, однак важливо пам'ятати, що це нормальні відчуття в таких умовах.

Результати дослідження. Дослідницька робота проводилась із жінками та чоловіками віком від 25 до 45 років, які не покидали країну з початку війни. Перед проведенням дослідження з респондентами застосовувався метод бесіди для уточнення інформації стосовно їхнього загального стану та реакцій на всі події, що відбуваються в Україні. Даний збір анамнезу дозволив розкрити специфіку впливу воєнного стану на емоційний стан досліджуваних.

Отже, проведене дослідження дозволило встановити кореляційні взаємозв'язки між спрямованістю емоційної реакції та феноменологічною структурою переживання стресу.

Установлено, що екстрапунітивна спрямованість реакції детермінується такими чинниками, як: когнітивно-афективна субшкала депресії (Beta = 0,480; t = 4,887; p = 0,000), депресія (Beta = 0,271; t = 0,037) та занижений рівень самопочуття (Beta = -0,800; t = -5,689; p = 0,001), активності (Beta = -0,271; t = -2,011; p = 0,037) і настрою (Beta = -0,637; t = -4,372; p = 0,000). Отже, у стані депресії з когнітивно-афективними симптомами в разі пригніченості настрою, низької активності та поганого самопочуття виразно виділяється, підкреслюється наявність фрустраційно-екстремальних обставин, вагомої перешкоди для життєдіяльності. Предикторами цієї залежної змінної виступили низькі показники заперечення (Beta = -0,398; t = -4,394; p = 0,000) і високі показники проєктивної реакції (Beta = 0,299; t = 3,308; p = 0,001). Отже, респонденти, які усвідомлюють, що якась подія відбулась або досі відбувається, але водночас схильні приписувати, нав'язувати іншим власні думки, почуття, мотиви, якості характеру тощо, не відчують залученості в ці події, як наслідок – у них проявляються суто емоційні реакції екстрапунітивної спрямованості.

Предиктором інтрапунітивної спрямованості є низький рівень примітивного механізму захисту, регресія (Beta = -0,344; t = -3,607; p = 0,000), тобто респонденти, які в екстремальних ситуаціях життя не можуть повернутися на попередню або менш зрілу стадію розвитку почуттів і поведінки, занадто контролюють власні емоції, загалом їхня емоційна реакція спрямована на себе, тому вони можуть впасти у стан депресії або перебувати у пригніченому настрої. Детермінуючий вплив на інтрапунітивну реакцію також надають змінні «деперсоналізація» (Beta = 0,417; t = 3,725; p = 0,000), низький рівень емоційного виснаження (Beta = -0,286; t = -2,50;). Отже, респонденти, які емоційно відстороненні, байдужі, формально виконують різноманітні обов'язки без особистісної включеності та співпереживання, а в окремих випадках демонструють негативізм і цинічне ставлення, під час ситуації довгострокового стресу не схильні до емоційної виснаженості, але їм притаманні емоційні реакції інтрапунітивної спрямованості.

Виявлено, що детермінуючий вплив на інтрапунітивну реакцію надають такі змінні, як: високий рівень агресивності у відносинах (Beta = 0,361; t = 4,091; p = 0,000) і депресія (Beta = 0,264; t = 2,600; p = 0,010), знижений настрій (Beta = 0,426; t = 4,286; p = 0,000). Отже, за наявності постійно поганого настрою, у стані депресії та в напружених стосунках з оточенням у вигляді агресивних випадів щодо інших респонденти в екстремальних ситуаціях життя заперечують будь-яку відповідальність, посилюючись на пом'якшувальні обставини.

Установлено такі предиктори імпульсивної спрямованості емоційної реакції: низькі показники за шкалою «нейротизм» (Beta = -0,274; t = -2,213; p = 0,029) та когнітивно-афективною субшкалою депресії (Beta = -0,521; t = -4,200; p = 0,000), високий рівень соматичних проявів депресії (Beta = 0,358; t = 3,010; p = 0,003), уміння розпізнавати емоції інших людей (Beta = 0,348; p = 0,000), високий рівень самомотивації (Beta = 0,702; t = 7,068; p = 0,000). Отже, у респондентів з імпульсивною спрямованістю емоційної реакції виражена зрілість, відмінна адаптація, відсутнє занепокоєння, але придушені емоції та переживання можуть проявлятися в соматичних проявах депресії.

Установлено, що між низьким рівнем стресу й імпульсивною направленістю емоційної реакції наявний прямий кореляційний взаємозв'язок (r = 0,44; p > 0,05), тобто респонденти, які характеризуються нейтральною емоційною експресією, що проявляється в адаптивному контролі емоцій, у вмінні переживати й асертивно проявляти емоції, мають також добре розвинену здатність адаптуватися до екстремальних стресових умов життя.

Водночас виявлено зворотний кореляційний взаємозв'язок між низьким рівнем стресу й екстрапунітивним та інтропунітивним напрямом емоційних реакцій ($r = -0,524$ та $r = -0,75$, $p < 0,01$), тобто респонденти, які демонструють стан психологічної адаптивності до екстремальних стресових умов життя, проявляють здатність контролювати власні емоційні реакції, як наслідок – не схильні до спрямованих на інших неконтрольованих проявів агресії. Водночас такі респонденти мають досить реалістичні уявлення про рівень навантаження і власних можливостей, тому не намагаються занадто контролювати власні емоції, тому що в довгострокових стресових ситуаціях це може призвести до депресії або аутоагресії.

Дані дослідження продемонстрували, що між середнім рівнем стресу й інтропунітивним напрямом емоційних реакцій наявний прямий кореляційний взаємозв'язок ($r = 0,58$; $p > 0,01$), тобто респонденти схильні адаптуватися до деяких змін або обставин, які не потребують швидкої адаптації, проте у глобальних і в тяжких умовах життя схильні впадати в депресію або перебувати у пригніченому стані, переживаючи все всередині.

Виявлено прямий кореляційний взаємозв'язок між високим рівнем стресу й екстрапунітивним напрямом емоційних реакцій ($r = 0,73$; $p > 0,01$), тобто респонденти, які перебувають у стані дезадаптації та психічного дискомфорту, нервово-психічної напруженості, характеризуються активною формою емоційної експресії, найчастіше у вигляді агресії, спрямованої на інших.

Зауважимо, що зворотний кореляційний взаємозв'язок виявлено між високим рівнем стресу й імпульсивною направленістю емоційної реакції ($r = 0,39$; $p > 0,05$), тобто респонденти, емоційне реагування яких проявляється в адаптивному контролі власних емоцій, реакція яких нейтральна, які вміють переживати й асертивно проявляти емоції, не мають поведінкових, соматичних і емоційних складових частин нервово-психічної напруженості та психічного дискомфорту.

Отже, дослідження особливостей спрямованості емоційних реакцій і їх предикторів надає можливість виявити ймовірність прояву певного рівня соматичних, поведінкових і емоційних складників стресу в екстремальних ситуаціях життя.

Висновки. Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів поставленої проблеми. Перспективним убачається подальше вивчення феномену емоційної експресії й особливостей емоційних реакцій особистості, які будуть виражатися у відповідній поведінці в конфліктній, напруженій ситуації, у ситуації перешкоди та в разі труднощів на шляху до мети в таких ситуаціях. Також вивчення особливостей емоційних реакцій і їх спрямованості в рамках групового та культурального рівня, а також у розрізі дослідження емоційної спрямованості та реакцій у представників професій, які перебувають в епіцентрі екстремальних ситуацій. Важливий аналіз мотиваційної сфери військовослужбовців, медиків, психологів, співробітників центрів соціальної допомоги в розрізі емоційної експресії й емоційної компетентності, що сприятиме розширенню та систематизації наукових знань у ракурсі вивчення проблеми дослідження.

ЛІТЕРАТУРА

1. Когнитивная терапия депрессии / А. Бек и др. 2003. 304 с.
2. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика : практическое пособие. 3-е изд., испр. и доп. URL: <https://iknigi.net/avtor-nataliya-vodopyanova/19968-sindrom-vygoraniya-nataliya-vodopyanova/read/page-1.html>
3. Довгая В., Перельгина О. Об особенностях развития эмоциональной сферы. *Дошкольное воспитание*. 2007. № 12. С. 45–50.
4. Мартынюк Ю. Проблема эмоциональных состояний личности в психологической науке. *Вісник Одеського національного університету*. 2017. Т. 22. Вип. 1 (43). С. 136–144.
5. Реан А., Коломинский Я. Соціалізація агресії. URL: <https://docs.exdat.com/docs/index-59604.html?page=7>
6. Родіна Н. Психологія стресу, копінг-поведінки і здоров'я : навчально-методичний посібник для студентів ВНЗ III–IV рівнів акредитації. Одес. нац. ун-т ім. І.І. Мечникова. Донецьк : Східний видавничий дім, 2015. 164 с.
7. Титаренко Т. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
8. Толмачевська В. Аналіз складових емоційної експресії. Соціальна психологія сьогодні: здобутки і перспективи : тези доповідей II Всеукраїнського конгресу із соціальної психології, м. Київ, 2019 р. Київ, 2019. С. 357–359.
9. Юрченко В. Психічні стани людини: системний опис. Рівне, 2006. 574 с.

REFERENCES

1. Bek A., Rash A., Sho B., Emeri G. (2003). *Kognitivnaya terapiya depressii*. [Cognitive therapy for depression]. 304 s. [in Russian].
2. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E.S. Sindrom vygoraniya [Burnout syndrome]. Diagnostika i profilaktika : prakt. posobie. 3-e izd., ispr. i dop. URL: <https://iknigi.net/avtor-nataliya-vodopyanova/19968-sindrom-vygoraniya-nataliya-vodopyanova/read/page-1.html> [in Russian].
3. Dovgaya V.I., Perelygina O. (2007). Ob osobennostyah razvitiya emocional'noj sfery. [On the peculiarities of the development of the emotional sphere]. *Doshkol'noe vospitanie*. № 12. S. 45–50 [in Russian].
4. Martynyuk Yu.A. (2017). Problema emocional'nyh sostoyanij lichnosti v psihologicheskoy nauke [The problem of personal emotional states in psychological science]. *Visnik ONU*. Tom 22. Vipusk 1(43). S. 136–144 [in Russian].
5. Rean A.A., Kolominskij Ya.L. Socializaciya agresii [Socialization of aggression]. URL: <https://docs.exdat.com/docs/index-59604.html?page=7> [in Russian].
6. Rodina N.V. (2015). Psihologiya stresu, koping-povedinki i zdorov'ya: navch.-metod. posib. dlya studentiv VNZ III–IV rivniv akreditacii [Psychology of Stress, Coping Behaviour and Health: Study guide for students of universities of III–IV accreditation levels]. Odes. nac. un-t im. I.I. Mechnikova. Donec'k : Skhidnij vidavnicij dim, 164 s. [in Ukrainian].
7. Titarenko T.M. (2003). Zhittevij svit osobistosti: u mezhah i za mezhami budennosti [The life world of personality: within and beyond the ordinary]. Kyiv : Libid'. 376 s. [in Ukrainian].
8. Tolmachevs'ka V.O. (2019). Analiz skladovih emocijnoyi ekspresiyi [Analysis of components of emotional expression]. Tezi dop. II Vseukrayins'kogo kongresu iz social'noyi psihologiyi "Social'na psihologiya s'ogodni: zdobutki i perspektivi", m. Kyiv. S. 357–359 [in Ukrainian].
9. Yurchenko V.M. (2006). Psihichni stani lyudini: sistemnij opis [Mental states of a person: system description]. Rivne, 574 s. [in Ukrainian].

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВАГІТНИХ ЖІНОК ПІД ЧАС ВІЙНИ

Мілютіна К. Л.

*доктор психологічних наук,
професор кафедри психології розвитку
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
просп. Академіка Глушкова, 2А, Київ, Україна
orcid.org/0000-0003-0013-2989
katerinamilutina1963@gmail.com*

Макарук К. М.

*студентка
Інститут післядипломної освіти
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
вул. Васильківська, 36, Київ, Україна
orcid.org/0000-0003-3111-074X
makaruk503@gmail.com*

Ключові слова: *емоційний стан, вагітність, тривога, гестаційна домінанта, соціальна підтримка.*

Збройні конфлікти є надзвичайно стресовою подією та несуть не тільки соціально-економічні проблеми, а й негативні наслідки для соматичного та психічного здоров'я людей. Натепер через війну практично все населення України опинилося у стресових умовах. Але, на нашу думку, умови війни будуть мати особливо негативний вплив на рівень тривожності та психологічне благополуччя саме вагітних жінок. Оскільки стан вагітності сам собою, навіть за сприятливих зовнішніх умов, спричиняє серйозні зміни не тільки в організмі жінки, а й у її способі життя та сприйнятті світу, робить жінку більш вразливою та більш сприйнятливою до впливів навколишнього середовища. А цей стрес може мати наслідки відразу для двох поколінь – як для матері, так і для дитини. Тому наше дослідження присвячено впливу тривожності на психологічний стан і суб'єктивне благополуччя саме вагітних жінок.

Для дослідження відібраних за результатами теоретичного аналізу змінних було використано методики, які вимірюють рівень тривожності та рівень психологічного благополуччя, а також методику, яка визначає тип психологічного компонента гестаційної домінанти.

Було використано такі методики дослідження. Для вимірювання рівня тривожності використовувався тест Спілбергера-Ханіна. Психологічне благополуччя ми досліджували за допомогою опитувальника С. Ruff в адаптації С.В. Карсканової. Для визначення типу переживання вагітності жінкою було використано тест відносин вагітної В.І. Добрякова, що виявляє типи гестаційної домінанти (ПКГД): оптимальний, гіпогестогнозичний, ейфорійний, тривожний, депресивний.

Що стосується рівня тривожності, то реактивна тривожність у групі невагітних виявилась помірною, а у групі вагітних високою. Рівень особистісної тривожності в обох групах виявився помірним (середнім). За шкалою «Самооцінка реактивної тривожності» було виявлено статистично значимі відмінності між групами ($p < 0,01$). Рівень психологічного благополуччя у вагітних жінок на 8,02% нижчий за рівень психологічного благополуччя невагітних жінок. Відмінність між групами є статистично значущою ($p < 0,05$), що підтверджує нашу гіпотезу про те, що вагітність в умовах війни впливає на рівень психологічного благополуччя, а саме знижує його.

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PREGNANT WOMEN DURING THE WAR

Miliutina K. L.

*Doctor of Psychological Sciences,
Professor at the Department of Developmental Psychology
Taras Shevchenko National University of Kyiv
Academician Glushkov ave, 2, Kyiv, Ukraine
orcid.org/0000-0003-0013-2989
katerinamilutina1963@gmail.com*

Makaruk K. M.

*Student
Institute of Continuing Education
of Taras Shevchenko National University of Kyiv
Vasylkivska str., 36, Kyiv, Ukraine
orcid.org/0000-0003-3111-074X
makaruk503@gmail.com*

Key words: *emotional condition, pregnancy, anxiety, gestational dominance, social support.*

Armed conflicts are an extremely stressful event and have not only socio-economic problems, but also negative consequences for the social and mental of people's health. Nowadays, due to the war, almost all the population of Ukraine was in stress conditions. But, in our opinion, the conditions of war will have a particularly negative impact on the level of anxiety and psychological pregnant women well-being. Since the state of pregnancy itself, even under favorable external conditions, causes serious changes not only to the body of women, but also in its way of life and perception of the world and makes the woman more vulnerable and more susceptible to the influence of the environment. And the results of this stress can have consequences for two generations – both for mother and child. Therefore, our research is devoted to influence of anxiety on psychological state and subjective well-being of pregnant women.

In order to study the variables selected by theoretical analysis, the following methods to measure the level of anxiety, the level of psychological well-being and determine the type of psychological component of gestational dominance (PCGD) were used.

The Spielberger-Hanin test was used to measure anxiety. Psychological well-being was studied using the C. Ryff questionnaire adapted by S.V. Karskanova. To determine the type of pregnancy experience, the V.I. Dobryakov pregnant woman attitude test was used, revealing the types of PCGD: optimal, hypogestognostic, euphoric, anxious, depressive.

As to the level of anxiety, the non-pregnant group showed a moderate reactive anxiety level, whereas in the pregnant group it was high. Both groups showed moderate (average) levels of personal anxiety. Measurement on the reactive anxiety self-assessment scale revealed statistically significant differences between groups ($p < 0,01$). The level of psychological well-being of pregnant women was 8,02% lower than the level of psychological well-being of non-pregnant women. The difference between the groups was statistically significant ($p < 0,05$), which confirms our hypothesis that pregnancy in the conditions of war negatively affects the level of psychological well-being.

Постановка проблеми. Численні сучасні дослідження демонструють, що в період вагітності всі системи організму жінки працюють із додатковим навантаженням, а перебудова психіки, спричинена вагітністю, робить жінку більш вразливою до розвитку тривоги та депресії, які виявляються найбільш поширеними психічними розладами під час вагітності та після пологів [1].

Негативні емоції, психічна напруга, втома, страх, тривога та депресія можуть бути спровоковані загрозою життю під час війни та проблемами адаптації до нових умов тих вагітних жінок, які перебувають в евакуації. Водночас стійкий, гармонійний психоемоційний стан жінки під час вагітності є однією з найважливіших умов сприятливого перебігу вагітності, розвитку плоду, фізіологічних пологів і нормального перебігу післяпологового періоду [2].

Аналіз попередніх досліджень. Важливість фізичного благополуччя та медичного супроводу вагітної впродовж гестації не підлягає сумніву. Проте питанням психологічного здоров'я та благополуччя вагітних довгий час не приділялося належної уваги, хоча вони є не менш значущими [3].

Складні життєві ситуації, до яких можна віднести період вагітності, характеризуються порушенням звичного способу життя, неочікуваністю, потенційною небезпекою, неконтрольованістю та некерованістю. Вони викликають у людини труднощі та можуть порушувати її психологічне благополуччя [4]. Це підтверджується групою іранських лікарів, які наголошують, що вагітність несе потенційно важливі наслідки для жінки – як для її здоров'я та соціальної ролі, так і для благополуччя [5].

В. Г. Сосюка наводить данні, що природні фізіологічні, соматичні зміни, зумовлені вагітністю, створюють тло, сприятливе для розвитку нерво-психічних розладів, частота яких може досягати 40%. У 8–11% жінок причиною розвитку цих розладів є безпосередньо вагітність. Решта причин пов'язана із соціальними обставинами, як-от: сімейно-побутові та службово-професійні конфлікти, несприятливі житлові умови, або з ендокринними порушеннями [6]. Від успішності вирішення психологічних завдань цієї кризи, на думку К.В. Кулешової, залежать психічні стани під час вагітності. І неспроможність у їх вирішенні зумовлює дезадаптивні та невротичні реакції та вектори особистісного розвитку жінки та дитини [7].

Нові адаптаційні завдання, з якими стикається вагітна жінка, потребують активної особистісної перебудови, їй потрібен час, аби звикнути до змін у своєму організмі та до нових психічних реакцій і емоційних переживань. Психологічні зміни проявляються в так званому синдромі вагітності (новий психогенний стан, обмежений у часі).

Починається він не з миті зачаття, а з моменту усвідомлення жінкою свого нового стану. А закінчується не після завершення пологів, а в мить прийняття жінкою своєї дитини [8].

Перед жінкою постає непросте та важливе завдання: бути готовою до довгого та тісного зв'язку з дитиною, сприймати малюка до та після народження як особистість, чуйно та дбайливо ставитися до його потреб і бути готовою їх задовільнити [6]. Навіть сприйняття світу у вагітної жінки значно відрізняється від сприйняття невагітної. Вона сприймає світ через своє тіло, постійно здійснює самоконтроль поведінки та діяльності, прислухаючись до пренеїту [9]. Усе це неодмінно позначається на особистості жінки.

Такі значущі зміни висувають нові вимоги щодо особистісного розвитку і є сприятливими для запуску кризи ідентичності. Яка може маніфестувати у вигляді різних способів втечі від реальності, апатії, тривожності та депресії [10].

Постає питання становлення материнської ідентичності – цілісного прийняття, усвідомлення та переживання жінкою себе як матері й особистісної самореалізації в материнстві. Вона є центральним утворенням потребово-мотиваційної сфери, соціально-психологічним результатом когнітивно-емоційних і ціннісних процесів ідентифікації жінки з роллю матері. Шлях до материнства і вагітність, як його етап, мають велике значення для формування материнської ідентичності.

Трансформація особистості жінки, зміна її Я-концепції протягом вагітності впливають на ставлення жінки до себе вагітної та благополуччя під час виношування дитини. Несприятливі психосоціальні чинники й особистісні зміни негативно впливають на соматичне здоров'я жінки [3].

Тобто фізіологічні зміни, спричинені вагітністю, впливають на емоційне тло жінки і водночас частково зумовлені змінами в афективній сфері.

Як уже було зазначено, вагітність розглядають як особистісну кризу, переживши й подолавши яку, жінка отримує значний потенціал розвитку. Це відбувається насамперед завдяки набуттю вищезгаданої материнської ідентичності. Адже відбуваються значущі статусно-рольові, афективно- та ціннісно-сміслові перебудови її особистості, перегляд життєвої перспективи/ретроспективи, ревізія особистісно значущих цілей і сенсів, сподівань, здобутків [11].

Д.Т. Гошовська наголошує на особливій ролі періоду вагітності у функціонуванні свідомості, самосвідомості та самоприйнятті жінки фертильного віку: «Прийняття жінкою власної видозміненої тілесності виступає унаочненням набуття нової ідентичності та породжує позитивне емоційне тло, яке супроводжує перебіг вагітності й формування феномену усвідомленого материнства» [12].

Феномен вагітності трактується як відповідальний екзистенційний період у житті жінки та її сім'ї, коли мають місце як щасливе очікування батьківства, так і фрустраційно-тривожні, невротичні переживання через величезну відповідальність за життя та здоров'я пренеїту. Його складність полягає в тому, що вагітність чинить великі перетворення й видозміни не лише тіла жінки, а й її психосвіту. Що стає вкрай важливим випробуванням для більшості жінок.

Мета публікації – представити результати теоретико-емпіричного дослідження психологічного благополуччя вагітних жінок під час війни.

Методи дослідження. Мета дослідження передбачала визначення відмінностей рівнів психологічного благополуччя у вагітних та невагітних жінок в умовах воєнного стану. Для дослідження відібраних за результатами теоретичного аналізу змінних було використано методики, які вимірюють рівень тривожності, рівень психологічного благополуччя та визначають тип психологічного компонента гестаційної домінанти. А саме:

– тест Спілбергера-Ханіна, який, на відміну від інших методів, дозволяє вимірювати тривожність і як особистісну властивість (далі – ОТ), і як поточний стан (далі – РТ) [13];

– психологічне благополуччя ми досліджували за допомогою опитувальника С. Ruff в адаптації С.В. Карсканової. Це найбільш відомий інструмент, що призначений для його вимірювання. Анкета складається з 84 питань і дозволяє не тільки оцінити загальний рівень психологічного благополуччя, а і проаналізувати його за 6 шкалами, як-от: позитивні відносини, автономія,

управління середовищем, особистісне зростання, цілі в житті та самосприйняття [14];

– для визначення типу переживання вагітності жінкою був використаний тест відносин вагітної В.І. Добрякова. Він містить три блоки питань по п'ять тверджень, які відображають п'ять різних типів психологічного компонента гестаційної домінанти (далі – ПКГД): оптимальний, гіпогестогнозичний, ейфорійний, тривожний, депресивний.

Для аналізу результатів дослідження було використано програму SPSS 17.0 for Windows для обчислення t-критерію Ст'юдента з метою пошуку значущих відмінностей між групами та визначення лінійного коефіцієнта кореляції r-Пірсона для визначення впливу рівня тривожності на рівень психологічного благополуччя. Статистично значущими для всіх видів аналізу вважали відмінності за $p < 0,05$.

Результати дослідження. Дані для дослідження збирались у серпні 2022 р. Вибірка основного дослідження становила 53 особи, із яких 27 (50,94%) вагітних (термін вагітності – від 7 до 40 тижнів) і 26 (49,06%) невагітних жінок. Усі респондентки перебували у відносно безпечних умовах – за кордоном чи на заході України, не були в окупації або в місцях активних бойових дій. Опитування проводилось в онлайн-форматі шляхом заповнення гугл-форми.

Для забезпечення однорідності вибірки за віком 7 анкет було вилучено. До основного дослідження увійшло 46 осіб віком від 20 до 35 років, із яких 23 – невагітні жінки (контрольна група), 23 – вагітні жінки (дослідна група)

Результати середніх показників у групах представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати опитування

Шкали	Середні значення і стандартне відхилення		Показники різниці у групах
	Невагітні N = 23	Вагітні N = 23	
Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф			
Загальний показник	411,09 ± 30,73	380,57 ± 47,48	t = 2,588; p < 0,05
Шкала «Позитивні відносини з тими, хто оточують»	66,74 ± 10,51	66,17 ± 10,40	Різниці не виявлено p = 0,855 > 0,05
Шкала «Автономія»	68,13 ± 5,83	59,91 ± 8,13	t = 3,939; p < 0,01
Шкала «Управління середовищем»	63,70 ± 9,08	59,74 ± 10,15	Різниці не виявлено p = 0,170 > 0,05
Шкала «Особистісне зростання»	73,26 ± 4,85	67,35 ± 8,39	t = 2,927; p < 0,01
Шкала «Цілі в житті»	68,57 ± 9,65	62,78 ± 9,65	t = 2,351; p < 0,05
Шкала «Самосприйняття»	70,70 ± 7,55	64,61 ± 9,99	t = 2,330; p < 0,05
Тест Спілбергера – Ханіна			
Шкала «Самооцінка реактивної тривожності»	38,70 ± 7,22	45,48 ± 9,52	t = -2,901; p < 0,01
Шкала «Самооцінка особистісної тривожності»	36,52 ± 8,34	40,61 ± 7,37	Різниці не виявлено p = 0,085 > 0,05

Середнє значення загального показника рівня психологічного благополуччя в обох групах перебуває на середньому рівні та становить:

- $M = 411,09$ ($SD = 30,73$, $\min = 357$, $\max = 465$) – у контрольній групі невагітних жінок;
- $M = 380,57$ ($SD = 47,48$; $\min = 292$, $\max = 444$) – у дослідній групі вагітних жінок.

Рівень психологічного благополуччя у вагітних жінок на 8,02% нижчий за рівень психологічного благополуччя невагітних жінок. Відмінність між групами є статистично значущою ($p < 0,05$), що підтверджує нашу гіпотезу про те, що вагітність впливає на рівень психологічного благополуччя – знижує його.

У результаті розгляду відмінностей між контрольною та дослідною групами щодо психологічного благополуччя за окремими шкалами було виявлено таке:

В обох групах результати за шкалами «Позитивні відносини з тими, хто оточують» і «Управління середовищем» перебувають на середньому рівні, а відмінність між групами не є статистично значущою.

Натомість було виявлено статистично значущі відмінності за шкалами «Автономія» ($p < 0,01$), «Особистісне зростання» ($p < 0,01$), «Цілі в житті» ($p < 0,05$) і «Самосприйняття» ($p < 0,05$):

– середній показник за шкалою «Автономія» у групі невагітних на 13,72% вищий, ніж у групі вагітних. Якщо в невагітних жінок він становить 68,13 ($SD = 5,83$), що свідчить про його високий рівень, то у групі вагітних $M = 59,91$ ($SD = 8,13$), що свідчить про його середній рівень.

Аналогічні дані ми отримали щодо показників за шкалою «Особистісне зростання». У групі невагітних він вище на 8,78%, ніж у групі вагітних, та становить 73,26 ($SD = 4,85$), що свідчить про високий рівень даного показника. А от у групі вагітних $M = 67,35$ ($SD = 8,39$), що свідчить про середній рівень даного показника.

Середні показники за шкалою «Цілі в житті» в обох групах на середньому рівні, але у групі невагітних показник вищий на 9,22%, ніж у групі вагітних.

Середній показник за шкалою «Самосприйняття» у групі невагітних вищий на 9,43% за середній показник у групі вагітних: $M = 70,70$ ($SD = 7,55$) та $M = 64,61$ ($SD = 9,99$) відповідно.

Результати в обох групах є середніми за даним показником.

Що стосується рівня тривожності, то реактивна тривожність у групі невагітних виявилась помірною, а у групі вагітних високою. Рівень особистісної тривожності в обох групах виявився помірним (середнім).

За шкалою «Самооцінка особистісної тривожності» не було виявлено статистично значущої відмінності між групами, хоча середній показник у групі вагітних на 11,2% вищий.

А от за шкалою «Самооцінка реактивної тривожності» було виявлено статистично значущі відмінності між групами ($p < 0,01$). Рівень реактивної тривожності у вагітних жінок на 17,52% вищий за рівень у невагітних.

Щоб зрозуміти наявність впливу рівня тривожності на рівень психологічного благополуччя, ми згрупували дані дослідної групи (вагітні) у 3 підгрупи за рівнем психологічного благополуччя й отримали такий результат (таблиця 2).

Видно, що чим нижчий рівень тривожності, тим вищий рівень психологічного благополуччя. Щоби підтвердити це, ми провели кореляційний аналіз. Для цього був використаний коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона.

Отже, залежність психологічного благополуччя від особистісної тривожності виявилась значущою на рівні 0,05, лінійний коефіцієнт кореляції r -Пірсона = $-0,486$. Залежність психологічного благополуччя від реактивної тривожності виявилась значущою на рівні 0,01, лінійний коефіцієнт кореляції r -Пірсона = $-0,602$.

У контрольній групі залежність психологічного благополуччя виявилась статистично значущою тільки щодо рівня реактивної тривожності ($p < 0,01$; r -Пірсона = $-0,657$).

Згідно з результатами тесту І.В. Добрякова, для 5 вагітних (21,74%) характерний оптимальний тип ПКГД, інші вагітні жінки мали змішаний тип.

Для виявлення відносин, що найчастіше потребують корекції, ми згрупували відповіді респонденток (таблиця 3).

Ми бачимо, що найчастіше вагітна жінка тривожиться через здоров'я дитини (ТПКГД = 30,43%), яку вона виношує. Дещо рідше спостерігається тривожне ставлення до майбутніх пологів

Таблиця 2

Рівень психологічного благополуччя та тривожності дослідної групи

Нормативні значення рівня психологічного благополуччя	Рівень психологічного благополуччя	Рівень тривожності		Кількість осіб у групі
		Реактивна	Особистісна	
Низький (274–314)	297,33 ± 5,51	53 ± 7,00	49 ± 9,17	3 (13,04%)
Середній (315–413)	369,33 ± 27,19	47,83 ± 9,13	40,83 ± 6,44	12 (52,17%)
Високий (414 і вище)	428,63 ± 9,43	39,13 ± 7,75	37,13 ± 6,10	8 (34,78%)

Таблиця 3

Результати за тестом «Ставлення до вагітності» І.В. Добрякова

Блок \ тип ПКГД	О	Г	Е	Т	Д
Блок А – ставлення вагітної до себе	Ставлення до вагітності				
	16 (69,57%)*	2 (8,7%)*	3 (13,04%)*	2 (8,7%)*	0
	Ставлення до способу життя				
	20 (86,96%)*	1 (4,35%)*	1 (4,35%)*	1 (4,35%)*	0
Блок Б – відношення «мати – дитя»	Ставлення до пологів				
	17 (73,91%)*	2 (8,7%)*	1 (4,35%)*	3 (13,04%)*	0
	Ставлення до себе-матері				
	14 (60,87%)*	1 (4,35%)*	8 (34,78%)*	0	0
Блок В – ставлення до реакції оточення	Ставлення до дитини				
	7 (30,43%)*	0	9 (39,13%)*	7 (30,43%)*	0
	Ставлення до грудного вигодовування				
	14 (60,87%)*	0	8 (34,78%)*	0	1 (4,35%)*
Блок В – ставлення до реакції оточення	Ставлення до чоловіка				
	9 (39,13%)*	3 (13,04%)*	8 (34,78%)*	3 (13,04%)*	0
	Ставлення до близьких				
	17 (73,91%)*	4 (17,39%)*	2 (8,7%)*	0	0
Блок В – ставлення до реакції оточення	Ставлення до сторонніх				
	7 (30,43%)*	3 (13,04%)*	11 (47,83%)*	2 (8,7%)*	0

Примітка: * – кількість жінок, які обрали дану відповідь, та відсоток їх у групі.

(ТПКГД = 13,04%, ГПКГД = 8,7%), які лякають, а думка про них погіршує настрій.

Блок В демонструє нам, що вагітні бажають особливого ставлення від близьких (ГПКГД = 17,39%). З одного боку, для них важливо, щоб ті, хто оточує, помічали, що вони вагітні (ЕПКГД = 47,83%), а з іншого – вони трошки нікують через це (ГПКГД = 13,04%). Жінкам важливо, щоби чоловік став дбайливішим (ЕПКГД = 34,78%), але вони переживають, що вагітність зробить їх негарними для нього (ТПКГД = 13,04%). Це підтверджує важливість впливу оточення на психологічне благополуччя, яку ми розглядали в теоретичному матеріалі.

Дискусія. О. Ємець за результатами свого дослідження наводить таку частоту прояву тривожності в жінок: 44,4% респонденток мають високий рівень тривожності, лише у 8,1% жінок виявлено її низький рівень [15]. Ми отримали подібні дані: 11 (47,83%) із 23 вагітних мають високий рівень реактивної тривожності, тільки 1 (4,35%) вагітна має низький рівень тривожності.

Під впливом нейрофізіологічних трансформацій афективна сфера жінки стає дуже вразливою [16]. Страх перед новим і невідомим породжує відчуття беззахисності. У вагітної жінки зростає потреба відчувати взаємну ніжність і любов, і якщо це не вдається, то сумніви та суперечливі відчуття посилюються [17]. Тому вагітні схильні шукати сторонньої опори й особливо гостро потребують емпатії, підтримки, жертвності та співчуття до себе. Саме ця потреба в них була дуже фрустра-

ною – у 20 (86,96%) вагітних жінок із 23 чоловіки не перебували поруч.

Ще однією причиною, яка підвищує потребу жінки в підтримці, є той факт, що вагітність впливає на відчуття «авторства життя». Жінка переживає суттєві фізіологічні та психологічні зміни, непередбачувані їй, вона менше відчуває себе творцем свого життя і радше підкоряється долі, майбутній дитині або близьким. У дослідженні І.А. Шрамко було виявлено, що середні показники вагітних жінок за цим чинником набагато нижчі за середні показники невагітних. Близька людина, яка підтримує, поруч на деякий час може замінити жінці «внутрішнього автора» життя [9].

Важливість підтримки оточення підтверджується і лонгитюдним дослідженням польських науковців, які виявили, що сімейні відносини, поряд зі здоров'ям і соціально-економічними умовами, є чинником, що визначає перебіг вагітності та післяпологового періоду. А відсутність підтримки сім'ї підвищує тривогу вагітної жінки [18].

Висновки. Після узагальнення викладеного можемо стверджувати, що вагітність (особливо в умовах війни) негативно впливає на психологічне благополуччя – знижує його загальний рівень та показники за шкалами «Автономія», «Особистісне зростання», «Цілі в житті» та «Самосприйняття».

Також ми підтвердили теоретичні дані щодо негативного впливу тривожності на рівень психологічного благополуччя. І кореляція з реактивною тривожністю виявилась вищою, ніж з особистісною,

що ставить перед нами завдання знизити емоційні переживання жінок під час вагітності для підвищення рівня їхнього психологічного благополуччя.

Перспективою подальших досліджень буде вивчення впливу груп психологічної підтримки на психоемоційний стан вагітних жінок-біженок і жінок – внутрішньо переміщених осіб.

ЛІТЕРАТУРА

1. Романенко І.Ю. Психоемоційний стан жінок – внутрішньо переміщених осіб із загрозливим перериванням вагітності, які проживають у Луганській області. *Світ медицини та біології*. 2019. № 2(68). С. 105–109. DOI: 10.26724/2079-8334-2019-2-68-105-109
2. Особливості психоемоційного стану вагітних жінок-переміщених осіб / І.А. Жабченко та ін. *Вісник Вінницького національного медичного університету*. 2018. Т. 22. № 1. С. 99–103. DOI: 10.31393/reports-vnmedical-2018-22(1)-1
3. Божук О.А. Особливості особистісних рис жінок із фізіологічним перебігом вагітності у світлі їх медико-психологічного супроводу. *Медична психологія*. 2015. Т. 10. № 1. С. 57–61.
4. Марчук А.В. Особливості прояву життєстійкості особистості у складних життєвих обставинах. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної конференції, 18 жовтня 2019 р., м. Львів. С. 209–211.
5. The role of fear of childbirth in pregnancy related anxiety in Iranian women: a qualitative research / K. Arfaie et al. *Electron Physician*. 2017. № 9 (2). DOI: 10.19082/3733
6. Сосюка В.Г. Психоемоційний стан жінок під час фізіологічного та патологічного перебігу вагітності. *З турботою про Жінку* : науково-практичний журнал для акушерів-гінекологів. 2018. № 6(90). URL: <http://surl.li/dclgz>
7. Коренева Ю.П. Тривожність і фрустрованість як чинники невротизації вагітних жінок різного віку : дис. ... канд. психол. наук. Луцьк, 2019. 262 с.
8. Сторож В.В., Белік Н.О. Психологічні особливості ставлення жінок до власної вагітності. *Spirit-time*. 2020. № 2(26). С. 24–26.
9. Шрамко І.А. Соціальна підтримка жінок в період вагітності та після пологів: емпіричні дослідження. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Психологія*. 2018. № 7. С. 108–113. DOI: 10.25264/2415-7384-2018-7-108-113.
10. Смокова Л.С., Коваленко В.С. Методи дослідження кризи ідентичності: досвід закордонних та вітчизняних вчених. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної конференції, 18 жовтня 2019 р., м. Львів. С. 266–270. DOI: 10.32999/ksu2312-3206/2020-4-1
11. Коренева Ю.П. Психологічне ставлення до материнства й ускладнені психостани вагітності. *Психологічні перспективи*. 2018. Вип. 32. С. 149–161. DOI: 10.29038/2227-1376-2018-32-149-161
12. Вплив емоційної депривації на деструктивне усвідомлення жінкою власної фемінності / Д.Т. Гошовська та ін. *Topical aspects of modern science and practice* : The 1'st International scientific and practical conference, september 21–24, 2020, Frankfurt am Main. P. 322–327. DOI: 10.46299/ISG.2020.II.I
13. Щуревська О.Д. Перебіг вагітності і пологів в умовах соціальних стресів: діагностика і корекція : автореф. дис. ... докт. мед. наук. Київ, 2021. 312 с.
14. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя К. Ріфф»: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1(142). С. 1–9.
15. Ємець О.Я. Особливості стабілізації психоемоційного стану жінок у пренатальний та постнатальний періоди. *Наука і освіта*. 2018. №№ 9–10. С. 28–33. DOI: 10.24195/2414-4665-2018-9-10-4
16. Перинатальна психологія : монографія / А.М. Скрипніков та ін. Київ : Видавничий дім «Медкнига», 2017. 168 с.
17. Сосюка В.Г. Медико-психологічні аспекти вагітності. Особливості становлення материнської сфери. *З турботою про Жінку* : науково-практичний журнал для акушерів-гінекологів. 2018. № 5(89). URL: <http://surl.li/dclks>
18. Evaluation of the occurrence of anxiety in pregnant women with regard to environmental conditions / D. Brancka-Woźniak. *Family Medicine and Primary Care Review*. 2018. Vol. 20 (4). P. 320–326. DOI: 10.5114/fmPCR.2018.79341

REFERENCES

1. Romanenko I.Yu. (2019). Psychoemotional status of internally displaced women with threatened pregnancy residing in Luhansk region. *World of Medicine and Biology*, № 2 (68), pp. 105–109 (in Ukrainian).

2. Zhabchenko I.A., Korniets N.G., Tertychna-Telyuk S.V., Kovalenko T.M. (2018). Osoblyvosti psykhoemocijnogho stanu vaghitnykh zhinok-peremishhennykh osib [Peculiarities of the psycho-emotional state of internally displaced pregnant women]. *Bulletin of the Vinnytsia National Medical University*, vol. 22, № 1, pp. 99–103 (in Ukrainian).
3. Bozhuk O.A. (2015). Osoblyvosti osobystisnykh rys zhinok iz fiziologhichnym perebighom vaghitnosti u svitli jikh medyko-psykhologhichnogho suprovodu [Peculiarities of the personal traits of women in the physiological pregnancy in the light of their medical and psychological support]. *Medical Psychology*, vol. 10, № 1, pp. 57–61 (in Ukrainian).
4. Marchuk A.V. (2019). Osoblyvosti projavu zhyttjestijkosti osobystosti u skladnykh zhyttjevykh obstavynakh [Peculiarities of the manifestation of the individual resilience in difficult life circumstances]. *Mental health of an individual in a crisis society: a collection of materials of the 4'th All-Ukrainian Research-to-Practice Conference (Ukraine, Lviv, October 18, 2019)* (eds. Kisilj Z.R.). Lviv : Lviv State University of Internal Affairs, pp. 209–211 (in Ukrainian).
5. Arfaie K., Nahidi F., Simbar M., Bakhtiari M. (2017). The role of fear of childbirth in pregnancy related anxiety in Iranian women: a qualitative research. *Electron Physician*, 9 (2). Retrieved from: <http://surl.li/dcpls> (accessed 3 September 2022).
6. Sosyuka V.G. (2018). Psykhoemocijnyj stan zhinok pid chas fiziologhichnogho ta patologhichnogho perebighu vaghitnosti [Psychoemotional state of women in the physiological and pathological course of pregnancy]. *Scientific and practical magazine for obstetricians-gynecologists "With care for the Woman" (electronic journal)*, № 6 (90). Retrieved from: <http://surl.li/dclcz> (accessed 23 August 2022) (in Ukrainian).
7. Koreneva Yu.P. (2019). Tryvozhnistj i frustrovanistj jak chynnyky nevrotyzaciji vaghitnykh zhinok riznogho viku [Anxiety and frustration as factors of neuroticism in pregnant women of different ages] (PhD Thesis). Lucjk : Lesya Ukrainka East European National University (in Ukrainian).
8. Storozh V.V., Belik N.O. (2020). Psykhologhichni osoblyvosti stavlennja zhinok do vlasnoji vaghitnosti [Psychological features of women's attitude to their own pregnancy]. *Spirit-time*, № 2 (26), pp. 24–26 (in Ukrainian).
9. Shramko I.A. (2018). Socialjna pidtrymka zhinok v period vaghitnosti ta pislja pologhiv: empirychni doslidzhennja [Social support of women during pregnancy and after childbirth: empirical studies]. *Scientific notes of the Ostroh Academy National University. Psychology*, № 7, pp. 108–113 (in Ukrainian).
10. Smokova L.S., Kovalenko V.S. (2019). Metody doslidzhennja kryzy identychnosti: dosvid zakordonnykh ta vitchyznjanykh vchenykh [Methods of identity crisis research: the experience of foreign and domestic scientists]. *Mental health of an individual in a crisis society : a collection of materials of the 4'th All-Ukrainian Research-to-Practice Conference (Ukraine, Lviv, October 18, 2019)* (eds. Kisilj Z.R.). Lviv : Lviv State University of Internal Affairs, pp. 266–270 (in Ukrainian).
11. Koreneva Yu.P. (2018). Psykhologhichne stavlennja do materynstva j uskladneni psykhostany vaghitnosti [Psychological attitude to motherhood and complicated psychological states of pregnancy]. *Psychological perspectives*, vol. 32, pp. 149–161 (in Ukrainian).
12. Hoshovska D., Hoshovskyi Ya., Finiv O. (2020). Vplyv emocijnoji deprivaciji na destruktivne usvidomlennja zhinkoju vlasnoji feminnosti [The influence of emotional deprivation on a woman's destructive attitude towards her own femininity]. *Topical aspects of modern science and practice : The 1'st International scientific and practical conference (Germany, Frankfurt am Main, September 21–24, 2020)*, (eds. Pluzhnik E., Liubchych A., Polyvana L., Mushenyk I., Kovalevska O., Prudka L., Slabkyi H.), Frankfurt am Main, pp. 322–327 (in Ukrainian).
13. Shchurevska O.D. (2021). Perebigh vaghitnosti i pologhiv v umovakh socialjnykh stresiv: diagnostyka i korekcija [The course of pregnancy and childbirth amid social stress: diagnosis and correction] (PhD Thesis). Kyiv : Shupyk National Healthcare University of Ukraine (in Ukrainian).
14. Karskanova S.V. (2011). Opytuvalnyk "Shkaly psykhologhichnogho blaghopoluchchja K. Riff": proces ta rezuljtaty adaptaciji [The Ryff Scale of psychological well-being questionnaire: process and results of adaptation]. *Practical psychology and social work*, № 1 (142), pp. 1–9 (in Ukrainian).
15. Yemets O. (2018). Osoblyvosti stabilizaciji psykhoemocijnogho stanu zhinok u prenataljnyj ta postnataljnyj periody [Peculiarities of stabilizing the psycho-emotional status of women in the prenatal and postnatal periods]. *Science and education*, № № 9–10, pp. 28–33 (in Ukrainian).
16. Skrypnikov A.M., Gerasimenko L.O., Isakov R.I. (2017). Perynataljna psykhologhija : monografija [Perinatal psychology : monograph]. Kyiv : Medknyha Publishing House (in Ukrainian).
17. Sosyuka V.G. (2018). Medyko-psykhologhichni aspekty vaghitnosti. Osoblyvosti stanovlennja materynsjkoji sfery [Medical and psychological aspects of pregnancy. Peculiarities of the maternal sphere formation].

- Scientific and practical magazine for obstetricians-gynecologists "With care for the Woman" (electronic journal)*, № 5 (89). Retrieved from: <http://surl.li/dclks> (accessed: 23 August 2022) (in Ukrainian).
18. Branicka-Woźniak D., Karakiewicz B., Torbe A., Ciepiela P., Mroczek B., Stanisz M., Jurczak A., Kurzawa R. (2018). Evaluation of the occurrence of anxiety in pregnant women with regard to environmental conditions. *Family Medicine and Primary Care Review*, vol. 20 (4), pp. 320–326. Retrieved from: <http://surl.li/dfrdr> (accessed: 23 August 2022).

УДК 159.92
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-13>

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ КІННОГО ПІДРОЗДІЛУ ПОЛІЦІЇ

Мітенко Т. М.

*аспірант кафедри юридичної психології
Національна академія внутрішніх справ
пл. Солом'янська, 1, Київ, Україна
orcid.org/0000-0003-0009-8960
mitenko.t@ukr.net*

Ключові слова: *психологічний супровід, службова діяльність, кавалерист, психодіагностика, психопрофілактика, ефективність діяльності.*

Метою статті є вивчення сутності та змісту психологічного забезпечення професійної діяльності працівників кінного підрозділу поліції, департаменту патрульної поліції, Національної поліції України. Методологічний інструментарій обрано відповідно до окресленої мети, специфіки об'єкта та предмета дослідження. Методологічну основу статті становлять нормативно-правові акти, закони та накази щодо порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції. Розглянуто завдання та функції системи психологічного забезпечення. Залежно від цього, запропоновано низку рекомендацій щодо реалізації основних напрямів системи психологічного забезпечення кавалеристів кінного підрозділу поліції. Виділено перелік додаткових психодіагностичних методик, рекомендованих для впровадження на етапі психологічного відбору, під час професійної підготовки та виконання професійних обов'язків, з урахуванням специфіки посадових обов'язків кавалериста кінного підрозділу поліції та за психологічного супроводу професійної діяльності. Запропоновано перелік тем, які доцільно впровадити під час реалізації психопрофілактичної роботи з поліцейськими кавалеристами. Проаналізовано основні методи оптимізації соціально-психологічного клімату в колективах і наголошено на необхідності проведення відповідних заходів, спрямованих на згуртування колективу поліцейських та його системного психодіагностичного вивчення. Розглянуто сутність поняття психологічного супроводу в системі психологічного забезпечення службової діяльності поліцейського. Проаналізовано основні принципи, на яких базується система психологічного забезпечення. Наукова новизна статті полягає в узагальненні та систематизації результатів досліджень щодо особливостей системи психологічного забезпечення професійної діяльності поліцейських кінного підрозділу поліції, а саме тих основних структурних елементів і напрямів, у реалізації яких необхідно враховувати особливості виконуваної діяльності кавалериста. Визначено важливість урахування особливостей службової діяльності поліцейських кінного підрозділу поліції в реалізації системи психологічного забезпечення.

CURRENT PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROFESSIONAL ACTIVITIES OF POLICE HORSES POLICE DIVISIONS

Mitenko T. M.

Postgraduate Student at the Department of Legal Psychology

National Academy of Internal Affairs

Solomyanska sq., 1, Kyiv, Ukraine

orcid.org/0000-0003-0009-8960

mitenko.t@ukr.net

Key words: *psychological support, official activity, cavalryman, psychodiagnosics, psychoprophylaxis, performance efficiency.*

The article is to analyze study the essence and content of the psychological support for the professional activities of employees of the equestrian unit, the Patrol Police Department, the National Police of Ukraine. Methodological tools are selected in accordance with certain goals, the specifics of the object and the subject of research. The methodological basis of the article was formed by normative legal acts, laws and orders on the organization of the system of psychological support for police officers, employees of the National Police. The tasks and functions of the psychological support system are considered. Depending on this, a number of recommendations are proposed for the implementation of the main directions of the system of psychological support for cavalrymen of the mounted police unit. A list of additional psychodiagnostic methods recommended for implementation at the stage of psychological selection, during professional training and in the performance of professional duties, taking into account the specifics of the duties of a cavalryman of a mounted police unit and with psychological support of professional activities, has been identified. A list of topics that it is advisable to introduce in the implementation of psychoprophylactic work with police cavalrymen is proposed. The main methods of optimizing the socio-psychological climate in teams are analyzed, and the need for appropriate measures aimed at rallying the police team and its systemic psychodiagnostic study is noted. The essence of the concept of psychological support in the system of psychological support for the performance of a police officer is considered. The basic principles on which the system of psychological support is based are analyzed. The scientific novelty of the article lies in the generalization and systematization of the results of research on the features of the system of psychological support for the professional activities of policemen of the mounted police unit, namely those basic structural elements and directions in the implementation of which it is necessary to take into account the peculiarities of the activities of the cavalryman. The importance of taking into account the characteristics of the performance of the police equestrian unit in the implementation of the system of psychological support is determined.

Постановка проблеми. Реформування системи внутрішніх справ спровокувало виникнення структурних змін у всіх сферах її функціонування. Систему психологічного забезпечення, її основні елементи та шляхи реалізації також адаптовано відповідно до актуальних вимог і запитів сучасного суспільства. Незмінною залишається мета психологічного забезпечення професійної діяльності поліцейських, а саме створення умов для особистості поліцейського для ефективного виконання службової діяльності. Аналіз літературних джерел свідчить про наявність ґрунтовних досліджень,

присвячених удосконаленню системи психологічного забезпечення, відповідно розроблено низку навчально-методичних рекомендацій для поліцейських, керівників підрозділів поліції, психологів і працівників кадрових апаратів, які спрямовані на здійснення психологічного забезпечення діяльності Національної поліції. Так, останніми роками вітчизняні науковці провели наукові дослідження та підготували видання за актуальною тематикою, пов'язаною із психологічним забезпеченням професійної діяльності поліцейських, а саме: дослідження різних аспектів професійно-психологічної

готовності поліцейських до службової діяльності (В. Барко, Л. Кирієнко та Л. Казміренко); наукові доробки, присвячені розробленню структури формування психологічної готовності особистості поліцейського до дій в екстремальних ситуаціях (О. Цільмак, В. Медведєва та М. Галич); дослідження особливостей компонентів психологічної готовності до професійної діяльності (В. Бабенко, В. Остапович, В. Лефтеров); вивчення компетентності як рівня професіоналізму поліцейського у процесі професійної підготовки (І. Клименко, С. Яковенко); професійно-психологічний відбір кандидатів на службу в Національній поліції (В. Криволапчук, І. Пампура).

Мета статті – теоретичне обґрунтування актуальних проблем психологічного забезпечення професійної діяльності поліцейських кінного підрозділу поліції з урахуванням специфіки виконаної діяльності.

Результати дослідження. Розгляд основних положень системи психологічного забезпечення професійної діяльності поліцейських варто розпочати з аналізу законів і нормативно-правової бази, якими регламентовано функціонування системи.

На загальносоціальному (державному) рівні психологічного забезпечення створюються необхідні політичні, соціально-психологічні, правові, етичні, економічні, науково-технічні й інші передумови й умови реалізації морального потенціалу суспільства, визначаються основні напрями виховання населення, підтримки професійного потенціалу та морально-психологічного стану фахівців на рівні, що гарантує виконання основних завдань [7, с. 15].

Психологічне забезпечення – один із видів забезпечення діяльності фахівців як у повсякденних, так і в особливих умовах. У змісті психологічного забезпечення виділяють три рівні:

- загальносоціальний (державний), що діє в масштабах і потребах усього суспільства;
- професійний, що забезпечує потреби організацій;
- особистісний рівень самовиховання та саморегуляції.

Психологічна підготовка об'єктів системи психологічного забезпечення реалізується шляхом використання ситуативних завдань, тренінгів, семінарів-інтенсивів (що включають практичну складову частину). Застосування практичних занять формує в особистості поліцейського професійно важливі якості, сприяє підвищенню рівня стресостійкості та готовності до виникнення непередбачуваних обставин під час виконання службових обов'язків.

Психопрофілактичний напрям роботи спрямований на підтримку функціонального стану особистості на сприятливому рівні. Важливим компонентом є запобігання виникненню негативних

психоемоційних станів, особистісних змін, як-от професійне вигорання та професійна деформація.

Психологічний супровід професійної діяльності працівників кінного підрозділу поліції реалізується шляхом проведення індивідуального консультування. Метою психологічного консультування є надання фахової психологічної допомоги за запитом поліцейського з питань приватного, службового або соціального життя.

Організація системи психологічного забезпечення здійснюється відповідно до Конституції України, законів України «Про Національну поліцію», «Про охорону праці», «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про психіатричну допомогу», Кримінального процесуального кодексу України, Указу Президента України від 9 грудня 2015 р. № 691 «Про перелік посад, які можуть бути заміщені поліцейськими в державних органах, установах та організаціях», Положення про Міністерство внутрішніх справ України, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 28 жовтня 2015 р. № 878, Положення про Національну поліцію, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 28 жовтня 2015 р. № 877 [5;13;14].

Відповідно до наказу Міністерства внутрішніх справ № 88 «Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських» виділено: загальні положення й організацію системи психологічного забезпечення; основні принципи та напрями системи психологічного забезпечення; функції системи психологічного забезпечення в органах, підрозділах Національної поліції України; функції системи психологічного забезпечення в закладах вищої освіти; організацію роботи із працівниками поліції, які потребують психологічної підтримки та допомоги; функції психологів і облікову документацію із психологічного забезпечення. Розглянемо більш детально основні принципи та напрями системи психологічного забезпечення [3; 11].

Серед основних принципів, на яких базується система психологічного забезпечення професійної діяльності, виокремлено: правомірність – відповідність заходів психологічного забезпечення вимогам законодавства України; гуманізм – діяльність суб'єктів психологічного забезпечення ґрунтується на засадах загальнолюдських, моральних, етичних цінностей та ідеалів для забезпечення поваги до особистості, усебічного, гармонійного розвитку особистості, збереження її цілісності та психологічного здоров'я; толерантність – готовність і позитивна настанова суб'єктів системи психологічного забезпечення до прийняття психології, поглядів

іншої людини, її індивідуальних відмінностей, зокрема й за ознаками раси, політичних, релігійних та інших переконань, статі, віку, мови, етнічного та соціального походження, громадянства, сімейного та майнового стану, місця проживання; добровільність – добровільна згода й активна участь особи, до якої вживаються заходи психологічного забезпечення; конфіденційність – нерозголошення інформації стосовно особи, отриманої в результаті психологічних заходів, застосування отриманих відомостей суто для надання цій особі кваліфікованої психологічної допомоги; науковість – наукова обґрунтованість підходів, форм і методів у реалізації заходів психологічного забезпечення; об'єктивність – застосування суб'єктами системи психологічного забезпечення у практичній діяльності стандартизованих, надійних, валідних і адаптованих психологічних методик і технологій; комплексність і систематичність – використання в заходах психологічного забезпечення взаємодоповнювальних форм і методів роботи, системного врахування особливостей і закономірностей психологічних проявів особистості працівника поліції, поліцейського ЗВО, курсанта (слухача) у їхній професійній діяльності [4; 13; 15].

Варто зазначити, що функціонування системи психологічного забезпечення детерміновано зазначеними принципами, ефективна реалізація яких передбачає дотримання психологами підрозділів відповідних базових вимог.

Серед напрямів психологічного забезпечення виділено:

1. Психологічне вивчення об'єктів системи психологічного забезпечення – процес визначення в особи провідних індивідуально-психологічних особливостей, якостей і рис характеру, мотивації її поведінки, психофізіологічних, емоційних реакцій і станів, закономірностей перебігу психічних процесів, рівня розвитку інтелекту, пізнавальної сфери, особливостей мислення, пам'яті, уваги, емоційно-вольової сфери, способу ухвалення самостійних рішень, наявності лідерських тенденцій, загального розвитку комунікативних якостей, схильності до управлінської діяльності, прогнозування стресостійкості, успішності в певних умовах професійної діяльності, психологічної готовності до несення служби в екстремальних ситуаціях. Цей напрям реалізується шляхом психологічного дослідження з використанням формалізованих методик (тести, опитувальники, проєктивні та психофізіологічні методики) і малоформалізованих методик (спостереження, бесіди, інтерв'ю, аналіз продуктів інтелектуальної діяльності індивіда) [13; 16].

Отже, відповідно до *пункту першого* наказу Міністерства внутрішніх справ України № 88, у якому висвітлено загальну модель психологіч-

ного вивчення об'єктів системи психологічного забезпечення, важливим є всебічне дослідження особистості кавалериста та визначення професійно важливих якостей, які, за умови врахування у процесі навчання специфіки виконуваної діяльності, позитивно впливатимуть на ефективність реалізації службових завдань. Для реалізації психологічного вивчення об'єктів системи психологічного забезпечення затверджено перелік орієнтовних психодіагностичних методик, рекомендованих до використання:

- короткий орієнтований тест, тест Р. Кеттелла;
- тест на визначення спрямованості особистості Смекала – Кучера;
- психодіагностичний опитувальник Л. Ямпольського;
- опитувальник FPI; восьмиколірний тест М. Люшера;
- опитувальник MMPI (адаптація Ф. Березіна та М. Мірошникова);
- інтелектуальні тести, зокрема прогресивні матриці Равена та короткий орієнтовний тест [1; 6; 8].

2. Психологічна підготовка об'єктів системи психологічного забезпечення – процес формування у працівників поліції, поліцейських ЗВО, курсантів (слухачів) професійно-психологічної надійності, стійкості, готовності до різноманітних умов службової діяльності, навичок конструктивної комунікації з населенням. Цей напрям реалізується шляхом проведення навчальних, практичних занять із використанням інноваційних методів, технологій, інтерактивних форм навчання (ділові ігри, моделювання ситуацій, тренінги) [9; 12; 13].

Аналіз *пункту 2* наказу Міністерства внутрішніх справ України № 88 доводить, що він окреслює психологічну підготовку об'єктів системи психологічного забезпечення, однак підготовка працівників-кавалеристів ще не була предметом дослідження в юридичній психології, у науковій літературі наявні лише поодинокі публікації, присвячені висвітленню, переважно зарубіжного, досвіду в цій площині. Професійна психологічна підготовка має на меті розвиток загальних і спеціальних професійних здібностей, знань і умінь поліцейських і формування системної якості поліцейського – психологічної готовності особистості до професійної діяльності. Саме психологічна готовність є кінцевим результатом психологічної підготовки і являє собою стійкий довготривалий стан особистості, який характеризується мобілізацією всіх психофізіологічних ресурсів організму, наявністю комплексу мотивів, знань, умінь, навичок та індивідуальних якостей, які забезпечують ефективність виконання певної діяльності. Психологічна готовність є передумовою будь-якої цілеспрямованої діяльності, її регуляції, стійкості й ефективності.

3. Психопрофілактична робота щодо об'єктів системи психологічного забезпечення – комплекс організаційних, психологічних, просвітницьких, психопрофілактичних заходів, що проводяться з метою підтримки оптимальної працездатності працівників поліції, курсантів (слухачів), поліцейських ЗВО, зведення до мінімуму впливу на них несприятливих чинників службової діяльності, збереження їхнього психологічного та фізичного здоров'я. Цей напрям реалізується шляхом комплексу психологічних, діагностичних, просвітницьких, практичних заходів і передбачає проведення цільових психодіагностичних досліджень, експрес-діагностики, консультування, заходів психокорекції, функціонування психотренінгових комплексів, кімнат психологічної саморегуляції, сприяння в організації та проведенні психологічної реабілітації працівників поліції, які перебували в екстремальних ситуаціях [2; 10; 13; 17].

Розгляд 3 пункту відповідно до напрямів психологічного забезпечення наказу Міністерства внутрішніх справ України № 88, у якому висвітлено сутність психопрофілактичної роботи щодо об'єктів системи психологічного забезпечення й основних їх напрямів, свідчить, що застосування системи психогігієнічних заходів, спрямованих на збереження психічного здоров'я працівника та виявлення негативних психоемоційних і поведінкових проявів, позитивно впливатиме на професійне здоров'я кавалериста. Головною умовою під час здійснення психопрофілактичних заходів є врахування наявних додаткових вимог до особистості кавалериста. Психопрофілактична робота з поліцейськими кінного підрозділу реалізується за допомогою методів діагностики психоемоційного стану, збирання статистичних даних і їх аналізу, проведення психологічної просвіти для популяризації психологічних знань, роз'яснення щодо їх застосування в житті. Перелік тем, за якими проводиться психопрофілактична робота:

1. Загальні уявлення про стрес та діагностика стресу.

2. Основні підходи до подолання стресу та перша допомога в гострій стресовій ситуації.

3. Профілактика професійного стресу працівників національної поліції; організаційно-психологічні заходи збереження працездатності працівників національної поліції.

Наведений перелік є орієнтовним, на нашу думку, під час реалізації психопрофілактичної роботи із працівниками кінного підрозділу поліції отримані знання, сформовані вміння та навички за даною тематикою покращать виконання професійних обов'язків кавалериста. Проведений аналіз специфічності виконуваної діяльності поліцейським кінного підрозділу, сформоване уявлення про стрес, його форми та види, негативні психічні

реакції та шляхи надання першої психологічної допомоги в разі їх виникнення значно покращать ефективність службової діяльності, з огляду на те, що кавалерист під час охорони громадського порядку повинен знати про можливі наслідки впливу негативних проявів із боку осіб і їхні наслідки для безпеки самого кавалериста та службової тварини.

4. Підтримка й оптимізація соціально-психологічного клімату в колективах – процес формування оптимальних соціально-психологічних умов для підтримки високої працездатності й ефективної діяльності колективів. Цей напрям реалізується шляхом анкетування працівників поліції, курсантів (слухачів), поліцейських ЗВО, здійснення моніторингу стану соціально-психологічного клімату в колективах, виявлення чинників, що негативно позначаються на ефективності діяльності, працездатності колективів, методом оцінки взаємин членів колективу, узагальнення й аналізу отриманих даних, що оформлюється довідкою про результати проведення опитування працівників поліції, поліцейських ЗВО, а також проведення заходів корекції внутрішньокolleктивних відносин, надання відповідних рекомендацій для підвищення ефективності професійної діяльності колективів [13; 16].

Підтримка й оптимізація соціально-психологічного клімату в колективах (*наказ Міністерства внутрішніх справ України № 88, пункт 4*) є загальним і обов'язковим до виконання в усіх структурних підрозділах системи внутрішніх справ. Наголошено на необхідності проведення відповідних заходів, спрямованих на згуртування колективу поліцейських і його системного психодіагностичного вивчення.

5. Психологічне супроводження службової діяльності працівників поліції, зокрема й у процесі проведення ними оперативних заходів і слідчих дій, – комплекс організаційних, просвітницьких, психологічних заходів, спрямованих на підвищення ефективності діяльності працівників поліції із забезпечення порядку та гарантування публічної безпеки, протидії злочинності. Цей напрям реалізується шляхом надання психологічних консультацій працівникам поліції, складання психологічних портретів підозрюваних, обвинувачених осіб, надання необхідної психологічної допомоги під час проведення допитів, неповнолітніх осіб також [4].

Психологічний супровід професійної діяльності працівників кінного підрозділу поліції реалізується шляхом проведення індивідуального консультування. Метою психологічного консультування є надання фахової психологічної допомоги за запитом поліцейського з питань приватного, службового або соціального життя.

Висновки. Установлено, що нормативно-правова модель психологічного забезпечення регламентує роботу психологів та є загальною для підрозділів системи Міністерства внутрішніх справ, однак, на нашу думку, необхідне врахування особливостей виконуваної діяльності кавалеристів кінного підрозділу поліції. Аналіз основних структурних елементів, що формують систему психологічного забезпечення, свідчить про важливість розроблення додаткових напрямів підготовки поліцейських кінного підрозділу поліції та під час психологічного супроводу професійної діяльності кавалериста. Упровадження в систему професій-

ної-психологічної підготовки практичних занять і тренінгів із зоопсихології та порівняльної психології, що підвищить ефективність виконання службових завдань під час несення служби верхи. Зважаючи на описані положення, на нашу думку, варто враховувати специфіку професійної діяльності підрозділу. Обов'язковим убачаємо в системі психологічного забезпечення кавалеристів кінного підрозділу поліції впровадження додаткового психодіагностичного інструментарію на етапі психологічного відбору, під час професійної підготовки та виконання професійних обов'язків, з урахуванням специфіки виконуваної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Юридична психологія / Д. Александров та ін. 2-ге вид. КНТ. 2008.
2. Аль-Урі С.А. Психологічна готовність працівників правоохоронних органів України. *Інституційний репозитарій Запорізького національного університету*. 2021. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/6343>
3. Доля Л. Проблеми стану реформування системи МВС України. *Наука і правоохорона*. 2016. № 3(33). С. 11–17.
4. Клочко І. Сутність та зміст правових форм забезпечення охорони праці поліцейських. *Juridical science*. 2020. № 9(111). С. 209–215. DOI: 10.32844/10.32844/2222-5374-2020-111-9.26
5. Конституція України : Закон № 254к/96-ВР. 2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр#Text>
6. Кузьмічов В. Актуальні питання відбору кандидатів до вищих навчальних закладів МВС України. *Науковий вісник Київського національного університету внутрішніх справ*. 2008. № 3. Р. 3–8.
7. Кучеренко С. Психологічне забезпечення професійної діяльності : курс лекцій. Харків : Національний університет цивільного захисту, 2016. С. 15–16.
8. Литвин В. Зарубіжний досвід професійно-психологічного відбору поліцейських кадрів. *Юридична психологія*. 2017. № 1(20). С. 139–149.
9. Нежданова Н. Психологічні чинники формування професійно важливих якостей особистості майбутнього фахівця : дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2016.
10. Овсяннікова Я. Психологічна підготовка до діяльності в особливих умовах персоналу МНС України [Thesis, Національний авіаційний університет]. *erNAU : репозитарій Національного авіаційного університету*. 2008. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/49391>
11. Перепелица А. Підготовка юридичних працівників у навчальних закладах системи МВС України. *Митна справа*. 2008. № 2. С. 114–118.
12. Петришин В. Формування стресостійкості курсантів вищих навчальних закладів МВС України. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія «Психологічна»*. 2015. Вип. 1. С. 151–158.
13. Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських : наказ Міністерства внутрішніх справ України № 88 (2019). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#Text>
14. Про Національну поліцію : Закон України № 580–VIII (2022). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/580-19#Text>
15. Твердохлебова Н. Психологічний супровід особистісних трансформацій правоохоронців на етапі професійного навчання [Thesis, Донецький юридичний інститут МВС України]. *eNTUKhPIIR : електронний репозитарій Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»*. 2018. URL: <http://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/38884>
16. Тягнирядно Є. Особливості формування професійної компетентності курсантів МВС. *Acta Paedagogica Volynienses*. 2022. № 1(1). С. 217–221. DOI: 10.32782/apv/2022.1.1.34
17. Ятчук М. Розвиток особистості курсантів вищих навчальних закладів МВС України у процесі навчання. *Науковий вісник Київського національного університету внутрішніх справ*. 2010. № 1 (68). С. 231–240.

REFERENCES

1. Aleksandrov, D., Kazmirenko, L., & Androsiuk, V. (2008). Yurydychna psykholohiia (2-he vyd.). KNT [in Ukrainian].
2. Al-Uri, S.A. (2021). Psykholohichna hotovnist pratsivnykiv pravookhoronykh orhaniv Ukrainy. Instytut-siinyi repozytarii ZNU. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/6343> [in Ukrainian].
3. Dolia, L.M. (2016). Problemy stanu reformuvannia systemy MVS Ukrainy. Nauka i pravookhorona, (3(33)), 11–17 [in Ukrainian].
4. Klochko, I.O. (2020). Sutnist ta zmist pravovykh form zabezpechennia okhorony pratsi politseiskykh. Juridical science, (9 (111)), 209–215. DOI: 10.32844/10.32844/2222-5374-2020-111-9.26 [in Ukrainian].
5. Konstytutsiia Ukrainy, № 254k/96-VR (2020) (Ukraina). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254k/96-vr#Text> [in Ukrainian].
6. Kuzmichov, V.S. (2008). Aktualni pytannia vidboru kandydativ do vyshchykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy. Naukovyi visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu vnutrishnikh sprav, (3), 3–8 [in Ukrainian].
7. Kucherenko, S.M. (2016). Psykholohichne zabezpechennia profesiinoi diialnosti : Kurs lektsii (s. 15–16). Kharkiv : Natsionalnyi universytet tsyvilnoho zakhystu [in Ukrainian].
8. Lytvyn, V.V. (2017). Zarubizhnyi dosvid profesiino-psykholohichnoho vidboru politseiskykh kadrov. Yurydychna psykholohiia, 1 (20), 139–149 [in Ukrainian].
9. Nezhdanova, N. (2016). Psykholohichni chynnyky formuvannia profesiino vazhlyvykh yakosti osobystosti maibutnoho fakhivtsia [dys. kand. psykhol. nauk]. Odeskyi nats. universytet im. I.I. Mechnykova [in Ukrainian].
10. Ovsianikova, Ya.O. (2008). Psykholohichna pidhotovka do diialnosti v osoblyvykh umovakh personalu MNS Ukrainy [Thesis, Natsionalnyi aviatsiinyi universytet]. erNAU – Repozytarii Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/49391> [in Ukrainian].
11. Perepelytsia, A.V. (2008). Pidhotovka yurydychnykh pratsivnykiv u navchalnykh zakladakh systemy MVS Ukrainy. Mytna sprava, (2), 114–118 [in Ukrainian].
12. Petryshyn, V.V. (2015). Formuvannia stresostiikosti kursantiv vyshchykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy. Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnogo universytetu vnutrishnikh sprav. Serii psykholohichna, (vyp. 1), 151–158 [in Ukrainian].
13. Pro zatverdzhennia Poriadku orhanizatsii systemy psykholohichnoho zabezpechennia politseiskykh, pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy ta kursantiv (slukhachiv) zakladiv vyshchoi osvity iz spetsyfichny my umovamy navchannia, yaki zdiisniuiut pidhotovku politseiskykh, Nakaz Ministerstva vnutrishnikh sprav Ukrainy № 88 (2019) (Ukraina). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#Text>
14. Pro Natsionalnu politsiiu, Zakon Ukrainy № 580–VIII (2022) (Ukraina). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/580-19#Text>
15. Tverdokhliebova, N.Ye. (2018). Psykholohichni suprovid osobystisnykh transformatsii pravookhorontsiv na etapi profesiinoho navchannia [Thesis, Donetskyyi yurydychnyi instytut MVS Ukrainy]. eNTUKh-PIIR – Elektronnyi repozytarii Natsionalnoho tekhnichnoho universytetu “Kharkivskyyi politekhnichnyi instytut”. URL: <http://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/38884> [in Ukrainian].
16. Tiahnyriadno, Ye. (2022). Osoblyvosti formuvannia profesiinoi kompetentnosti kursantiv mvs. Acta Paedagogica Volynienses, 1 (1), 217–221. DOI: 10.32782/apv/2022.1.1.34 [in Ukrainian].
17. Yatchuk, M.S. (2010). Rozvytok osobystosti kursantiv vyshchykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy u protsesi navchannia. Naukovyi visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu vnutrishnikh sprav, (1(68)), 231–240 [in Ukrainian].

МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «ПАРТИСИПАЦІЯ»**Нагорна Н. С.***кандидат психологічних наук, доцент,**декан факультету соціальних технологій, оздоровлення та реабілітації**Національний університет «Чернігівська політехніка»**вул. Шевченка, 95, Чернігів, Україна**orcid.org/0000-0002-9988-7750**lev.nadiya@yahoo.com*

Ключові слова: *партисипація, партисипативність, партисипативний підхід, участь, залучення.*

У статті аналізуються особливості дослідження міждисциплінарного змісту поняття «партисипація». Спираючись на результати вітчизняних і зарубіжних наукових пошуків, вказується, що специфіка такого пошуку визначається насамперед галуззю знань, у якій відбувається розвідка. Родовими сферами сучасних науково-практичних досліджень партисипації є публічне управління та політологія. Саме тому зміст партисипації тут наповнюється залученням особистості у процеси громадської участі, управління, як на державному, так і на локальному рівнях, контролем за реалізацією політик відповідного рівня. Фінансово-економічний аспект партисипації досліджено в розрізі регіональної економіки: участь різних суб'єктів у процесах накопичення, опрацювання й освоєння різного роду ресурсів, а також контроль за їх використанням (бюджети участі у громадах, проекти матеріально-технічної допомоги тощо). Висвітлено, що аспект залучення саме працівників різних рівнів до співпраці для розвитку організації, як специфічну рису партисипації, досліджує менеджмент: розроблення та побудова стратегічних концепцій розвитку організації, проекти розвитку кар'єри персоналу, мотиваційний компонент залучення, особливості комунікації та робота команди. Аналізується специфіка змістового наповнення та практичного застосування партисипативних практик у зарубіжній і вітчизняній медицині: від взаємодії для інформування (в Україні) до активного залучення до спільної роботи над системними змінами. Розглянуто сутність «партисипації» крізь призму педагогіки: участь суб'єктів в освітньому процесі, ініціювання ними інноваційних форм і методів взаємодії в освітньому середовищі. Підкреслено, що в розрізі психологічної науки розуміння партисипації має свою специфіку залежно від галузі: політична, організаційна, соціальна тощо. У висновках сформовано базове розуміння поняття «партисипація» як процес та результати спільної участі окремих особистостей та їх груп у напрацюванні практичних рішень щодо: розв'язання або поліпшення гостроти наявних соціальних викликів; стратегій і політик розвитку громад.

INTERDISCIPLINARY MEANING OF TERM PARTICIPATION

Nahorna N. S.

*Ph. D. of Psychology, Associate Professor,
Dean of Faculty of Social Technology, Health and Rehabilitation
Chernihiv Polytechnic National University
Shevchenko str., 95, Chernihiv, Ukraine
orcid.org/0000-0002-9988-7750
lev.nadiya@yahoo.com*

Key words: *participation,
feature of participation,
participatory approach, taking
part, involvement.*

The article analyzes the research peculiarities of the interdisciplinary concept of “participation”. Based on the results of domestic and foreign scientific searches, it is indicated that the specifics of such a search is determined, first of all, by the field of knowledge in which the research takes place. The related areas of modern scientific and practical research on participation are public administration and political science. That is why the content of participation here is filled with the involvement of the individual in the processes of public participation, management, both at the state and local level, and control over the implementation of policies at the appropriate level. The financial and economic aspect of participation has been studied in terms of the regional economy: the participation of various subjects in accumulation, processing and development of various kinds of resources, as well as control over their use (budgets of participation in communities, projects of material and technical assistance, etc.). It has been highlighted that management studies the aspect of involving employees of different levels in cooperation for the development of the organization, as a specific feature of participation: the development and construction of strategic concepts for the development of the organization, projects for personnel career development, the motivational component of involvement, features of communication and team work. The specifics of meaningful content and practical application of participatory practices in foreign and domestic medicine have been analyzed: from interaction for informing (in Ukraine) to active involvement in joint work on systemic changes. The essence of “participation” has been studied through the prism of pedagogy: the participation of subjects in the educational process, their initiation of innovative forms and methods of interaction in the educational environment. It has been emphasized that in terms of psychological science, the understanding of participation has its own specificity depending on the field: political, organizational, social and others. In the conclusion a basic understanding of the concept of “participation” as a process and results of joint participation of individuals and their groups in the development of practical solutions regarding: solving or improving the severity of existing social challenges; strategies and policies of community development, has been formulated.

Постановка проблеми. Наукова розвідка щодо сучасного аналізу сутності та змісту поняття «партисипація» і його похідних бере свій початок із концепції партисипативної демократії (Б. Барбер, Дж. Ціммерман та інші). Це стало фундаментом для розвитку ідеї про рівні участі / неучасті у громадському житті (Ш. Арнштейн), етапи запровадження громадської участі («Міжнародна асоціація публічної партисипації»), складові частини процесу партисипації (Я. Вигнанський), партисипація на рівні громад (С. Ріфкін, М. Канджер).

На основі принципу залучення громадськості до процесу розроблення та впровадження політик побудована концепція належного врядування. Остання стала базисом для теоретико-практичних досліджень у різних сферах. Отже, нині ми можемо говорити про сучасне розуміння участі громадськості у процесах публічного управління (О. Берданова й інші), в особливості залучення громадян до ухвалення політико-управлінських рішень у політології (О. Чабан), про партисипацію в бюджетуванні на місцевому рівні в контексті регіональної економіки. Поняття «партисипація» досліджується вітчизняними вченими-педагогами (О. Волярська, О. Бутенко й інші), менеджерами (Л. Стрижеус, Б. Батюк та інші).

Однак вітчизняна психологічна наука лише розпочинає дослідження поняття «партисипації». Так, вивчається аспект участі під час формування громадської думки (Г. Бевз), психологічні особливості управління (Л. Карамушка), партнерська взаємодія у процесі управління закладами освіти (А. Ключко). Отже, нині немає комплексних напрацювань, що висвітлюють феномен партисипації, визначають його суть і соціально-психологічні засади.

Відтак, **метою статті** є дослідження міждисциплінарного змісту поняття «партисипація».

Результати дослідження. Поняття «партисипація» уперше було вжито французьким етнографом Л. Леві-Брюлем (1937 р.) для опису так званого пралогічного мислення у представників корінних народностей. Дослідник [11] вказує, що саме партисипацією як співпричетністю реального та тотемного пояснюється наділення людини містичними характеристиками в первісних суспільствах.

Такі характеристики, як спільність і причетність, також притаманні більш сучасному погляду на розуміння поняття «партисипація». Поява нового контексту пов'язана з розвитком концепції партисипативної демократії, або демократії участі, що розвинулася в 60-х рр. ХХ ст. За даною концепцією партисипація розглядається як ефективне залучення громадян до процесу вироблення, узгодження й ухвалення політико-управ-

лінських рішень [18]. Теоретик демократії участі Б. Барбер [1] вказує на активну участь громадян у врядуванні, насамперед над собою, хоч не завжди і всюди, однак тоді, коли цього потребують політичні питання. Така активність, на думку О. Чабана [18], як дослідника-політолога, має свідчити не лише про створення умов із боку держави для вільного залучення громадян до політико-управлінських процесів, створення можливостей їм для саморозвитку, а й про розвиток самої держави, її демократичних цінностей і бажання громадян підтримувати ці цінності.

О. Знаткова [7] в аналізі фасилітації як партисипативної технології в системі державного управління визначає партисипацію (громадську участь) як реальний прояв демократичного правління, системного й ефективного залучення громадян до державотворення. На думку авторки, низька поінформованість громадськості, відсутність якісного обміну інформацією між суб'єктами політично-управлінських процесів, низький рівень політико-правових компетенцій і знань, а також брак навичок вести конструктивний діалог стають перешкодою в розробленні та впровадженні прозорих і ефективних методів, механізмів і технологій взаємодії влади та населення.

С. Горблюк також вказує на рівень обізнаності й активності місцевої спільноти, з одного боку, а також на системність і цілеспрямованість дій органів місцевої влади, з іншого боку, як умови успіху співпраці влади з мешканцями під час управління справами громади, отже, громадської партисипації [6]. Автор акцентує увагу на тому, що участь громадськості не має зводитись до її інформування та консультування владою про розроблені заходи. Партисипація має забезпечувати реальний діалог і співпрацю всіх зацікавлених суб'єктів на всіх етапах розроблення відповідних політик.

Автори посібника для громадських активістів «Партисипативний підхід та практики на рівні громади» у результаті проведеного аналізу концепцій учасницької демократії та належного врядування доходять висновку, що залучення громадян до процесу ухвалення рішень (партисипація) є ключовим елементом належного (демократичного) врядування. Отже, на думку авторів [10], громадянська участь (що має синонімічне значення «партисипація») стосується різних механізмів вираження думки громадськістю та дозволяє громаді чинити вплив на суспільні рішення. Також учасницький підхід (партисипація) до управління містом в умовах децентралізації влади, що передбачає залучення як жителів (кінцевих користувачів послуг), так і адміністрації, представників бізнесу та фахівців з усіх галузей міського господарства, досліджує Л. Радіонова. Науковиця зазначає [16],

що партисипативність, як принцип управління, має застосовуватись уже на ранніх етапах розроблення проєктів розвитку, щоби ознайомити сторони з позиціями одна одної.

Отже, публічне управління як дисципліна наділяє поняття «партисипація» властивим для об'єкта свого дослідження державницьким контекстом: демократичність правління, залученість до державотворення, участь громадян у політико-управлінських процесах і ухваленні суспільних рішень. Результатом залучення населення та інших суб'єктів до подібних активностей дослідники-управлінці вважають напрацювання політик і рішень, прийнятних для всіх. Водночас значна роль у процесі партисипації відводиться процедурі та результатам публічних інформаційних кампаній.

Дотичним до механізмів публічного управління, хоча належить до сфери фінансів, є поняття «партисипативне бюджетування». Так, Н. Булеца досліджує особливості процесу партисипативного бюджетування в Україні, [3] аналізує партисипацію крізь призму бюджетних процесів, що передбачають можливість ознайомлення з урядовими операціями та можливості для консультацій, обговорення та впливу на розподіл суспільних ресурсів. Отже, метою такої активності автор вважає підвищення рівня залученості мешканців місцевих громад до процесу ухвалення рішень стосовно розвитку міста шляхом налагодження співпраці у плануванні та реалізації партисипативних бюджетів.

Партисипативний підхід до управління та фінансування в міжнародних програмах як чинник розвитку соціального капіталу територіальних громад аналізує Ю. Петрушенко. Науковець зазначає [13], що програми міжнародної технічної допомоги, які реалізують свою діяльність за концепцією розвитку громад, поліпшують соціально-економічний стан територіальної громади засобами соціальної мобілізації. Остання сприяє активізації населення, його самоорганізації, розробці та впровадженню разом із місцевою владою громадських ініціатив. Автор зупиняє свою увагу на досвіді проєкту ЄС/ПРООН «Місцевий розвиток, орієнтований на громаду» [14], де якраз відбувалось партисипативне управління фінансовими ресурсами місцевих громад через фінансову участь представників самого проєкту (грант), місцевої обласної влади, добровільних внесків пересічних громадян (матеріальних чи нематеріальних). Населення спільно з місцевою владою ініціювало, розробляло, реалізовувало / контролювало роботу підрядних організацій для отримання соціальних змін у житті громади. Представники проєкту [14] зазначають, що результатом упровадження таких ініціатив стали не лише істотні

зміни в інфраструктурі територіальної громади, а зміна в соціально-психологічних показниках: підвищився рівень довіри до місцевої влади та співгромадян один до одного, відбувся розвиток почуття приналежності до громади, а також бажання працювати надалі для громади.

Отже, результати наукових пошуків учених-фінансистів свідчать про те, що партисипація розглядається ними як чинник або можливість залучення різних суб'єктів до процесів, пов'язаних із формуванням, отриманням і розподілом матеріальних і нематеріальних ресурсів, участь у контролі за їх використанням. Ще однією важливою рисою партисипації став, на думку Ю. Петрушенка [13], вплив на мотивацію громади до соціальних змін у напрямі зростання соціального капіталу місцевої спільноти.

Досить цікавим, на нашу думку, є погляд на поняття «партисипація» у науковців в галузі менеджменту. Беручи за основу концепцію партисипативного управління організацією, колеги-дослідники [2, с. 17] вказують на участь працівника в діяльності організації, що виходить за межі його функціональних обов'язків, сприяє підвищенню ефективності організаційно-управлінських рішень, реалізації певних вторинних потреб працівника, якщо він отримує задоволення від роботи. Автори аналізують вплив партисипативного менеджменту на процес розвитку організації та зазначають [2, с. 17], що партисипація позначається не лише на мотиваційних характеристиках працівника, ефективності його роботи, а якщо розглядати це питання системно, то й на потенціалі людських ресурсів усієї організації.

Конкретизуючи застосування положень партисипативного менеджменту в галузі освіти, Н. Колісніченко та Г. Коваль [9] аналізують особливості партисипації на рівні закладу освіти. Авторки виділяють як переваги (інтерактивний формат взаємодії для всіх учасників освітнього процесу, а також стейкхолдерів громади; вільний і рівний доступ до обговорення ідей і висловлення пропозицій із важливих питань), так і можливі недоліки (некомпетентна реалізація принципів партисипації, спільної діяльності, брак досвіду) використання означеного стилю управління.

Н. Колісніченко та Г. Коваль виокремлюють такі принципи партисипативного управління: добровільний характер участі в управлінні, регламентованість управління, рівність членів організації та їхніх пропозицій щодо управління для формування ефективного зворотного зв'язку в організації, реалізація схвалених пропозицій, командна робота [9].

Отже, аналіз поняття «партисипація» у менеджменті має свої особливості: зачіпає питання залучення працівників різних рівнів до спільної взаємодії для

розвитку організації (отже, вибудовуються спільні стратегії, місія організації, що можуть мати не лише економічний, а й соціальний вектор); особливості особистісної та професійної мотивації працівників та інших учасників взаємодії; спонукання до розподілу обов'язків, отже, взяття спільної й особистої відповідальності кожним членом взаємодії; вплив на особистісний і професійний розвиток через підвищення рівня професійно-особистісних домагань; налагодження ефективної двосторонньої комунікації між учасниками взаємодії і, як наслідок, вищевказаних характеристик формування команди.

Дещо інший, на нашу думку, аспект партисипації досліджується дисциплінами, об'єктом вивчення яких є людина, її особливості розвитку та проблеми. Це переважно галузі та професії групи «людина – людина», де взаємодія відбувається між фахівцем і клієнтом послуги (медичної, педагогічної, соціальної, психологічної тощо).

У своїй роботі «Що таке партисипація?» С. Ріфкін і М. Канджер [21] аналізують партисипацію з погляду взаємодії в громаді на прикладі залучення людей з інвалідністю, хронічними захворюваннями та малозабезпечених. Автори вказують, що партисипація на рівні громади стала можливою для всіх, зокрема й окреслених категорій громадян, лише після зміни концепції реабілітації з медичної на соціальну та таку, що заснована на розвитку громади. Відповідно споживачі медичних і соціальних послуг не просто залучаються до взаємодії з фахівцем щодо вирішення / пом'якшення гостроти прояву власної проблемної ситуації, а також спільно із професіоналами, представниками громади та влади працюють над плануванням і розвитком конкретної сфери послуг.

За такого тлумачення концепт партисипації тісно переплітається з концепцією інклюзивного розвитку. Якщо С. Ріфкін і М. Канджер [21] говорять про різні форми партисипації: від пасивної, де людина виступає як споживач упроваджених якісних змін і дає свій відгук про ці зміни, до активної, де людина залучається у процес розроблення та запровадження змін на рівні громади, контролює активності та політики. Однак українські науковці-медики [12], які аналізують роль партисипації в медицині, вказують лише на її комунікаційний компонент, метою якого є інформування пацієнта про можливості у процесі лікування ухвалення зважених рішень щодо способів і методів лікування.

Активніше, на наш погляд, партисипація досліджується у вітчизняній педагогічній науці. Так, В. Ягоднікова та М. Гриньова [19], які вивчають особливості виховання лідерських якостей підлітків, звертають свою увагу на партисипацію як педагогічну умову означеного процесу. Дослідниці аналізують партисипативний підхід

у розвитку лідерського потенціалу школярів через категорію «участі» та «залученості/включеності» до різноманітних заходів як рівних суб'єктів освітнього процесу. Також на залучення суб'єктів освітнього процесу до співпраці як ключову характеристику партисипації у процесі студентоцентрованого навчання вказують О. Бутенко та Н. Опікунова [4].

Аспект суб'єктності в партисипації є важливим, на думку В. Гладуна [5]. Дослідник зазначає, що лише через участь уможлиблюється розбудова суспільства за демократичним сценарієм, з високим рівнем соціальної згуртованості. Саме тому, на думку автора, варто розвивати партисипативні форми роботи з учнівською молоддю для формування їхньої громадянської компетентності. Отже, партисипація має привносити якісні зміни в розвиток суспільства, громади й окремих особистостей, які ці зміни ініціюють і впроваджують.

Аналіз педагогічної наукової періодики свідчить про пояснення поняття «партисипація» участю активних суб'єктів в освітньому процесі, ініціювання ними нових форм і методів взаємодії для розвитку критичного мислення, розуміння переваг розділеної відповідальності, аргументованого ухвалення рішень. Це вказує на наявну взаємопов'язаність між концептом суб'єктності особистості та партисипацією, оскільки передбачає не лише пасивне залучення до дій, а й розкриття потенціалу всіх партнерів по взаємодії, вимагає від них контролю над ухваленими рішеннями та виконаними діями.

Що стосується психологічної науки, то на аналіз особливостей розгляду поняття «партисипація» можна натрапити в різних галузях (організаційна психологія, соціальна, політична). Початок досліджень партисипації вченими-психологами пов'язаний із соціально-політичними змінами, рухом за права людини, активізацією громадянських ініціатив і дій. Однак сучасний етап розвитку наукової думки дозволяє розширити спектр для аналізу. У процесі вивчення особливостей психологічних засад діяльності організацій Л. Карамушка [15], серед інших, виділяє партнерську взаємодію менеджера та працівників як основну характеристику гуманістичного підходу до управління організаціями. Розвиваючи дослідження психологічних підвалин розвитку інноваційних стилів управління в менеджерів освітніх організацій, А. Клочко [8] вказує, що партнерська взаємодія проявляється як уміння слухати та передавати інформацію, здатність розуміти співрозмовника, виробляти єдину стратегію взаємодії.

Соціальна психологія також має різні аспекти розгляду поняття «партисипація»: від участі у громадських рухах і протестах (Дж. Стекеленбург, П. Кландерманс) з аналізом мотивів залу-

чення людей у такі форми групової активності [23]; через залучення до вирішення питань життя громади, активне громадянство (К. Стівенсон, Дж. Діксон, Н. Гопкінс, Р. Лаєт) з розумінням важливості аспектів особистісного розвитку таких учасників взаємодії, їх громади, а також механізму наснаження для розвитку інших учасників [22]; детального аналізу взаємозалежності концепту партисипації у громаді та концепту соціально-психологічного наснаження (Б. Хрістенс, А. Петерсон, П. Спір) з виділенням взаємозумовлювальних механізмів [20].

Партисипативний підхід також широко використовується у практиці соціальної роботи за кордоном: у контексті діяльності мультидисциплінарної команди над веденням випадку. До обговорення та спільного поінформованого ухвалення рішень залучаються не лише фахівці, а й самі клієнти, їхні рідні та / або найближче соціальне оточення (Ш. Рамон).

Отже, аналіз поняття «партисипація» у психології свідчить про можливість застосування практики спільної участі на декількох рівнях: індивідуальному (робота з окремою особистістю, розвиток її суб'єктності), рівні громади (взаємодії для розвитку потенціалу членів громади та самої громади – капітал громади) та на організаційному (коли налагодження взаємодії, соціально-психологічного клімату, супервізійних практик приводить до підвищення ефективності діяльності підприємства). З огляду на це, на нашу думку, цікавим є дослідження партисипативного підходу до розвитку соціального підприємництва.

Висновки. Аналіз наукової літератури з означеного питання дає підстави для таких узагальнень:

1. Теоретичні напрацювання різних дисциплін, за якими ми спробували дослідити поняття «партисипація», свідчать про специфічні відмінності в обставинах і форматі спільної участі окремих особистостей, їх груп. Однак саме «спільна участь» виступає ключовою об'єднуювальною характеристикою, що притаманна поняттю «партисипація» у різних галузях науки.

2. Отже, зазначене дає нам можливість сформувати базове розуміння поняття «партисипація» як процес та результати спільної участі окремих особистостей та їх груп у напрацюванні практичних рішень щодо: розв'язання або поліпшення гостроти наявних соціальних викликів; стратегій і політик розвитку громад.

3. Результати нашої наукової розвідки вказують на можливість дослідження партисипації за напрямками «активність – пасивність», «динаміка – статика», «коло залучення суб'єктів».

4. Аналіз криз призму представлених вище дисциплін дав можливість розширити наше уявлення щодо застосування партисипативного підходу як у науці, так і у практиці. Уважаємо, що для ґрунтовнішого дослідження соціально-психологічних засад партисипації варто звернути увагу на виявлені нами взаємні зв'язки між концептом «партисипація» та такими, як: суб'єктність особистості, суб'єкт-суб'єктна взаємодія, соціальна згуртованість, соціальне залучення, інклюзія, соціально-психологічне наснаження (емпавермент), спільне ухвалення рішень, розділена відповідальність, супервізія, соціальний капітал громади тощо.

ЛІТЕРАТУРА

1. Барбер Б. Сильна демократія: політика учасницького типу. *Демократія : Антологія* / упоряд. : О. Проценко, В. Лісовий. Київ : Смолоскип, 2005. С. 254–262.
2. Батюк Б., Батюк О. Партисипативний менеджмент як один з методів прийняття управлінських рішень. *Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького*. 2010. Т. 12. № 2(44). С. 3–7.
3. Булеца Н. Особливості процесу партисипативного бюджетування в Україні. *Причорноморські економічні студії*. 2016. № 8. С. 159–165.
4. Бутенко О., Опікунова Н. Роль системи зворотного зв'язку у процесі студентоцентрованого навчання : колективна монографія. URL: https://www.researchgate.net/publication/355141071_ROL_SISTEMI_ZVOROTNOGO_ZV'AZKU_U_PROCESI_STUDENTOCENTROVANOGO_NAVCANNA
5. Гладун В. Партисипація учнівської молоді як складова формування громадянської компетентності. *Нова педагогічна думка*. 2019. № 4(100). С. 145–149.
6. Горблюк С. Громадська партисипація у політиці ревіталізації міста. *Теорія та практика державного управління*. 2020. Вип. 4. С. 118–125.
7. Знаткова О. Фасилітація як партисипативна технологія в системі державного управління в Україні. *Актуальні проблеми державного управління*. 2018. № 2(54). С. 13–20.
8. Клочко А. Психологія розвитку інноваційних стилів управління у менеджерів освітніх організацій : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.10. Київ, 2021. 574 с.
9. Колісніченко Н., Коваль Г. Партисипативне управління в галузі освіти: сутність, особливості, тенденції формування і реалізації. *Актуальні проблеми державного управління*. 2021. № 3(84). С. 105–109.

10. Партиципативний підхід та практики на рівні громади : посібник для громадських активістів та всіх зацікавлених / О. Левченко та ін. ; за ред. Л. Польської. URL: <https://www.hubs.org.ua/wp-content/uploads/2018/10/partysypatyvnyj-pidkhd.pdf>
Леви-Брюль Л. Первобыточная мифология. Москва : ОГИЗ, 1937. 354 с.
11. Партиципация пацієнтів як елемент забезпечення безпеки надання медичної допомоги: особливості дистанційного формату / О. Мінцер та ін. *Медицина інформатика та інженерія*. 2019. № 4. С. 76–79.
12. Петрушенко Ю. Партиципативна модель управління та фінансування в міжнародних програмах технічної допомоги як фактор розвитку соціального капіталу територіальної громади. *Економічний вісник*. 2015. № 2. С. 31–36.
13. Проект ЄС/ПРООН «Місцевий розвиток, орієнтований на громаду». URL: <http://cba.org.ua>
14. Психологія діяльності організацій в умовах соціально-економічних змін (на матеріалі освітніх організацій) : монографія / за наук. ред. Л. Карамушки. Київ : Педагогічна думка, 2008. 192 с.
15. Радіонова Л. Партиципативна модель управління містом. URL: <http://dSPACE.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/14379/1/%D0%A0%D0%B0%D0%B4%D1%96%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%9B.pdf>
16. Стрижеус Л. Застосування партиципативного стилю управління підприємством. *Економічна стратегія і перспективи розвитку сфери торгівлі та послуг*. 2013. Вип. 1(1). С. 179–187.
17. Чабан О. Переваги, недоліки та межі застосування партиципативної моделі демократії. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Серія «Питання політології». № 1091. С. 38–44.
18. Ягоднікова В., Гриньова М. Партиципативний підхід до виховання лідерських якостей підлітків. *Молодь і ринок*. 2021. №№ 11–12 (197–198). С. 44–49.
19. Community participation and psychological empowerment: testing reciprocal causality using across-lagged panel design and latent constructs / B.D. Christens et al. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1090198110372880>
20. Rifkin S.B., Kangere M. What is Participation? URL: https://www.researchgate.net/publication/311607512_What_is_Participation
21. The social psychology of citizenship, participation and social exclusion / C. Stevenson et al. URL: https://www.researchgate.net/publication/283671406_The_Social_Psychology_of_Citizenship_Participation_and_Social_Exclusion_Introduction_to_the_Special_Thematic_Section
22. Van Stekelenburg J., Klandermans P.G. Social psychology of movement participation. URL: https://www.researchgate.net/publication/319525300_Social_Psychology_of_Movement_Participation

REFERENCES

1. Barber B. (2005). Sylna demokratiia: polityka uchastytskoho typu. *Demokratiia : Antolohiia* [Strong democracy: Participatory type politics. Democracy : An Anthology] ; upor. O. Protsenko, V. Lisovyi. Kyiv : Smoloskyp [in Ukrainian].
2. Batiuk B.B. (2010). Partysypatyvnyi menedzhment yak odyin z metodiv pryiniattia upravlynskykh rishen [Participatory management as one of the methods of making managerial decisions] *Naukovyi visnyk LNU-VMBT im. S.Z. Hzhyskoho*. P. 12. 2 (44), pp. 3–7 [in Ukrainian].
3. Buletsa N.V. (2016). Osoblyvosti protsesu partysypatyvnoho biudzhetuvannia v Ukraini [Peculiarities of the participatory budgeting process in Ukraine]. *Prychornomorski ekonomichni studii*, 8, pp.159–165 [in Ukrainian].
4. Butenko O.P., Opikunova N.V. (2021). Rol systemy zvorotnoho zviazku u protsesi studentotsentrovanoho navchannia : *Kolektyvna monohrafiia* [The role of the feedback system in the process of student-centered learning : Collective monograph]. URL: https://www.researchgate.net/publication/355141071_ROL_SISTEMI_ZVOROTNOGO_ZV'AZKU_U_PROCESI_STUDENTOCENTROVANOGO_NAVCANNA [in Ukrainian].
5. Hladun V. (2019). Partysypatsiia uchnivskoi molodi yak skladova formuvannia hromadianskoi kompetentnosti [Participation of student youth as a component of the formation of civic competence]. *Nova pedahohichna dumka*, 4 (100), pp. 145–149 [in Ukrainian].
6. Horbliuk S.A. (2020). Hromadska partysypatsiia u politytsi revitalizatsii mista [Public participation in the city revitalization policy]. *Teoriia ta praktyka derzhavnoho upravlinnia*. Vyp. 4, pp. 118–125 [in Ukrainian].
7. Znatkova O.M. (2018). *Fasylytatsiia yak partysypatyvna tekhnolohiia v systemi derzhavnoho upravlinnia v Ukraini* [Facilitation as a participatory technology in the system of public administration in Ukraine]. *Aktualni problemy derzhavnoho upravlinnia*, 2 (54). Pp. 13–20 [in Ukrainian].
8. Klochko A. (2021). Psykholohiia rozvytku innovatsiinykh styliv upravlinnia u menedzheriv osvitykh orh-anizatsii : dys. ... d. psykhol. n. : *19.00.10* [Psychology of development of innovative management styles

in managers of educational organizations. Doctor of science thesis] Instytut psychologii imeni H.S. Kostiuca. Kyiv, 574 p. [in Ukrainian].

9. Kolisnichenko N. (2021). Partysypatyvne upravlinnia v haluzi osvity: sutnist, osoblyvosti, tendentsii formuvannia i realizatsii [Participatory management in the field of education: essence, features, trends in formation and implementation]. Aktualni problemy derzhavnogo upravlinnia, 3 (84). Pp. 105–109 [in Ukrainian].
10. Levchenko O. Velychko N., Kovshun L. Partysypatyvnyi pidkhid ta praktyky na rivni hromady [Participatory approach and practices at the community level. Guide for public activists and all those interested] : Posibnyk dlia hromadskykhaktyvistiv ta vsikhzatsikavlenykh / Za red. L. Polskoi. URL: <https://www.hubs.org.ua/wp-content/uploads/2018/10/partysypatyvnyj-pidkhid.pdf> [in Ukrainian].
11. Levy-Briul L. (1937). Pervobutochnaia myfolohyia [Primitive mythology]. Moscow : OHYZ, 354 p. [in Russian].
12. Partysypatsiia patsientiv yak element zabezpechennia bezpeky nadannia medychnoi dopomohy – osoblyvosti dystantsiinoho formatu. O.P. Mintser, N.V. Myronenko, N.O. Sinienko, A.M. Novyk (2019) [Patient participation as an element of ensuring the safety of medical care – features of the online format]. Medychna informatyka ta inzheneriia, 4. pp. 76–79 [in Ukrainian].
13. Petrusenko Yu.M. (2015). Partysypatyvna model upravlinnia ta finansuvannia v mizhnarodnykh prohramakh tekhnichnoi dopomohy yak faktor rozvytku sotsialnogo kapitalu terytorialnoi hromady [Participatory model of management and financing in international technical assistance programs as a factor in the development of the social capital of the territorial community]. Ekonomichnyi visnyk, 2. Pp. 31–36 [in Ukrainian].
14. Proiekt YeS/PROON. Mistsevyi rozvytok, oriientovanyi na hromadu [Project of EU/ PD UNO Community based approach] from URL: <http://cba.org.ua/ua> [in Ukrainian].
15. Karamushka L.M. (2008). Psykholohiia diialnosti orhanizatsii v umovakh sotsialno-ekonomichnykh zmin (na materialy osvity orhanizatsii) : monohrafiia [Psychology of the activities of organizations in the conditions of socio-economic changes (on the material of educational organizations) : monograph] Kyiv : Pedahohichna dumka, 192 p. [in Ukrainian]
16. Radionova L.O. Partysypatyvna model upravlinnia mistom [Participatory model of city management] from URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/14379/1/%D0%A0%D0%B0%D0%B4%D1%96%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%9B.pdf> [in Ukrainian].
17. Stryzheus L.V. (2013). Zastosuvannia partysypatyvnoho stylu upravlinnia pidpriemstvom [Application of participatory style of enterprise management]. Ekonomichna stratehiia i perspektyvy rozvytku sfery torhivli ta posluh. Vyp. 1 (1). Pp. 179–187 [in Ukrainian].
18. Chaban O.O. (2014). Perevahy, nedoliky ta mezhi zastosuvannia partysypatyvnoi modeli demokracji [Advantages, disadvantages and limits of the participatory model of democracy]. Visnyk KhNU im. Karazina 1091, serii Pytannia politolohii, pp. 38–44 [in Ukrainian].
19. Iahodnikova V., Hrynova M. (2021). Partysypatyvnyi pidkhid do vykhovannia liderskykh yakosteï pidlitkiv [Participatory approach to education of leadership qualities of teenagers]. Molod i rynek, 11–12 (197–198). Pp. 44–49 [in Ukrainian].
20. Christens B.D., Peterson N.A., Speer P.W. Community participation and psychological empowerment: testing reciprocal causality using across-lagged panel design and latent constructs. From URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1090198110372880> [in English].
21. Rifkin S.B., Kangere M. *What is Participation?* From URL: https://www.researchgate.net/publication/311607512_What_is_Participation [in English].
22. Stevenson C., Dixon J., Hopkins N., Luyt R. The social psychology of citizenship, participation and social exclusion. From URL: https://www.researchgate.net/publication/283671406_The_Social_Psychology_of_Citizenship_Participation_and_Social_Exclusion_Introduction_to_the_Special_Thematic_Section [in English].
23. Van Stekelenburg J., Klandermans P.G. Social psychology of movement participation. From URL: https://www.researchgate.net/publication/319525300_Social_Psychology_of_Movement_Participation [in English].

ПЕРЕВАГИ НАВЧАННЯ У ФОРМАТІ ОНЛАЙН: ЕМПІРИЧНИЙ АСПЕКТ

Оришин-Буждиган Л. С.

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри теоретичної та практичної психології

Національний університет «Львівська політехніка»

вул. Степана Бандери, 12, Львів, Україна

orcid.org/0000-0002-5681-0307

lida.oryshchyn@gmail.com

Ключові слова: *онлайн-навчання, освіта, студенти, переваги онлайн-навчання, пандемія.*

Онлайн-навчання стає невід'ємною частиною сучасного освітнього простору. Частка занять, які проводяться за допомогою новітніх освітніх платформ, постійно зростає з початком пандемії Ковід-19. Постулюється теза, що онлайн-навчання стане провідною формою здобуття знань у майбутньому, тому варто вже зараз розпочинати опрацьовувати стратегії розвитку цієї галузі, відповідним чином здійснювати підготовку фахівців освітньої галузі. Для успішного навчання онлайн необхідні: технічне забезпечення, гарно побудований інтерфейс курсу, групова взаємодія й особиста включеність особи, яка навчається. Студенти можуть брати участь у заняттях із будь-якої зручної для них локації, де є інтернет і комп'ютер. Респонденти, які оцінювали онлайн-навчання, зауважували багато переваг і позитивних рис такої форми навчання. Метою статті є вивчення особливостей і переваг, які спостерігають учасники онлайн-навчання в такій формі роботи. Робоча гіпотеза полягала у припущенні, що особи, які здобувають знання у формі онлайн, матимуть позитивне ставлення до навчання у віртуальному просторі, високо оцінюватимуть переваги, які надає онлайн-навчання. З метою вивчення ставлення здобувачів вищої освіти до віртуальної форми навчання сконструйовано авторську анкету, яка містить п'ятнадцять запитань, що стосуються ставлення до навчання у віртуальному середовищі й оцінки переваг навчання у форматі онлайн. Анкета ґрунтується на теоретичних концепціях позитивного ставлення до онлайн-навчання. З метою апробації робочих припущень про позитивне ставлення молоді, що навчається, до здобування знань у формі онлайн, проведено дослідження, у якому взяло участь 411 осіб. Досліджувані здобувачі вищої освіти високо оцінили якість і комфорт навчання у форматі онлайн. Стосовно лекцій і практичних, то тут також домінувала позитивна оцінка. Досліджувані студенти також обирали ті переваги, які є для них значущими в онлайн-навчанні, найбільш вагомими були: більша кількість вільного часу, можливість поєднувати навчання з іншими справами або ж виконувати декілька справ водночас, економія коштів, більше часу на сон.

BENEFITS FROM ONLINE LEARNING: EMPIRICAL ASPECT

Oryshchyn-Buzhdyhan L. S.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of Practical Psychology
Lviv Polytechnic National University
Stepan Bandera str., 12, Lviv, Ukraine
orcid.org/0000-0002-5681-0307
lida.oryshchyn@gmail.com*

Key words: *online learning, education, students, online learning benefits, pandemic.*

The spread of COVID-19 has led to the closure of educational institutions all over the world. During on the pandemic period, students could take classes from any location, provided they have access to a computer. Students in online classes can working together with each others from various places to share any different opinions and cooperate to solve the problems. Many students have reported positive experiences with online courses. The most valuable benefits for online learning were: flexibility (time & place); ability to view/review lecture videos as necessary; lower spent fund for parking and food as well; didn't have to deal with other students, who was disturbing class; didn't have to wait for other students who work at a slower pace. Students prefer more passive strategies online, such as re-reading or taking notes, instead of engaging in the more effortful retrieval practice. Research has demonstrated the benefits of retrieval practice (taking quizzes) on long-term retention (the so-called testing effect) and end-of-course outcomes. As an increased amount of learning is happening online, it is important that we promote effective learning strategies within these environments. Students who took all or partly of their class online performed better, on average. The main research question was: how Ukrainian students evaluate online learning? The study was held Ukrainian city – L'viv. Ukrainians were in age from 15 till 46 (with $M = 18,9$, $S.D. = 2,5$). The main bulk of respondents studying at Lviv Polytechnic National University. Research was anonymous, and was carried out from 16-th till 23-th of March 2022. In total 411 respondents took part in the research. Questioner measuring benefits from online learning was constructed for the investigational needs. Students from L'viv positive evaluated quality and comfort from online learning. They liked to have lectures, trainings and seminars online. The most popular benefits from online learning were: combine learning with other things, more free time, saving money, more time for sleeping. Online learning improved the level of technical skills the participants.

Постановка проблеми. Онлайн-навчання стає невід'ємною частиною сучасного освітнього простору. Частина занять, які проводяться за допомогою новітніх освітніх платформ, допоміжних програм та інших корисних технічних прийомів, постійно зростає в кількості та різноманітності, удосконалюються їх якість і зміст. Актуальним залишається питання: чи задовольняє всі освітні потреби такий формат навчання? Яким є ставлення здобувачів знань до онлайн-навчання?

У першій половині 2000-х рр., коли онлайн-навчання тільки розпочинало своє входження у глобальний освітній простір, під час дослідження цього типу навчання вчені робили більший акцент на негативних наслідках такої форми педаго-

гічної комунікації [9]. Автори (A. Savarimuthu, S. Palaniyandi) уважали, що поряд із деякими перевагами, які надає онлайн-навчання (гнучкість часу та великий інформаційний обсяг викладу дисципліни), така форма навчання несе в собі великий ризик формування онлайн-адикції, збільшує рівень переживання тривоги, фрустрації, стресу, інтенсифікує почуття самотності, інколи наслідком надмірної онлайн-включеності може бути соціальна фобія [9].

Зейн Ашер Грін [6] наголошує на позитивних рисах онлайн-навчання, яке з початком пандемії Ковід-19 стрімко заповнило простір навчання й освіти загалом. На думку авторки, онлайн-навчання стане провідною формою здобуття знань

у майбутньому, тому варто вже зараз розпочинати опрацьовувати стратегії розвитку цієї галузі, відповідним чином здійснювати підготовку фахівців освітньої галузі. До засобів підвищення ефективності онлайн-навчання Зейн Ашер Грін відносить більш широку та гнучку доступність навчальних матеріалів у формі попередніх записів лекцій, які матимуть змогу опанувати ті учні та студенти, які не змогли бути присутніми на онлайн-занятті. Також варто організовувати мотиваційні зустрічі викладачів для покращення якості викладання онлайн. На цих зустрічах науково-педагогічні працівники зможуть також ділитися особистим досвідом онлайн-викладання. Завдяки доступу навчальних матеріалів особи, які навчаються, мають змогу гнучко підходити до особистого навчального плану, обирати зручні для себе час і спосіб навчання. Для складних і комплексних предметів авторка пропонує приділяти багато часу для гармонійного розроблення курсу, який має бути продуманим і спланованим до найдрібніших деталей. Також рекомендовано використовувати змішаний формат навчання в разі необхідності здобуття безпосереднього практичного досвіду. Здатність до консенсуального поєднання чотирьох напрямів успішного навчання: когнітивного, емоційного, соціального та навчального середовища, може бути цілком реалізованою у віртуальному доквілі. Онлайн-навчання може значно покращити особисту ефективність і самостійність здобувача знань у навчальному процесі [6].

У процесі вивчення на емпіричному рівні чинників, які впливають на включеність в онлайн-навчання, науковці виділили такі компоненти: компоненти технологічного забезпечення й уміння користуватися відповідними програмами та засобами, практичний досвід управління контентом, значущість ролі студента у процесі вирішення освітніх завдань і переваженість знаннями. Для успішного навчання онлайн необхідні: технічне забезпечення, гарно побудований інтерфейс курсу, групова взаємодія й особиста включеність особи, яка навчається, у процес [2].

Студенти можуть брати участь у заняттях із будь-якої зручної для них локації, де є інтернет і комп'ютер.

Студенти, що оцінювали онлайн-навчання, зауважували багато переваг і позитивних рис такої форми навчання. Основний акцент був на тому, що вони мають можливість працювати спільно з усіма з різних місць і можуть ділитися досвідом, спільно вирішувати навчальні завдання та робочі питання [1]. Власне можливість працювати з різних місць перебування, за даними багатьох досліджень, і є основною його перевагою, також сильними сторонами онлайн-навчання його учасники називають більш релаксуюче доквілля, менший

рівень стресу від запитань, що лунають на семінарі, можливість виконувати іншу активність, яка не виступає противагою навчанню [5].

Учасники навчального процесу до переваг онлайн-навчання відносять таке:

- неформальний стиль в одязі, можливість подорожувати та навчатися;
- гнучкість у виборі часу та місця навчання;
- відсутність обов'язку сидіти під час занять;
- можливість переглянути відео із записом лекції один чи декілька разів;
- економія коштів на доїзди та харчування;
- менший рівень стресу, пов'язаний із тим, щоби вчасно встигнути на заняття;
- не потрібно звертати увагу на студентів, які переривають навчання, заважають проводити заняття;
- не потрібно чекати на інших студентів, які працюють у повільнішому темпі;
- не потрібно взаємодіяти в командній роботі;
- менше контактів з іншими студентами [1; 7].

Проте в такому разі зростають вимоги до наповнення курсу, його дизайну, технологічного забезпечення та підготовки до такого способу виконання навчальних завдань у викладачів курсів [5]. Існують багато способів удосконалення знань, умінь і практичних навичок викладачів, онлайн-курсів, що допоможуть підняти онлайн-навчання на якісно новий рівень [8].

Загалом під час онлайн-навчання студенти віддають перевагу більш пасивним стратегіям вивчення матеріалів курсів, як-от: перерахування інформації, написання нотаток замість того, щоб апробувати знання у складних практичних завданнях. Хоча дослідження в цій галузі вказують на набагато більший позитивний ефект від практичних завдань і повторних тестувань для успішного засвоєння знань у довготривалій перспективі. У період зростання значущості онлайн-навчання важливо акцентувати увагу на ефективних техніках і стратегіях його реалізації [4].

Переважно сумлінні студенти, які відвідували всі онлайн-заняття, показують кращий (вищий за середній) результат успішності [3].

Метою статті є вивчення особливостей і переваг, що спостерігають учасники онлайн-навчання в такій формі роботи.

Робоча гіпотеза полягала у припущенні, що особи, які отримують знання у формі онлайн, матимуть позитивне ставлення до навчання у віртуальному просторі, високо оцінюватимуть переваги, які надає онлайн-навчання.

Результати дослідження. З метою вивчення ставлення здобувачів вищої освіти до віртуальної форми навчання сконструйовано авторську анкету, що містить п'ятнадцять запитань, які стосуються ставлення до навчання у віртуальному середовищі й

оцінки переваг навчання у форматі онлайн. Анкета ґрунтується на теоретичних концепціях позитивного ставлення до онлайн-навчання [1; 5; 7]. Респондент повинен оцінити кожне із тверджень від нуля до десяти, де десять – це дуже подобається, дуже позитивна оцінка, 5 – ставлення ні позитивне, ні негативне, або нейтральне, 1 – дуже не подобається, ставлення дуже негативне. Усі твердження сконструйованої авторської анкети мали високу внутрішню узгодженість (Альфа Кронбаха – 0,85).

З метою апробації робочих припущень про позитивне ставлення молоді, що навчається, до здобування знань у формі онлайн, проведено дослідження, у якому взяло участь 411 осіб, віком від 15 до 46 років. Більша частина досліджуваних були віком від 15 до 19 років (загальний відсоток дорівнює 74,9%, серед них 15-річних було 7,5%, осіб 18 років – 32,6%, 19 років – 34,8%). Серед досліджуваних переважали представниці жіночої статі – 69,3%, а чоловіки становили 30,7% досліджуваної групи. Більшість респондентів навчалися в Національному університеті «Львів-

ська політехніка» (55%), 45% опитаних навчалися в інших вищих навчальних закладах України. Детально проілюстровано на Рис. 1.

Досліджування відбувалось із 17 лютого по 23 березня 2022 р. Форми проведення дослідження були такі: розсилання гугл-опитування за допомогою соціальних мереж, електронних скриньок, інших дистанційних засобів комунікації.

Досліджувані здобувачі вищої освіти високо оцінили якість і комфорт навчання у форматі онлайн: оцінку 7–10 балів (яка характеризує дуже позитивне ставлення) щодо комфорту поставили 75,7% та стосовно якості 67,2% опитаних. Незадоволеними комфортом і якістю навчання у віртуальному середовищі були 9 та 11,4% відповідно. Детально зображено на Рис. 2.

Що стосується оцінки лекцій і практичних, то тут також домінувала позитивна оцінка: 7–10 балів поставили лекціям 67,6%, практичним – 62,3% респондентів. Негативна оцінка була рідкісною (9,5%) для лекцій та частіше траплялася для практичних (16,5%) (див. Рис. 3).

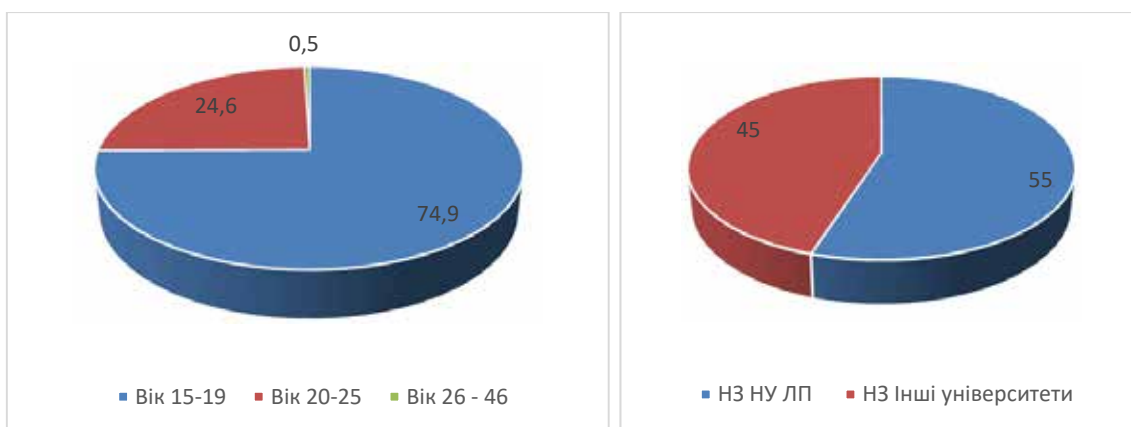


Рис. 1. Характеристика досліджуваної групи осіб



Рис. 2. Оцінка якості та комфорту віртуального навчання



Рис. 3. Оцінка лекцій і практичних на онлайн-навчанні

Ставлення до семінарських занять у форматі онлайн було аналогічним до оцінки лекцій і практичних: 65,7% опитаних засвідчили, що їм подобається така віртуальна форма навчання, 20,4% поставили нейтральну оцінку та 13,9% не подобаються такі заняття у форматі онлайн.

Досліджувані студенти також обирали ті переваги, які є для них значущими в онлайн-навчанні. Найбільш вагомими були: більша кількість вільного часу (для 77,9% опитаних), можливість поєднувати навчання з іншими справами або ж виконувати декілька справ водночас (для 76,2%), економія коштів (для 55,2%), більше часу на сон (для 46,7%). П'ята частина досліджуваних осіб (21,9%) вважає онлайн-навчання більш структурованим. Детально – на Рисунку 4.

Більшість досліджуваних осіб високо оцінили перевагу економії часу (81,9%) і коштів (66,9%).

Четверта частина студентів (25,3%) нейтрально ставиться до переваги економії коштів. Детальний аналіз розміщено на Рис. 5.

Також здебільшого високі оцінки отримали такі переваги: можливість поєднувати навчання з іншими справами, виконання їх одночасно (для 81,2% це дуже позитивно), більше часу на сон (для 66% це дуже позитивно). Нейтральну оцінку якості сну поставили 24,5% опитаних, а можливості виконання декількох справ водночас – 13,9% досліджуваних осіб (див. Рис. 6).

Значна частина досліджуваних осіб вважають онлайн-навчання досить структурованим (50,8% дуже позитивно оцінили, 31,1% нейтрально-позитивно оцінили цю перевагу). Що стосується хаотичності такої форми навчання, то тут домінувала нейтральна (для 41,4%)

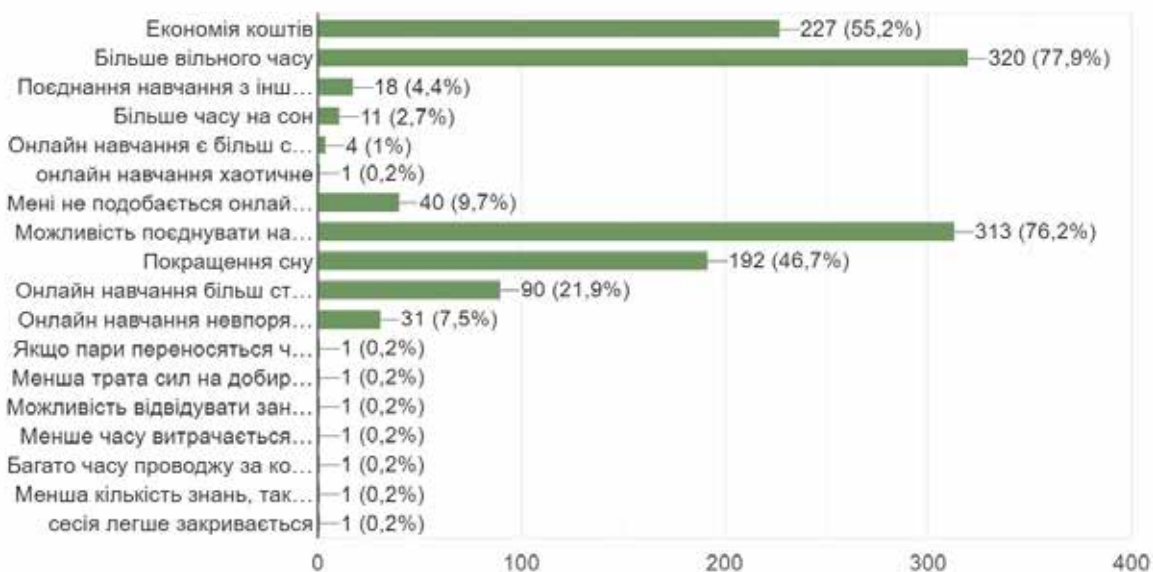


Рис. 4. Переваги онлайн-навчання



Рис. 5. Оцінка переваг економії коштів та часу



Рис. 6. Оцінка переваг поєднання навчання з іншими справами та краща якість сну



Рис. 7. Оцінка переваг структурованості та хаотичності онлайн-навчання

оцінка, негативна (для 28,7%) та позитивна (для 29,9%), відсутність порядку оцінили третина осіб (див. Рис. 7).

Твердження про те, що онлайн-навчання не подобається, було оцінено переважно негативно

(для 42,6%), а нейтральна (для 28,7%) та позитивна (для 28,7%) оцінка властива третині осіб.

Більше половини респондентів зазначили, що наявність матеріалів курсу (конспектів лекцій, презентацій, тестової перевірки знань) була корисною та допомогла покращити рівень знань



Рис. 8. Оцінка якісних характеристик онлайн-навчання

(для 64,9%). Також досліджувані здобувачі знань (59,1%) констатували покращення рівня технічних здібностей і навичок.

Висновки. Отже студенти, які взяли участь у дослідженні, позитивно оцінюють якість і комфорт від навчання онлайн у будь-якій формі проведення. Також найбільш вагомими перевагами такої форми здобування знань є економія часу та коштів, мож-

ливості поєднувати навчання з іншими справами. Отримані результати цілком узгоджуються з аналогічними дослідженнями вчених у галузі вивчення сильних сторін навчання онлайн [1; 5; 7].

Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні негативних рис такого виду навчання й опрацюванні шляхів удосконалення, оптимізації навчання онлайн.

ЛІТЕРАТУРА

1. Expected advantages and disadvantages of online learning: Perceptions from college students who have not taken online courses / M.W. Alexander et al. *Issues in Information Systems*. 2012. № 13 (2). P. 193–200.
2. Das S. Psychological Factors Affecting the Quality Of Online Learning. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*. 2021 Apr. 28. № 12 (10). P. 812–817.
3. University students online learning system during Covid-19 pandemic: Advantages, constraints and solutions / N.A. Fatonia et al. *Systematic reviews in pharmacy*. 2020 Jul. № 11(7). P. 570–576.
4. What you do predicts how you do: Prospectively modeling student quiz performance using activity features in an online learning environment / E. Jensen et al. *InLAK21 : 11th International Learning Analytics and Knowledge Conference 2021 Apr. 12*. P. 121–131.
5. Online Medical Education: A look into the various perceptions, among students across India / N. George et al. *Indian Journal of Preventive & Social Medicine*. 2022 Jun 29. № 53(2). P. 107–116.
6. Testing the Career Construction Model of Adaptation in a sample of Afghanistan's working adults : A longitudinal study / Z.A. Green et al. *Journal of Career Assessment*. 2022, Apr. 11. P. 1–8. DOI: 10.1016/j.heliyon.2022.e09729:
7. The evolution of self-control / E.L. MacLean et al. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2014, May 20. № 111 (20). P. 140–148.
8. Power R. Accessibility in Online Learning. *Thriving Online : A Guide for Busy Educators*. № 51. P. 101–110.
9. Savarimuthu A. Palaniyandi S. Psychological impact of online learning. *EduTrucks*. 2007. Vol. 7. № 2. P. 7–9.

УДК 159.92
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-16>

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА ПОЛІТИКО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ СТАНОВЛЕННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

Петровська І. Р.

*кандидат технічних наук, доцент,
доцент кафедри психології*

Львівський національний університет імені Івана Франка

вул. Університетська, 1, Львів, Україна

orcid.org/0000-0001-7544-945X

petrovin55@gmail.com

Ключові слова: *громадянська ідентичність, становлення, чинники, державницькі цінності, образ держави, громадянська компетентність, політичні погляди.*

Для ефективної реалізації основних завдань, змісту та складових частин державної політики у сфері утвердження української громадянської ідентичності важливо знати чинники її становлення. Метою статті є представлення результатів емпіричного дослідження соціально-психологічних і політико-психологічних чинників становлення громадянської ідентичності. Для досягнення мети використано систему методів: теоретичних (аналіз і синтез основних положень науково-дослідницьких джерел із проблематики дослідження, осмислення, систематизація, узагальнення й інтерпретація наукових даних щодо чинників становлення громадянської ідентичності особистості); емпіричні (анкетування, тестування за авторським опитувальником «Діагностика зрілості та типу громадянської ідентичності особистості»); статистичні (порівняльний аналіз за Т-критерієм Стьюдента, факторний аналіз методом головних компонент із Varimax-обертанням, дискримінантний аналіз із покроковим методом, множинний регресійний аналіз). У дослідженні взяло участь 210 громадян (по 105 представників із низьким і високим рівнем зрілості громадянської ідентичності) віком від 26 до 58 років, 122 (58%) жінки, 88 (42%) чоловіків, 116 (55%) містян, 94 (45%) селянина. За результатами емпіричного дослідження встановлено, що до соціально-психологічних чинників громадянської ідентичності увійшли ціннісні (особистісні цінності, що включають продержавницькі/національні цінності та цінності гуманності, законності та свободи), особистісні (громадянська компетентність, що передбачає соціальну та комунікативну компетентність, готовність до громадянської партиципації, здатність до відстоювання громадянських прав, а також до балансу між індивідуальними та груповими інтересами, здатність брати на себе відповідальність за власне існування, результати діяльності та взаємодію (самозарадність) та соціально-перцептивні (образ держави як такої, що надає можливості для власної самореалізації та задоволення потреб) характеристики, до політико-психологічних – політичні погляди (євроцентричні й україноцентричні, а також ті, що передбачають необхідність більшої прозорості та визначеності державної політики, розширення можливостей законного впливу на владу).

EMPIRICAL STUDY OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL AND POLITICAL-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF CIVIC IDENTITY FORMATION

Petrovska I. R.

*Ph. D. in Technical Sciences, Associate Professor;
Associate Professor at the Department of Psychology
Ivan Franko Lviv National University
Universytetska str., 1, Lviv, Ukraine
orcid.org/0000-0001-7544-945X
petrovin55@gmail.com*

Key words: *civic identity formation, factors, state values, image of state, civic competence, political views.*

For the effective implementation of the main tasks, content and components of state policy in the sphere of establishing Ukrainian civic identity, it is essential to know the factors of its formation. The article's purpose is to present the results of an empirical study of socio-psychological and political-psychological factors of civic identity formation. To achieve the goal, a system of methods was used: theoretical (analysis and synthesis of the main provisions of scientific and research sources on the issues of research, systematization, generalization and interpretation of scientific data regarding the factors of the formation of a person's civic identity); empirical (survey, testing by the author's questionnaire "Diagnosis of maturity and type of civic identity"); statistical (comparative analysis according to the Student's T-test, factor analysis using the method of principal components with Varimax rotation, discriminant analysis using the stepwise method, multiple regression analysis). The empirical study involved 210 citizens (105 of whom had a low level of civic identity maturity and the other 105 a high level) aged 26 to 58; 122 (58%) women, 88 (42%) men; 116 (55%) of whom were born and live in cities and 94 (45%) – in rural areas. According to the results of empirical research, it was established that socio-psychological factors of civic identity include values (personal values, including pro-state/national values and values of humanity, legality, and freedom), personal characteristics (civic competence, which implies social and communicative competence, readiness to civic participation, the ability to defend civil rights, as well as the balance between individual and group interests, the ability to take responsibility for one's existence, activity results, and interaction (self-fulfillment) and socio-perceptual characteristics (the image of the state as providing opportunities for self-realization and satisfaction of needs). Political-psychological factors include such political views as Eurocentric and Ukrainian-centric orientations and those that foresee the need for greater transparency and certainty of state policy, expanding the possibilities of legitimate influence on the authorities.

Постановка проблеми. Російська збройна агресія проти України, проти суверенітету та територіальної цілісності нашої держави, що розпочалася у 2014 р. і триває дотепер, серед іншого, підштовхнула частину українських громадян до самовизначення (загроза існуванню держави підсилює ідентичність і робить її більш усвідомленою [14; 16], змусила багатьох дати собі відповідь на питання: чи хочу я залишатися громадянином цієї держави, чи готовий захищати свою державу та докладати зусилля для її відбудови тощо? У частини громадян актуалізувалися державницькі та громадянські

цінності, особиста відповідальність за державу і співгромадян, відбулося переосмислення соціальної ролі громадянина, отже, їхня громадянська ідентичність набула ознак зрілості, а саме концептуальності (цілісності, осмисленості різних аспектів громадянського життя, деталізованості та логічності атиюдів стосовно різних аспектів життя держави); суб'єктної орієнтованості (готовності бути джерелом активності у стосунках із державою та співгромадянами, відповідальності за себе як громадянина і за свій внесок у життя держави, переживання себе суб'єктом); стійкості (здатно-

сті зберігати громадянську ідентичність в умовах негативних зовнішніх впливів, несхильність змінити державу підданства без істотної переоцінки цінностей і зміни его-ідентичності) [7]. Натомість громадянська ідентичність ще досить значної частини населення залишається дефіцитарною, недорозвинутою. Несформованість (дефіцитарність) громадянської ідентичності виявляється в дистанціюванні та відчуженні від держави та політики, неготовності брати на себе відповідальність за ситуацію в державі; громадянська позиція таких громадян щодо цілої низки питань може бути легко змінена – без переосмислення, без внутрішнього конфлікту чи боротьби (аналогічно може змінитися об'єкт ідентичності: наприклад, ще вчора громадянин «приймав» своє українське громадянство, а нині вже виступає за отримання російського) тощо. На жаль, окремі громадяни навіть під час війни намагаються «влаштуватися» за рахунок інших, скористатися ситуацією для власного збагачення/самоствердження/зміни держави свого підданства тощо, вступають із державою та співгромадянами в «ігрову» інтеракцію, у якій домінують парадигми суб'єкт-об'єктного типу.

Розуміння на державному рівні важливості формування української національної/громадянської ідентичності як складової частини гарантування національної безпеки України відображено у проекті закону України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності» від 23 листопада 2021 р., який був прийнятий за основу постановою Верховної Ради України (від 16 серпня 2022 р.). Зауважимо, що ефективна реалізація основних завдань, змісту та складових частин державної політики у сфері утвердження української громадянської ідентичності потребує, зокрема, розуміння механізмів (виникнення, розвитку, утвердження) громадянської ідентичності [15], а також чинників її становлення.

На необхідності узгоджених зусиль держави та суспільства в розв'язанні проблем із формування громадянської ідентичності наголошують чимало українських психологів, соціологів, істориків, політологів [1; 5; 8; 9]. Так, за словами Т. Бевз, як суспільство, так і громадяни потребують довгострокової, цілеспрямованої та комплексної державної політики з формування спільної громадянської ідентичності, оскільки «політико-правове поле України об'єднало представників багатьох національностей, етнічних груп, релігій, отже, необхідно здійснювати пошук норм, цінностей, моральних кодів, які сформулюються в систему громадянських уявлень і забезпечать консолідацію людей в єдиній Українській державі» [1, с. 245].

На думку О. Макарової, важливими чинниками формування громадянської ідентичності

є «активне ставлення особистості до соціального життя, політичної активності, здатність інституційними заходами захищати свої інтереси, здатність визначати власне ставлення до проявів соціальної реальності, готовність ухвалювати власні рішення, перспективна відповідальність щодо власних учинків і розуміння можливих наслідків, здатність до різних форм спільної діяльності, об'єднання навколо спільних цілей та цінностей» [5, с. 154].

Принадно зазначимо, що поняття «чинник» («фактор») походить від латинського *factor* – «*те, що чинить, здійснює вплив, діюче*». Отже, чинниками становлення громадянської ідентичності будемо вважати те, що прямо чи опосередковано впливає на її виникнення та розвиток.

Мета статті – представити результати емпіричного дослідження соціально-психологічних і політико-психологічних чинників становлення громадянської ідентичності.

Результати дослідження. З метою визначення чинників становлення зрілої громадянської ідентичності було проведене дослідження (лютий – жовтень 2021 р.), у якому взяло участь 210 громадян віком від 26 до 58 років, серед яких 122 (58%) жінки, 88 (42%) чоловіків, 116 (55%) містян, 94 (45%) селянина.

Вибірка досліджуваних (по 105 представників із низьким і високим рівнями зрілості громадянської ідентичності) була сформована за результатами попередньо проведеної діагностики рівня зрілості громадянської ідентичності за допомогою авторського тест-опитувальника [7]. Для визначення чинників становлення громадянської ідентичності осіб із низьким і високим рівнями зрілості громадянської ідентичності досліджуваним було запропоновано заповнити анкету, у якій потрібно було оцінити твердження від 1 до 7 (1 – абсолютно не погоджуюся, 7 – абсолютно погоджуюся), які стосувалися психологічних характеристик соціалізації, особистісних характеристик, цінностей особи, особливостей перцепції держави, політичних поглядів тощо.

Порівняльний аналіз (за Т-критерієм Стьюдента) виявив статистично значущі відмінності в осіб із низьким і високим рівнями зрілості громадянської ідентичності за такими показниками, як: готовність до громадянської партиципації (участі) ($p = 0,000$); значущість ідеї державності ($p = 0,029$); соціальна компетентність ($p = 0,042$); законність як цінність ($p = 0,024$); турбота держави про громадян ($p = 0,043$); можливість самореалізації в державі ($p = 0,007$); самозарядність ($p = 0,008$); комунікативна компетентність ($p = 0,039$); задоволення очікувань від держави ($p = 0,002$); цінність рівності прав і свобод ($p = 0,048$), значущість ідеї національної дер-

жави ($p = 0,034$); самостійність ухвалення рішень ($p = 0,043$); досвід відстоювання громадянських прав ($p = 0,000$); почуття персональної захищеності в державі ($p = 0,048$); почуття захищеності власності ($p = 0,035$); здатність підтримувати баланс між індивідуальними та груповими інтересами ($p = 0,028$); орієнтація на діалог із владою ($p = 0,000$); прийнятність стандартів життя в державі ($p = 0,032$); прагнення розширення можливостей самоврядування ($p = 0,000$); прагнення розширення законного впливу на державну владу ($p = 0,048$), підтримка цінностей і норм демократії ($p = 0,010$), цінність культури і гуманності суспільства ($p = 0,009$), україноцентризм як політична цінність ($p = 0,047$), євроінтеграція як політична цінність ($p = 0,011$), прагнення прозорості та визначеності державної політики ($p = 0,049$), самоорганізованість ($p = 0,045$), консолідованість громадян

($p = 0,032$), значущість національної ідентичності ($p = 0,009$), цінність свободи слова ($p = 0,048$).

З метою узагальнення значної кількості отриманих диференційних ознак був проведений факторний аналіз методом головних компонент із Varimax-обертанням результуючої нормативної матриці факторних навантажень. Виявлено 4 фактори, які загалом пояснюють 75,4% загальної дисперсії (табл. 1).

Перший фактор «*Образ держави*» (28,2% дисперсії) охоплює показники сприймання держави свого громадянства: турбота держави про громадян (0,71), можливість самореалізації в державі (0,64), почуття персональної захищеності в державі (0,57), почуття захищеності власності в державі (0,56), консолідованість громадян (0,53), прийнятність стандартів життя в державі (0,52), задоволення очікувань від держави (0,51).

Таблиця 1

Факторна модель показників становлення громадянської ідентичності особистості

Назва фактору	Показники, якими сформовано фактор	Значення	% дисперсії, яку пояснює фактор
Образ держави	турбота держави про громадян	0,71	28,2%
	можливість самореалізації в державі	0,64	
	почуття персональної захищеності в державі	0,57	
	почуття захищеності власності в державі	0,56	
	консолідованість громадян	0,53	
	прийнятність стандартів життя в державі	0,52	
	задоволення очікувань від держави	0,51	
Політичні погляди	україноцентризм як політична цінність	0,72	19,6%
	підтримка цінностей і норм демократії	0,68	
	євроінтеграція як політична цінність	0,64	
	орієнтація на діалог із владою	0,63	
	прагнення розширення можливостей самоврядування	0,62	
	прагнення розширення законного впливу на державну владу	0,59	
	прагнення прозорості та визначеності державної політики	0,53	
Громадянська компетентність	готовність до громадянської партиципації	0,74	16,2%
	самозарадність	0,69	
	здатність підтримувати баланс між індивідуальними та груповими інтересами	0,65	
	соціальна компетентність	0,63	
	комунікативна компетентність	0,62	
	автономність ухвалення рішень	0,62	
	самоорганізованість	0,59	
досвід відстоювання громадянських прав	0,53		
Цінності	значущість національної ідентичності	0,69	11,4%
	значущість ідеї державності	0,68	
	значущість ідеї національної держави	0,55	
	цінність свободи слова	0,52	
	цінність рівності прав і свобод	0,51	
	цінність культури та гуманності суспільства	0,50	
	законність як цінність	0,50	
Загальний % дисперсії, яку пояснює факторна модель			75,4%

Отримані результати підтверджують наші міркування про те, що образ/імідж держави впливає на процес становлення громадянської ідентичності особистості, зумовлює відповідне ставлення до свого членства в державі як організації, оцінювання перспектив щодо власного розвитку, соціальної самореалізації тощо.

Виявлені статистично значущі відмінності показників, що увійшли до першого фактору осіб із різним рівнем зрілості громадянської ідентичності, свідчать про те, що громадяни з високим рівнем зрілості громадянської ідентичності демонструють більш прихильне ставлення до держави як організації та співгромадян (що сприймаються більш консолідованими, об'єднаними спільною ментальністю та цінностями). У порівнянні з тими, хто має низький рівень зрілості, вони почуваються більш захищеними в державі, більше акцентують свою увагу на тих аспектах, що свідчать про турботу держави про громадян (можливість безкоштовної вакцинації, матеріальна допомога в разі народження дитини, надання субсидій, соціальна підтримка військовослужбовців, багатодітних сімей, безробітних, внутрішньо переміщених осіб тощо), мають вищий рівень задоволення очікувань від держави (розуміють, що може дати їм держава, а чого не варто від неї очікувати), більш адаптовані, тобто демонструють вищу пристосованість до організаційного середовища держави (прийнятність стандартів життя в державі) для забезпечення можливості функціонування в ньому для задоволення своїх потреб, зокрема й у соціальній самореалізації.

На залежність задоволеності потреб особи та її організаційної/громадянської/політичної ідентифікації звертають увагу як вітчизняні, так і зарубіжні психологи [2; 4; 6; 11]. Зокрема, надзвичайно важливим є задоволення потреби в безпеці в державі, і йдеться не тільки про фізичну безпеку, але й про економічну, правову, інформаційну безпеку [4]. Потреба особистості в безпеці, на думку Н. Хазратової, є однією з детермінант взаємодії особистості з державою, зумовлює прагнення впорядкованості соціального середовища, його прогнозованості та передбачуваності [11]. Основою переживання громадянської ідентичності, за Н. Хазратовою, є внутрішня співвіднесеність громадянина з державою, що продукує організаційний простір, у якому розгортається соціальна самореалізація кожного громадянина [12, с. 75]. На сприйняття держави, її легітимність в очах громадян, окрім задоволеності первинних потреб (фізичного існування в державі), впливають і потреби вищого рівня (соціального існування) – потреби у професійній, духовно-культурній, особистісній самореалізації, потреби в самоповазі тощо.

Отже, становленню громадянської ідентичності сприятиме суб'єктивне переживання громадянином стану надійної захищеності його життєво важливих потреб та інтересів, прав, свобод і цінностей у державі від протиправних зазіхань, загроз будь-якого роду (фізичної, майнової, інформаційної, соціальної, економічної, політичної, екологічної, військової тощо) та забезпеченості державою умов збереження і розвитку його особистого потенціалу, підтримання ефективного стимулювання діяльності [2].

Слушним є зауваження М. Фаріон і В. Ковча про те, що в Україні, у порівнянні з більш розвиненими країнами, держава проявляє малу активність у задоволенні потреб свого населення [10]. Водночас не варто нехтувати і покладеним на кожного громадянина держави обов'язком відповідальності за свою ініціативу й активність щодо забезпечення власного існування [13]. Проте варто зазначити, що ще на початок 2020 р. 24,4% населення України мали дохід менший, ніж прожитковий мінімум, що означає фактичне їх перебування за межею бідності та неспроможність забезпечити повною мірою навіть власні потреби нижчого рівня (їжа, одяг, ліки тощо). Особливо під час війни зростає кількість безробітних, малозабезпечених і непрацевдатних громадян, що перебувають у прямій залежності від держави. Рівень оплати праці, хоч і мав тенденцію до зростання (до повномасштабного вторгнення РФ в Україну), проте не відповідав реальній вартості робочої сили, особливо це стосується висококваліфікованих працівників (викладачі, науковці, медики, інженери тощо), що у своїй більшості не отримують того рівня доходу, який міг би забезпечити їм повноцінне задоволення потреб. Це підштовхує багатьох громадян шукати кращої долі в інших державах. Особливе занепокоєння викликає інтелектуальна міграція, що є серйозним викликом для національної безпеки української держави.

Другий фактор «Політичні погляди» (19,6% дисперсії) включає такі показники, як: україноцентризм як політична цінність (0,72), підтримка цінностей і норм демократії (0,68), євроінтеграція як політична цінність (0,64), орієнтація на діалог із владою (0,63), прагнення розширення можливостей самоврядування (0,62), прагнення розширення законного впливу на державну владу (0,59), прагнення прозорості та визначеності державної політики (0,53).

Аналіз відмінностей у показниках, що увійшли до другого фактору моделі осіб із різною зрілістю громадянської ідентичності дозволяє припустити, що громадяни з високим рівнем зрілості громадянської ідентичності більшою мірою підтримують демократичні цінності, форми та норми співжиття, що передбачають рівність перед

законом усіх громадян, дотримання конституційних прав, захист громадян від протиправних дій, хоч би звідки вони виходили, усунення привілеїв для окремих груп і категорій громадян, установ і органів влади, інформованість про всі важливі внутрішні та зовнішні події та процеси (вимога прозорості та визначеності державної політики) та дотримання практики суспільного обговорення важливих державницьких питань (орієнтація на діалог із владою) тощо. Вони прагнуть розширення прав і свобод громадян та їх об'єднань (зокрема, розширення можливостей самоврядування), посилення контролю з боку суспільства за діяльністю державної влади.

Громадяни з високим рівнем зрілості громадянської ідентичності більше, порівняно з тими громадянами, що мають її низький рівень, підтримують європейський шлях розвитку нашої держави, орієнтиром якого є країни – члени Євросоюзу, що характеризуються ефективнішою державною системою управління, вищим рівнем життя громадян і їх упевненістю у своєму майбутньому, їх більшою захищеністю у правах тощо. Оскільки європейська інтеграція для держави України передбачає проведення глибоких і структурних внутрішніх реформ (реформи державного управління, судової, митної, податкової, земельної й інших реформ), викорінення корупції, адаптації європейських стандартів тощо, її (євроінтеграцію) можна вважати важливою політичною цінністю.

Водночас громадяни з високим рівнем зрілості громадянської ідентичності підтримують також ідею власного державницького шляху розвитку, що передбачає побудову самостійної стратегії досягнення визначених цілей у відносинах з іншими державами (з опорою на національну гідність, реалізм і прагматизм), а також реалізацію соціально-економічної моделі розвитку держави, спираючись на власні сили.

До третього фактору «Громадянська компетентність» (16,2% дисперсії) увійшли: готовність до громадянської участі (партиципації) (0,74), самозарадність (0,69), здатність підтримувати баланс між індивідуальними та груповими інтересами (0,65), соціальна компетентність (0,63), комунікативна компетентність (0,62), автономність ухвалення рішень (0,62), самоорганізованість (0,59), досвід відстоювання громадянських прав (0,53).

Порівняльний аналіз показників, що сформували цей фактор, у досліджуваних осіб із різною зрілістю громадянської ідентичності свідчить про вищий рівень розвитку у громадян із високим рівнем зрілості громадянської ідентичності таких якостей, як самозарадність (уміння зарадити собі в будь-якій ситуації), самоорганізованість, самостійність ухвалення рішень, соціальна та комуні-

кативна компетентність, здатність підтримувати баланс між індивідуальними та груповими інтересами, готовність до громадянської партиципації, наявний досвід відстоювання громадянських прав. Усі ці якості й ознаки є необхідними для ефективного виконання ролі громадянина і дозволяють їх віднести до такої інтегративної характеристики особистості, як громадянська компетентність [3, с. 14].

І тут постає питання: громадянська компетентність є чинником становлення зрілої громадянської ідентичності чи навпаки, громадянська ідентичність зумовлює формування громадянської компетентності?

Так, І. Жадан у соціально-психологічній моделі громадянської компетентності [3, с. 15] до комплексу соціально-психологічних якостей, на базі яких формуються здатності та готовності до виконання ролі громадянина (кваліфікаційні ознаки), поряд із цінностями (свободи, законності, соціальної солідарності тощо), мотивацією (залучення, активності, самоорганізації тощо), когнітивними настановленнями (на критичний аналіз інформації, рефлексивний аналіз нового досвіду тощо), ставленнями (соціальна відповідальність, соціальний інтерес, соціальна довіра тощо) відносить ще й ідентичності (суб'єкту, громадянську, політичну, національну, регіональну, глобальну). Тобто ідентичність лежить в основі компетентності.

Справді, усвідомлення та переживання себе громадянином (ідентифікація) актуалізує відповідні кваліфікаційні характеристики власника статусу «громадянин» (громадянську компетентність). Однак варто зазначити, що в разі самоідентифікації з роллю громадянина в контексті ігрових і сценарних взаємодій із державними інституціями та співгромадянами громадянська компетентність з означеними вище соціально-психологічними якостями та кваліфікаційними ознаками може не розвинути або мати інший, сурогатний характер.

Отже, ті соціально-психологічні якості та психологічні характеристики соціалізації (самостійність ухвалення рішень, самозарадність, самоорганізованість, соціальна та комунікативна компетентність, готовність до громадянської партиципації, досвід відстоювання громадянських прав, здатність підтримувати баланс між індивідуальними та груповими інтересами), що увійшли до третього фактору і дістали назву «громадянська компетентність», є такими, що сприяють самовизначенню особи в організаційному середовищі держави, осмисленню власної ролі громадянина та забезпечують формування саме зрілої громадянської ідентичності, що характеризується концептуальністю та її суб'єктною орієнтацією.

Четвертий фактор «Цінності» (11,4% дисперсії) об'єднав у собі такі показники: значущість національної ідентичності (0,69), значущість ідеї державності (0,68), значущість ідеї національної держави (0,55), цінність свободи слова (0,52), цінність рівності прав і свобод (0,51), цінність культури та гуманності суспільства (0,50), законність як цінність (0,50).

Порівняння показників, що увійшли до четвертого фактору, в осіб із різним рівнем зрілості громадянської ідентичності демонструє значущо вищу актуалізованість у громадян із високим рівнем зрілості громадянської ідентичності продержавницьких цінностей (ідеї національної держави, ідеї державності), національної ідентичності, а також цінностей культури та гуманності суспільства, законності, свободи слова, рівності прав і свобод.

Після обчислення факторних оцінок (factor scores), тобто значень факторів для кожного досліджуваного був застосований дискримінантний аналіз із покроковим методом для визначення «ваги», тобто рівня внесків цих факторів у спроможність розрізняти (дискримінувати) громадян із різним рівнем сформованості громадянської ідентичності (табл. 2).

Усі чотири узагальнені чинники увійшли до дискримінантної моделі. Загальне значення лямбди Вілкса (Wilks' Lambda) для дискримінантного аналізу з урахуванням усіх включених змін-

них дорівнює 0,29010 (за $p < 0,0000$), що свідчить про досить якісне розділення за цими чинниками осіб із низьким і високим рівнем зрілості громадянської ідентичності. Отже, результати дискримінантного аналізу підтверджують важливість цих чинників у становленні громадянської ідентичності.

З метою визначення внеску кожного чинника у становлення громадянської ідентичності був використаний метод множинного регресійного аналізу. Залежною змінною обрано інтегральний показник зрілості громадянської ідентичності, незалежними змінними – отримані в результаті факторного аналізу та підтвержені дискримінантним аналізом чотири узагальнені чинники (табл. 3).

Коефіцієнт множинної кореляції ($R = 0,82$, $p < 0,0000$) побудованої регресійної моделі є статистично значущим і визначає високий ступінь залежності інтегрального показника зрілості громадянської ідентичності із сукупністю змінних: Цінності (значення Beta-коефіцієнта – 0,502392, свідчить про 50% внесок (вплив) цього предиктора у прогнозування зрілості громадянської ідентичності), Громадянська компетентність (Beta = 0,412087), Образ держави (Beta=0,402122) та Політичні погляди (Beta=0,295217). Загалом регресійна модель пояснює 67% ($R^2 = 0,67$) дисперсії залежної змінної. Варто зазначити, що визначені змінні, зважаючи на складність феномену громадянської ідентичності, не є єдиними чинниками її становлення, вони діють разом з іншими, не

Таблиця 2

Результати дискримінантного аналізу щодо спроможності чинників розрізняти осіб із різним рівнем громадянської ідентичності

Discriminant Function Analysis Summary (Дані 210) Step 4, N of vars in model: 4; Grouping: рівень зрілості ГІ (2 grps) Wilks' Lambda: 0,29010 approx. F (36,1264) = 8,7423, $p < 0,0000$						
	Wilks' – Lambda	Partial – Lambda	F-remove – (4,337)	p-level	Toler.	1-Toler. – (R-Sqr.)
Образ держави	0,542679	0,395138	20,89804	0,000000	0,879142	0,120858
Цінності	0,513394	0,438221	15,22399	0,000000	0,890301	0,109699
Політичні погляди	0,472606	0,596206	13,13372	0,000000	0,907923	0,092077
Громадянська компетентність	0,339132	0,633384	9,46046	0,000000	0,908224	0,091776

Таблиця 3

Результати множинної регресії

Regression Summary for Dependent Variable: інтегральний показник зрілості ГІ $R = 0,81918719$ $R^2 = 0,67106765$ Adjusted $R^2 = 0,66969710$ F (4,960) = 489,63, $p < 0,0000$						
N = 210	Beta	Std.Err. – of Beta	B	Std.Err. – of B	t(960)	p-level
Intercept			10,18446	0,090434	112,6178	0,00000
Цінності	0,502392	0,018510	2,45573	0,090481	27,1409	0,00000
Громадянська компетентність	0,412087	0,018510	2,01431	0,090481	22,2623	0,00000
Образ держави	0,402122	0,018510	1,96560	0,090481	21,7240	0,00000
Політичні погляди	0,295217	0,018510	1,44304	0,090481	15,9486	0,00000

врахованими в цій моделі. Проте в даній регресійній моделі всі чинники мають додатні значення, отже, є такими, що позитивно впливають і сприяють становленню зрілої громадянської ідентичності особистості.

Висновки. За результатами емпіричного дослідження встановлено, що до соціально-психологічних чинників громадянської ідентичності ввійшли ціннісні, особистісні та соціально-перцептивні характеристики, до політико-психологічних – політичні погляди досліджуваних осіб.

Отже, важливими чинниками становлення громадянської ідентичності є:

- особистісні цінності, що включають продержавницькі/національні цінності та цінності гуманності, законності та свободи;
- громадянська компетентність, що передбачає соціальну та комунікативну компетентність, готовність до громадянської партиципації,

здатність до відстоювання громадянських прав, а також до балансу між індивідуальними та груповими інтересами, здатність брати на себе відповідальність за власне існування, результати діяльності та взаємодію (самозарядність);

- образ держави як такої, що надає можливості для власної самореалізації та задоволення потреб;
- політичні погляди, насамперед євроцентричні й україноцентричні, а також ті, що передбачають необхідність більшої прозорості та визначеності державної політики, розширення можливостей законного впливу на владу.

Перспективи подальшого дослідження вбачаються в з'ясуванні впливу на становлення громадянської ідентичності менталітету громадянської спільноти, детальнішому вивченні проблеми девіацій зазначеного становлення, зумовлених як соціально-психологічними, так і політико-психологічними чинниками.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бевз Т. Особливості формування громадянської ідентичності в сучасній Україні. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень імені І.Ф. Кураса Національної академії наук України*. 2014. № 3. С. 236–246.
2. Боднар О. Поняття особистої безпеки людини і його структура. *Наукові записки Інституту законодавства Верховної Ради України*. 2011. Вип. 2(5). С. 148–153.
3. Жадан І. Соціально-психологічна модель громадянської компетентності. *Проблеми політичної психології*. 2019. № 8(22). С. 7–21.
4. Конфисахор А. Психология власти. Санкт-Петербург : Издательский дом «Питер», 2004. 234 с.
5. Макарова О. Формування громадянської ідентичності в закладах вищої освіти. *Вчені записки таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2020. № 31(70). С. 153–158.
6. Пашина Н. Легітимність влади як фактор політичної ідентифікації українських громадян. *European political and law discourse*. 2014. № 1 (2). С. 45–54.
7. Петровська І. Розробка та апробація опитувальника «Діагностика зрілості та типу громадянської ідентичності особистості». *Проблеми політичної психології*. 2021. № 24(1). С. 208–232.
8. Степаненко В. Громадянське суспільство: дискурси і практики. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2015. 420 с.
9. Українське студентство у пошуках ідентичності : монографія / за ред. В. Арбеніна, Л. Сокурянська. Харків : ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2012. 520 с.
10. Фаріон М., Ковч, В. Можливості та роль держави в задоволенні потреб суспільства за умов формування інноваційної економіки. *Галицький економічний вісник*. 2013. № 3(42). С. 53–60.
11. Хазратова Н. Психологія відносин особистості й держави : автореф. дис. ... докт. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2005. 35 с.
12. Хазратова Н. Еволюція громадянської ідентичності в умовах пострадянської України. *Психосоціально-вимір буття особистості в сучасному суспільстві* : матеріали Науково-практичної конференції. Львів : Видавництво НУ «Львівська політехніка», 2016. С. 72–76.
13. Erhard L. Wohlstand für Alle. Köln : Anaconda Verlag, 2009. 432 p.
14. Kaldor M. Identity and War. *Global Policy*, 2013. № 4(4). P. 336–346.
15. Petrovska I. Psychological Model of Civic Identity Formation. *Journal of Education Culture and Society*. 2021. № 12(2). P. 167–178.
16. Sasse G., Lackner A. War and Identity: the case of the Donbas in Ukraine. *Post-Soviet Affairs*. 2018. № 34(2–3). P. 139–157.

REFERENCES

1. Bevz, T.A. (2014). Osoblyvosti formuvannya hromadyanskoyi identychnosti v suchasnyy Ukraini [Peculiarities of the formation of civic identity in modern Ukraine]. *Naukovi zapysky Instytutu politychnykh i etnonatsionalnykh doslidzhen imeni I.F. Kurasa NAN Ukrainy*, 3, 236–246 [in Ukrainian].
2. Bodnar, O. (2011). Ponyattya osobystoyi bezpeky lyudyny i yoho struktura [The concept of personal security of a person and its structure]. *Naukovi zapysky Instytutu zakonodavstva Verkhovnoyi Rady Ukrainy*, 2(5), 148–153 [in Ukrainian].
3. Zhadan, I.V. (2019). Sotsialno-psykhologichna model hromadyanskoyi kompetentnosti [Socio-psychological model of civic competence]. *Problemy politychnoyi psykholohiyi*, 8(22), 7–21 [in Ukrainian].
4. Konfisakhor, A.G. (2004). *Psikhologiya vlasti* [The psychology of power]. SPb : Izdatelskiy dom “Piter” [in Russian].
5. Makarova, O.P. (2020). Formuvannya hromadyanskoyi identychnosti v zakladakh vyshchoyi osvity [Formation of civic identity in institutions of higher education]. *Vcheni zapysky tavriyskoho natsionalnoho universytetu imeni V.I. Vernadskoho. Seriya “Psykholohiya”*, 3/31(70), 153–158 [in Ukrainian].
6. Pashyna, N.P. (2014). Lehitymnist vlady yak faktor politychnoyi identyfikatsiyi ukrayinskykh hromadyan [Legitimacy of the government as a factor in the political identification of Ukrainian citizens]. *European political and law discourse*, 1(2), 45–54 [in Ukrainian].
7. Petrovska, I. (2021). Rozrobka ta aprobatsiya opytuvalnyka “Diahnostyka zrilosti ta typu hromadyanskoyi identychnosti osobystosti” [Development and validation of a Questionnaire “Diagnosis of Maturity and Type of Civic Identity”]. *Problemy politychnoyi psykholohiyi*, 24(1), 208–232 [in Ukrainian].
8. Stepanenko, V.P. (2015). *Hromadyanske suspilstvo: dyskursy i praktyky* [Civil society: discourses and practices]. Kyiv : Instytut sotsiolohiyi NAN Ukrainy [in Ukrainian].
9. Arbyenina, V.L., & Sokuryanska, L.H. (red.) (2012). *Ukrayinske studentstvo u poshukakh identychnosti* [Ukrainian studentship in search of identity]. Kharkiv : KHNU imeni V.N. Karazina [in Ukrainian].
10. Farion, M., & Kovch, V. (2013). Mozhlyvosti ta rol derzhavy v zadovolenni potreb suspilstva za umov formuvannya innovatsiyanoi ekonomiky [Opportunities and the role of the state in meeting the needs of society under the conditions of the formation of an innovative economy]. *Halytskyy ekonomichnyy visnyk*, 3(42), 53–60 [in Ukrainian].
11. Khazratova, N.V. (2005). *Psykholohiya vidnosyn osobystosti y derzhavy* [Psychology of the relationship of the individual and the state] (Avtoref. dys. dokt. psykhol. nauk). Instytut psykholohiyi im. H. Kostyuka APN Ukrainy. Kyiv [in Ukrainian].
12. Khazratova, N.V. (2016). Evolyutsiya hromadyanskoyi identychnosti v umovakh postradyanskoyi Ukrainy [The evolution of civic identity in post-Soviet Ukraine]. *Psykhosotsialnyy vymir buttya osobystosti v suchasnomu suspilstvi*. Materialy naukovo-praktychnoyi konferentsiyi. (s. 72–76). Lviv : Vydavnytstvo NU “Lvivska politekhnik” [in Ukrainian].
13. Erhard, L. (2009). *Wohlstand für Alle*. Köln : Anaconda Verlag [in English].
14. Kaldor, M. (2013). Identity and War. *Global Policy*, 4(4), 336–346 [in English].
15. Petrovska, I. (2021). Psychological Model of Civic Identity Formation. *Journal of Education Culture and Society*, 12(2), 167–178 [in English].
16. Sasse, G., & Lackner, A. (2018). War and Identity: the case of the Donbas in Ukraine. *Post-Soviet Affairs*, 34(2–3), 139–157 [in English].

ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНО-РЕСУРСНОГО СКЛАДНИКА ЗАМІСНИХ ФОРМ БАТЬКІВСТВА У ШВЕЙЦАРІЇ

Синякова В. Б.

кандидат педагогічних наук, доцент,

докторант лабораторії психології соціально дезадаптованих неповнолітніх

Інститут психології імені Г. С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

вул. Паньківська, 2, Київ, Україна

orcid.org/0000-0002-9750-6942

vsinyakova@ukr.net

Ключові слова: мотивація прийомних батьків, замісне батьківство, психологічна характеристика прийомних батьків, сертифікат відповідності прийомних батьків.

Проблема створення замісних форм батьківства історично не втрачала своєї актуальності, але в умовах війни є особливо важливою, оскільки суттєво збільшилась кількість дітей, які позбавлені батьківського піклування. Актуальними є питання: які фактори сприяють ефективності прийому? Як створити найбільш сприятливі умови розвитку для дітей різних вікових категорій? Які форми замісного батьківства є найефективнішими? Як визначити готовність замісних батьків до створення сім'ї? Пошуком відповідей на ці та багато інших питань займалися такі науковці, як: О. Безпалько, С. Архіпова, А. Капська, О. Карпенко, І. Зверева, Н. Заверіко; проблеми дітей-сиріт вивчали В. Ослон, Н. Толстих, А. Прихожан, В. Мухіна, Дж. Райкус, Р. Хьюз, Л. Волинець, проблеми прийомних сімей – Г. Бевз, Н. Максимова, І. Пеша, Ж. Петрочко. Але, незважаючи на ґрунтовні розробки цих питань, на сьогодні надзвичайно часто трапляються випадки повернення дітей-підлітків з прийомних сімей та існує проблема небажання створювати замісні форми батьківства з дітьми підліткового віку.

Аналізуючи функціонування форм замісного батьківства на території Швейцарської конфедерації, можна зазначити, що в них майже відсутні випадки повернення дітей із замісних форм батьківства та є досвід успішного створення замісних форм батьківства з дітьми підліткового віку, також існують певні відмінності під час підготовки прийомних батьків. Отже, ми вважаємо за доцільне дослідити процес формування мотиваційно-ресурсного складника замісного батьківства з метою визначення позитивного досвіду їх функціонування і можливого впровадження його в рідній державі.

У цій статті досліджено особливості вивчення мотиваційно-ресурсного складника замісних форм батьківства на території Швейцарської конфедерації. Зазначено, що питанням усиновлення дітей громадянами Швейцарії на території Швейцарії займаються спеціальні агенції, що затверджені федеральним урядом. До їх переліку входять: Bureau genevois d'adoption (м. Женева), Chaba Adozioni (м. Локарно), Chaba Adozioni, Fondation Enfants-Espero, Mani per l'infanzia, PACH, Stiftung Ouvre tes mains / SOS Adoption. У статті детально розглянуто процедуру набуття сертифіката відповідності, який є важливим кроком для створення замісної форми батьківства. Вивчення мотиваційно-ресурсного складника замісної форми батьківства у Швейцарії передбачає ретельну перевірку придатності заявників, у тому числі з огляду на стан їхнього здоров'я (Гаазька конвенція про усиновлення (НАЇ), Цивільний кодекс Швейцарії (ZGB) та Федеральний кодекс). Зроблено висновки, що ретельність кожного кроку на шляху до створення замісної форми батьківства є передумовою її успішного функціонування.

FEATURES OF THE STUDY OF MOTIVATIONAL AND RESOURCE COMPONENT OF SUBSTITUTE FORMS OF PARENTHOOD IN SWITZERLAND

Sinyakova V. B.

Ph.D., Associate Professor,

Doctoral Student at the Laboratory of Psychology of Socially Maladjusted Minors

Kostiuk Institute of Psychology

of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine

Pankivska str., 2, Kyiv, Ukraine

orcid.org/0000-0002-9750-6942

vsinyakova@ukr.net

Key words: *motivation of foster parents, substitute parenthood, psychological characteristics of foster parents, certificate of compliance of foster parents.*

The problem of creating substitute forms of parenthood has not historically lost its relevance, but in times of war it is especially important, as the number of children deprived of parental care has significantly increased. The following questions are relevant: what factors contribute to the effectiveness of the reception? How to create the most favorable conditions for the development of children of different ages? What forms of substitute parenting are the most effective? How to determine the readiness of surrogate parents to create a family? The search for answers to these and many other questions was carried out by such scientists as: O. Bezpalko, S. Arkhipova, A. Kapska, O. Karpenko, I. Zvereva, N. Zaveriko; the problems of orphans were studied by V. Oslon, N. Tolstykh, A. Prikhozhan, V. Mukhina, J. Rajkus, R. Hughes, L. Volynets, the problems of foster families – G. Bevz, N. Maksimova, I. Pesha, J. Petrochko. But despite the thorough development of these issues, today there are extremely frequent cases of return of adolescent children from foster families and there is a problem of reluctance to create substitute forms of parenthood with adolescent children.

Analyzing the functioning of the forms of substitute parenthood in the Swiss Confederation, it can be noted that there are almost no cases of return of children from substitute forms of parenthood and there is experience of successful creation of substitute forms of parenthood with adolescent children, and there are certain differences in the training of foster parents. Therefore, we consider it expedient to study the process of formation of the motivational and resource component of substitute parenthood in order to determine the positive experience of their functioning and its possible implementation in the native state.

This article examines the peculiarities of studying the motivational and resource component of substitute forms of parenthood in the Swiss Confederation. It is noted that the issue of adoption of children by Swiss citizens in Switzerland is dealt with by special agencies approved by the federal government. Their list includes: Bureau genevois d'adoption (Geneva), Chaba Adozioni (Locarno), Chaba Adozioni, Fondation Enfants-Esper, Mani per l'infanzia, PACH, Stiftung Ouvre tes mains / SOS Adoption. The article describes in detail the procedure for obtaining a certificate of conformity, which is an important step for creating a substitute form of parenthood. The study of the motivational and resource component of substitute parenthood in Switzerland involves a thorough check of the applicants' suitability, including their health status (the Hague Adoption Convention (HAÜ), the Swiss Civil Code (ZGB) and the Federal Code). It is concluded that the thoroughness of each step on the way to creating a substitute form of parenthood is a prerequisite for its successful functioning.

Постановка проблеми. Проблема створення замісних форм батьківства історично не втрачала своєї актуальності, але в умовах війни є особливо важливою, оскільки суттєво збільшилась кількість дітей, які позбавлені батьківського піклування. Актуальними є питання: які фактори сприяють ефективності прийому? Як створити найбільш сприятливі умови розвитку для дітей різних вікових категорій? Які форми замісного батьківства є найефективнішими? Як визначити готовність замісних батьків до створення сім'ї? Пошуком відповідей на ці та багато інших питань займалися такі науковці, як: О. Безпалько, С. Архіпова, А. Капська, О. Карпенко, І. Зверева, Н. Заверіко; проблеми дітей-сиріт вивчали В. Ослон, Н. Толстих, А. Прихожан, В. Мухіна, Дж. Райкус, Р. Хьюз, Л. Волинець, проблеми прийомних сімей – Г. Бевз [1; 2], Н. Максимова, І. Пеша, Ж. Петрочко. Законодавчо зазначено алгоритм дій щодо створення замісних форм батьківства [3]. Існують спеціальні курси для підготовки прийомних батьків [4; 5]. Але, незважаючи на ґрунтовні розробки цих питань, на сьогодні надзвичайно часто трапляються випадки повернення дітей-підлітків з прийомних сімей та існує проблема небажання створювати замісні форми батьківства з дітьми підліткового віку.

Аналізуючи функціонування форм замісного батьківства на території Швейцарської конфедерації, можна зазначити, що в них майже відсутні випадки повернення дітей із замісних форм батьківства та є досвід успішного створення замісних форм батьківства з дітьми підліткового віку, також наявні певні відмінності під час підготовки прийомних батьків. Отже, ми вважаємо за доцільне дослідити процес формування мотиваційно-ресурсного складника замісного батьківства з метою визначення позитивного досвіду функціонування і можливого впровадження його в рідній державі.

Питання народження дітей у Швейцарії стає актуальним для місцевого населення віком 35–40 років і пізніше. Багато хто відкладає планування сім'ї, тому що освіта і кар'єра є пріоритетними напрямками життєдіяльності, мають пріоритет або немає відповідного партнера. Соціологи Цюрихського університету стверджують, що однією з причин низького рівня народжуваності є ситуація з доглядом за дітьми у Швейцарії. Жінки в країні мають порівняно коротку декретну відпустку. Таким чином, для багатьох жінок народження дитини все ще є поворотним моментом у їхній кар'єрі, який потребує ретельного розгляду. Оскільки витрати на догляд за дітьми в Швейцарії дуже високі, щомісячне утримання дитини коштує від 1200 до 1800 швейцарських франків на місяць залежно від віку. На момент забезпечення стабільної фінансової ситуації жінки досягають віку, коли

бажання мати дітей не може бути здійснене, а усиновлення може бути розумною альтернативою. Також є багато пар, які, окрім біологічної дитини, хотіли б збагатити свою родину прийомною дитиною, що позбавлена піклування батьків. Пріоритетом сучасного суспільства є підбір замісної форми батьківства для дитини, а не дитини для замісної форми батьківства. Тому фахівці з усиновлення за законодавчої підтримки влади мають забезпечити оптимальну форму замісного батьківства для дитини, що позбавлена батьківського піклування. І найважливішим кроком у цьому напрямі є дослідження провідних мотивів усиновлення та ресурсів майбутніх батьків щодо забезпечення життєдіяльності дитини.

Мета статті – дослідити особливості вивчення мотиваційно-ресурсного складника замісних форм батьківства у Швейцарії.

Результати дослідження. Питання усиновлення дітей громадянами Швейцарії на території Швейцарії займаються спеціальні агенції, які затверджені федеральним урядом. До їх переліку входять: Bureau genevois d'adoption (м. Женева), Chaba Adozioni (м. Локарно), Chaba Adozioni, Fondation Enfants-Esperance, Mani per l'infanzia, PACH, Stiftung Ouvre tes mains / SOS Adoption. Варто звернути увагу на те, що більшість цих агенцій займається усиновленням дітей з країн світу з високою народжуваністю та низьким рівнем життя. Усиновленням дітей у межах країни займається агентство PACH [13].

У Швейцарії є різні процедури створення прийомних родин:

1. Спільне усиновлення.

У разі спільного усиновлення двоє з подружжя усиновлюють дитину разом.

Процедура спільного усиновлення передбачає усвідомлення спільного рішення подружжя прийняти дитину в родину.

2. Одинокі люди теж можуть усиновлювати дітей, що позбавлені батьківського піклування. Одинокі усиновлювачі повинні відповідати тим самим критеріям, що й усиновлюючі пари. Ця форма усиновлення передбачає, що, окрім поточних зобов'язань, вони мають забезпечити й усі фінансові зобов'язання та спільний час з нею [7].

Вік усиновлювачів має бути не менше 28 років, також вони мають проживати в одному домогосподарстві не менше трьох років (у разі спільного усиновлення).

Також варто зауважити на встановлену законом різницю у віці між дитиною та майбутніми усиновлювачами, що не перевищує 45 років.

Швейцарія є членом Гаазької конвенції про усиновлення. Однак усиновлення також можливе з країн, які не підписали цю міжнародну конвенцію. Країна походження дитини визначає процедуру, якої слід дотримуватися.

Першим кроком у визначенні спроможності створити прийомну родину є відвідування інформаційних заходів з метою інформування зацікавлених пар та окремих людей про те, як вони можуть підготуватися до складного завдання стати прийомними батьками. Участь у вищезазначених заходах є обов'язковою умовою подачі заявки на *сертифікат відповідності* [6].

Участь в інформаційному заході є обов'язковою для майбутніх усиновлювачів, які бажають усиновити першу дитину.

Метою інформаційного заходу є:

- ознайомлення з різними процедурами усиновлення та особливостями їх перебігу;
- зважування шансів та ризиків усиновлення;
- тестування здібностей (проводиться за власним бажанням).

Інформаційний захід складається з презентації, в якій обговорюються всі важливі моменти процесу усиновлення. Звичайно, можна ставити запитання з усіх предметних галузей. У проведенні інформаційного заходу беруть участь фахівці з Центрального органу усиновлення, психолог, прийомні батьки, які мають досвід усиновлення, та діти, які виховувалися прийомною родиною. Завершення інформаційного заходу передбачає обмін думками з фахівцями. Для заходів, які відбуваються через WebEx, присутні експерти відповідатимуть на ваші запитання під час заходу.

Інформаційний захід проводиться за попередньою реєстрацією [9].

Відповідно до законодавчої бази, яка регулює процес створення прийомних сімей, запит на усиновлення можуть подати особи, які перебувають у шлюбі, усиновлення неможливе парами, які не перебувають у шлюбі, а також особами, які проживають у зареєстрованому партнерстві.

Майбутні прийомні батьки повинні вміти добре піклуватися про свою дитину до її повноліття. Їхня спроможність виконання цих функцій перевіряється соціальним працівником на основі детальної перевірки документів заявки та співбесіди, вся отримана інформація фіксується у соціальному звіті. На підставі цього центральний кантональний орган з усиновлення видає *сертифікат відповідності*. Цей сертифікат діє протягом трьох років і не може бути продовжений. Якщо протягом цього періоду процес створення прийомної сім'ї не буде мати місце, а майбутні усиновлювачі бажають продовжувати процес, необхідно повторне подання повністю нової заяви на отримання сертифіката відповідності.

Щоб отримати сертифікат прийомної матері, кваліфікованого прийомного батька, необхідно виконати такі умови.

Відвідування 9 модулів із пропозиції подальшої освіти SFP. 6 модулів можуть складатися з інтерактивних навчальних курсів (загалом 80 годин нав-

чання). Обов'язковим є відвідування 2 групових супервізій (6 годин навчання) та 2 індивідуальних супервізій SFP (3 години навчання) та 60 годин самостійного навчання, у якому учасники демонструють набуття своїх знань, особистісних навичок та навичок дії як прийомних батьків.

Модульна пропозиція додаткової освіти SFP включає базовий курс, предметні модулі подальшої освіти від А до G, чотири модулі за вибором, що залежать від середовища або віку дитини (подальша освіта 1–4) і кваліфікаційний модуль [15].

Загальні витрати на всі модулі та супервізії становлять максимум 4000,00 швейцарських франків за вирахуванням знижок для самооплатників, членів та кредитованого еквівалента подальшого навчання.

Критерії відповідності для майбутніх усиновлювачів визначаються законами, постановами та професійними стандартами [10].

Хочемо наголосити, що перевірка інформації щодо отримання сертифіката відповідності проводиться відповідно до Закону «Про охорону дитинства та юнацтва» (КЖНГ від 14 березня 2011 року, поправка від 28 травня 2014 року). Перевірка є платною і становить 2 600 швейцарських франків, за умови необхідності збільшення часу більш ніж на 20 годин стягується 130 швейцарських франків за кожну додатково виконану годину роботи. Отримання сертифіката відповідності передбачає надання таких відомостей, як: особисті дані та освіта, фото, копія паспорта або посвідчення особи, копія посвідки на проживання, біографія, мотиви усиновлення та уявлення про бажану дитину, декларація Офісу з питань розміщення, відомості про дітей та інших осіб, які проживають у домогосподарстві, житлова ситуація, медичні довідки, зобов'язання про утримання з нотаріально завіреними підписами, витяг з реєстру стягнення заборгованості, довідка про зареєстрований сімейний стан [12].

Важливим аспектом психологічної характеристики майбутніх прийомних батьків є надання ними біографічних відомостей про себе, які мають містити змістовні відповіді на такі питання:

Опишіть ваших батьків і вашу сім'ю, кількість братів і сестер, сім'ю, в якій ви проживаєте, стосунки з батьками та братами і сестрами, ваше ставлення до братів і сестер тощо. Також опишіть попередні важливі партнерські стосунки та дітей, якщо вони у вас є.

1. Де і в якому середовищі ви виростили? Яким був ваш досвід навчання в школі та освіти?

2. Які спогади у вас залишилися про дитинство у вашій родині, вдома та в школі?

3. Які події у вашому житті вплинули та сформували вас (стосунки, громадянські події, кризові ситуації у сфері охорони здоров'я, смерті, перебування за кордоном тощо)?

4. Опишіть вашу поточну життєву ситуацію: ваш партнер, ваші діти, якщо вони у вас є, ваша сім'я, ваші соціальні контакти з родичами, друзями та сусідами?

5. Опишіть свої інтереси, хобі та дозвілля?

6. Опишіть, які цінності є важливими для вас, а також ваші релігійні, політичні та соціальні зобов'язання?

7. Опишіть вашу професійну або робочу ситуацію. Скільки ви працюєте? Як ви плануєте організувати свою роботу, домашнє господарство, навчання та догляд за дитиною? Які міркування лежать в основі цього планування?

8. Опишіть зміни, яких ви очікуєте в результаті усиновлення дитини: у сім'ї, у повсякденному житті, у спілкуванні з родичами, друзями, сусідами.

9. Чи знають ваші друзі, родичі, сусіди про заплановане усиновлення? [14].

Заява на усиновлення містить питання характеристики дитини, яку бажають усиновити (вік, стать, стан здоров'я). Особлива увага приділяється медичним характеристикам замісних батьків, за якими вони не мають власних дітей. Також з'ясовуються дані про країну походження дитини (законодавчо регламентовано диференційні процедури створення замісної форми опіки залежно від країни народження дитини і взаємовідповідності законодавчої бази цієї країни зі Швейцарією). Кандидати у замісні батьки мають надати відомості Центральному комітету з усиновлення у разі їхньої співпраці з агентством по усиновленню [8].

Вивчення мотиваційно-ресурсного складника замісної форми батьківства передбачає ретельну перевірку придатності заявників, у тому числі з огляду на стан їхнього здоров'я (Гаазька кон-

венція про усиновлення (HAÜ), Цивільний кодекс Швейцарії (ZGB) та Федеральний кодекс). Необхідно надати максимально можливу гарантію того, що батьки зможуть виховувати, піклуватися та супроводжувати усиновлену дитину до досягнення нею повноліття [11].

Таким чином, Центральний орган виконавчої влади з питань усиновлення вимагає детальну інформацію про стан здоров'я заявника, щоб розглянути заяву про усиновлення.

Заявник може сам призначити лікаря для складання медичної довідки. Якщо під час розгляду заяви центральним органом кантону виникають питання щодо стану здоров'я заявника, медичний висновок не дає адекватної відповіді, центральний орган призначає додаткове обстеження призначеним ним фахівцем.

Висновки. Аналізуючи результати нашого дослідження, можна зробити висновки, що процес створення замісної форми батьківства на території Швейцарії є копітким та тривалим, що адаптований до створення різних форм замісного батьківства. Варто зауважити на проходженні курсу навчання прийомних батьків та отримання сертифіката відповідності, який є першим кроком до створення замісної форми батьківства. Ретельність дослідження мотиваційно-ресурсного складника ресурсної форми батьківства позитивно впливає на подальше створення замісної форми батьківства і значно зменшує імовірність припинення її існування. Перспективами подальших досліджень є вивчення особливостей функціонування замісних форм батьківства, їх взаємодії зі службами соціальної та психологічної підтримки, інтерв'ювання замісних батьків з метою вивчення позитивного досвіду.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бевз Г.М., Капська А., Комарова Н. Технології створення та функціонування прийомних сімей, дитячих будинків сімейного типу : збірник методичних матеріалів. Київ : Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді, 2003. 188 с.
2. Бевз Г. Прийомні сім'ї (оцінка створення, функціонування та розвитку). Київ : Главник, 2006. 120 с.
3. Про затвердження Порядку взаємодії центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді і служб у справах дітей у процесі встановлення опіки, піклування, створення та забезпечення діяльності прийомних сімей та дитячих будинків сімейного типу : Постанова Кабінету Міністрів України від 25.09.2009 р.
4. Приймна сім'я. Липовецька територіальна громада. Офіційний вебсайт. URL: <https://lyp.gov.ua/news/1626760673/> (дата звернення: 24.10.2022).
5. Підготовка прийомних батьків: в Україні запустили нову програму – АКМЦ. Антикризисний медіа-центр. URL: <https://acmc.ua/pidgotovka-pryjomnyh-batkiv-v-ukrayini-zapustily-novu-programu/> (дата звернення: 24.10.2022).
6. Adoption. Kanton Zürich. URL: <https://www.zh.ch/de/familie/adoption.html#-701158751> (дата звернення: 24.10.2022).
7. Der Krieg in der Ukraine stellt den Asylbereich in der Schweiz vor neue Herausforderungen. SODK. Home – SODK. URL: <https://www.sodk.ch/de/fokus/ukraine/> (дата звернення: 28.09.2022).
8. Fedlex. Fedlex. URL: https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/54/757_781_799/de (дата звернення: 03.10.2022).
9. Internationale Adoption. Startseite. URL: <https://www.bj.admin.ch/bj/de/home/gesellschaft/adoption.html> (дата звернення: 03.10.2022).

10. Kinderrechte | PACH. PACH – Pflege- und Adoptivkinder Schweiz. URL: <https://pa-ch.ch/kinderrechte/> (дата звернення: 03.10.2022).
11. Kinder und Jugendliche – Stadt Zürich. Startseite Portal der Stadt Zürich – Stadt Zürich. URL: https://www.stadt-zuerich.ch/portal/de/index/politik_u_recht/kinde_s_und_erwachsenenschutzbhoerde/kinder_jugendliche.html (дата звернення: 24.10.2022).
12. Krippenaufsicht – Stadt Zürich. Startseite Portal der Stadt Zürich – Stadt Zürich. URL: https://www.stadt-zuerich.ch/sd/de/index/ueber_das_departement/fuer_dritte/kitas/krippenaufsicht.html (дата звернення: 24.10.2022).
13. PACH – Pflege- und Adoptivkinder Schweiz. PACH – Pflege- und Adoptivkinder Schweiz. URL: <https://pa-ch.ch/> (дата звернення: 03.10.2022).
14. Pflegefamilien. Kanton Zürich. URL: <https://www.zh.ch/de/familie/ergaenzende-hilfen-zur-erziehung/pflegefamilien.html> (дата звернення: 24.10.2022).
15. Schweizerische Fachstelle Pflegefamilie. SFP. URL: <https://www.fachstelle-pflegefamilie.ch/> (дата звернення: 24.10.2022).

REFERENCES

1. Bevz, H.M., Kapska A., Komarova N. (2003). Tekhnolohii stvorennia ta funktsionuvannia pryiomnykh simej, dytiachykh budynkiv simeinoho typu: zbirnyk metodychnykh materialiv. Kyiv: Derzh. in-t problem simi ta molodi.
2. Bevz, H. (2006). Pryiomni simi (otsinka stvorennia, funktsionuvannia ta rozvytku). Kyiv : Hlavnyk.
3. Pro zatverdzhennia Poriadku vzaiemodii tsentriv sotsialnykh sluzhb dlia simi, ditei ta molodi i sluzhb u spravakh ditei u protsesi vstanovlennia opiky, pikluvannia, stvorennia ta zabezpechennia diialnosti pryiomnykh simej ta dytiachykh budynkiv simeinoho typu: Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 25.09.2009 r.
4. Pryiomna simia. Lypovetska terytorialna hromada. Ofitsiinyi vebseit. Retrieved from: <https://lyp.gov.ua/news/1626760673/> (Last accessed: 24.10.2022).
5. Pidgotovka pryiomnykh batkiv: v Ukraini zapustyly novu prohramu – AKMTs. Antykryzovyi mediatsentr. Retrieved from: <https://acmc.ua/pidgotovka-pryjomnyh-batkiv-v-ukrayini-zapustyly-novu-programu/> (Last accessed: 24.10.2022).
6. Adoption. Kanton Zürich. Retrieved from: <https://www.zh.ch/de/familie/adoption.html#-701158751> (Last accessed: 24.10.2022).
7. Der Krieg in der Ukraine stellt den Asylbereich in der Schweiz vor neue Herausforderungen. SODK. Home – SODK. Retrieved from: <https://www.sodk.ch/de/fokus/ukraine/> (Last accessed: 28.09.2022).
8. Fedlex. Fedlex. Retrieved from: https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/54/757_781_799/de (Last accessed: 03.10.2022).
9. Internationale Adoption. Startseite. Retrieved from: <https://www.bj.admin.ch/bj/de/home/gesellschaft/adoption.html> (Last accessed: 03.10.2022).
10. Kinderrechte | PACH. PACH – Pflege- und Adoptivkinder Schweiz. Retrieved from: <https://pa-ch.ch/kinderrechte/> (Last accessed: 03.10.2022).
11. Kinder und Jugendliche – Stadt Zürich. Startseite Portal der Stadt Zürich – Stadt Zürich. Retrieved from: https://www.stadt-zuerich.ch/portal/de/index/politik_u_recht/kinde_s_und_erwachsenenschutzbhoerde/kinder_jugendliche.html (Last accessed: 24.10.2022).
12. Krippenaufsicht – Stadt Zürich. Startseite Portal der Stadt Zürich – Stadt Zürich. Retrieved from: https://www.stadt-zuerich.ch/sd/de/index/ueber_das_departement/fuer_dritte/kitas/krippenaufsicht.html (Last accessed: 24.10.2022).
13. PACH – Pflege- und Adoptivkinder Schweiz. PACH – Pflege- und Adoptivkinder Schweiz. Retrieved from: <https://pa-ch.ch/> (Last accessed: 03.10.2022).
14. Pflegefamilien. Kanton Zürich. Retrieved from: <https://www.zh.ch/de/familie/ergaenzende-hilfen-zur-erziehung/pflegefamilien.html> (Last accessed: 24.10.2022).
15. Schweizerische Fachstelle Pflegefamilie. SFP. Retrieved from: <https://www.fachstelle-pflegefamilie.ch/> (Last accessed: 24.10.2022).

ФЕНОМЕН ПОКОЛІНЬ У СІМ'ЯХ ЕТНІЧНИХ МЕНШИН: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

Сліченко А. М.

*аспірантка кафедри психології
Запорізький національний університет
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0002-5297-6588
anfisaslichenko@gmail.com*

Ключові слова: *етнічні меншини, феномен поколінь, поліетнічна родина, сім'ї етнічних меншин, стосунки, предки, батьки, діти, онуки, зміна поколінь.*

Стаття висвітлює результати теоретичного дослідження проблеми феномену поколінь у сім'ях етнічних меншин: соціально-психологічний аналіз. Автор статті аналізує психологічні особливості людей різних національностей у різноетнічних сім'ях, розглядає таке поняття, як «феномен поколінь» і поняття зміни поколінь у рамках соціально-психологічного підходу, адже саме в сім'ї закладаються основи ставлення особистості до представників інших етнічних спільнот, і від того, яким буде це ставлення, залежить життя людини та суспільства загалом. Розкриваються поняття «поліетнічна родина», «сім'ї етнічних меншин». Аналізуються соціально-психологічні характеристики й особливості стосунків, які дозволяють виділити такі психологічні умови гармонізації взаємин у сім'ях етнічних меншин, як: спільність сімейних цінностей, повага до старшого покоління, узгодженість моделі виховання дітей, духовний рівень сумісності подружжя. Розглянуті поняття покоління як соціально-вікової сукупності людей, однаково віддалених у спорідненому відношенні від спільних предків (батьки, діти, онуки), що утворюють щодо них однаковий ступінь спорідненості за прямою лінією, а також потомство подружжя за рівнем спорідненості. Розкривається наявність міжпоколінної трансмісії культури від старшого покоління до молодшого і назад, як молодіжна інтерпретація сучасної ситуації та культурної спадщини впливає на старше покоління – батьків і прабабків. У статті наголошується, що у процесі історичного розвитку відбуваються значні зміни у відносинах між різними поколіннями людей. Основними результатами теоретичного дослідження проблеми феномену поколінь у сім'ях етнічних меншин є висновки про те, що в сучасному суспільстві, що розвивається стрімкими темпами, з абсолютно зміненими умовами життя людей, обставинами і законами, змінюється і ситуація в родинах. Проте в сім'ях етнічних меншин відроджуються, зберігаються та передаються від покоління до покоління власні національні традиції та звичаї, використовується рідна мова, уживається національна кухня, цінується національна культура.

THE PHENOMENON OF GENERATIONS IN THE FAMILIES OF ETHNIC MINORITIES: A SOCIO-PSYCHOLOGICAL ANALYSIS

Slichenko A. M.

*Postgraduate Student at the Department of Psychology
Zaporizhzhia National University
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0002-5297-6588
anfisaslichenko@gmail.com*

Key words: *ethnic minorities, generational phenomenon, multiethnic family, families of ethnic minorities, relationships, ancestors, parents, children, grandchildren, generational change.*

The article sheds light on the results of a theoretical study of the problem of the generational phenomenon in the families of ethnic minorities: socio-psychological analysis. The author of the article sheds light on the psychological characteristics of people of different nationalities in multi-ethnic families, and considers such concepts as the phenomenon of generations and the concept of generational change within the framework of a socio-psychological approach, namely, in the family, the foundations of the individual's relations with representatives of other ethnic communities are laid, and from what these relations will be, which depends on the life of a person and society as a whole. Concepts are revealed: multi-ethnic family, concept of family of ethnic minorities. The socio-psychological characteristics and features of relationships are analyzed, which allow us to identify such psychological conditions for the harmonization of relationships in the families of ethnic minorities as the commonality of family values, respect for the older generation, the consistency of the child-rearing model, and the spiritual level of compatibility of spouses. The concept of a generation as a socio-age group of people, equally distant in terms of kinship from common ancestors (parents, children, grandchildren), forming in relation to them the same degree of kinship in a direct line, as well as the offspring of spouses by the level of kinship, is considered. It reveals the presence of intergenerational transmission of culture from the older generation to the younger and back, how the youth's interpretation of the current situation and cultural heritage affects the older generation – parents and forefathers. The article emphasizes that in the course of historical development, significant changes occur in relations between different generations of people. The main results of the theoretical study of the problem of the generational phenomenon in the families of ethnic minorities are the conclusions that in modern society, which is developing at a rapid pace, with completely changed living conditions of people, circumstances and laws – the situation in families is also changing. Meanwhile, in the families of ethnic minorities, their own national traditions and customs are revived, preserved and passed down from generation to generation, the native language is used, national cuisine is used, and national culture is valued.

Постановка проблеми. Соціально-економічні трансформації, що відбуваються, істотно впливають на всі сфери життя суспільства, включаючи інститут сім'ї, зокрема, на стійкість і стабільність стосунків в сім'ї. Процеси, що відбуваються в суспільстві, не завжди позначаються на сімейному житті прямо і безпосередньо, а переломлюються крізь призму індивідуальних психологічних особливостей членів сім'ї та специфіку їхніх стосунків.

Вирішення проблеми формування культури міжетнічних стосунків у сім'ї представлені у працях Ю.В. Арутюняна, Ю.В. Бромля, Л.М. Дробижевої, В.В. Мархініна, Г.Т. Тавадова. Етнопсихологічні чинники функціонування міжетнічної сім'ї представлені у працях О.І. Донцова, В.С. Мухіної, Т.Г. Стефаненко, Ж.Т. Уталієвої, В.Ф. Мухамеджанової й інших.

Досліджували проблеми етнонаціональних культур в Україні такі вчені: Л. Аза, О. Вишняк, Н. Костенко, М. Михальченко, М. Наумова, А. Ручка, Л. Рязанова, Л. Скокова, Р. Шульга й інші.

Знати та правильно осмислювати психологічні особливості людей різних національностей у різноетнічних сім'ях – важливе завдання сучасної психології, оскільки саме в національно змішаних сім'ях відображені процеси етносоціального й етнODEMOграфічного розвитку. Їх вивчення дозволяє краще зрозуміти ці процеси, глибше розкрити їхні закономірності та наслідки.

За минулі десятиліття змінилися погляди на сімейні цінності та рольову поведінку в сім'ї. Водночас сім'я виступає носієм традицій, звичаїв і духовної національної культури, що передається від покоління до покоління. Саме в сім'ї закладаються основи ставлення особистості до представників інших етнічних спільнот, і від того, яким буде це ставлення, залежить життя людини і суспільства загалом. У зв'язку із цим вивчення особливостей стосунків у поліетнічних сім'ях має велике значення як у теоретичному, так і у практичному аспектах.

Мета статті – визначити та проаналізувати психологічні особливості людей різних національностей у різноетнічних сім'ях, розглянути поняття «феномен покоління» у рамках соціально-психологічного підходу. Розкрити поняття «поліетнічна родина», «сім'ї етнічних меншин». Розглянути поняття «покоління» як соціально-вікової сукупності людей, однаково віддалених у спорідненому відношенні від спільних предків (батьки, діти, онуки), що утворюють щодо них однаковий ступінь спорідненості за прямою лінією, а також потомство подружжя за рівнем спорідненості.

Результати дослідження. Важливість дослідження проблеми феномену покоління в сім'ях

етнічних меншин: соціально-психологічний аналіз, підкреслюється багатьма дослідниками [6; 7; 11; 12]. Феномен покоління у сім'ях етнічних меншин може бути представлено як сукупність таких аспектів: поліетнічна родина («різонаціональна сім'я», «міжнаціональна сім'я», «різноетнічна сім'я», «національно змішана сім'я», «міжетнічна сім'я»); сім'ї етнічних меншин; феномен покоління; зміна покоління. Отже, у контексті соціально-психологічного аналізу феномен покоління у сім'ях етнічних меншин включає в себе сукупність чинників, від яких залежить, якими будуть стосунки в сім'ях етнічних меншин і суспільства загалом.

Під поліетнічною родиною («різонаціональна сім'я», «міжнаціональна сім'я», «різноетнічна сім'я», «національно змішана сім'я», «міжетнічна сім'я») у науковій літературі розуміється сім'я, члени якої мають різну національність чи етнічну приналежність [8]. У міжнаціональних сім'ях стосунки будують з урахуванням як особистісних і соціально-психологічних, так і етнопсихологічних особливостей одне одного. Водночас характер стосунків у цих сім'ях відрізнятиметься, оскільки їхні норми, правила, ролі формуватимуться під впливом норм, правил, рольових особливостей стосунків, прийнятих у їхніх етнічних культурах, особливо на певному етапі життя суспільства та зі зміною соціально-економічних умов життя. Аналіз соціально-психологічних характеристик і особливостей стосунків дозволяє виділити такі психологічні умови гармонізації взаємин у сім'ях етнічних меншин, як: спільність сімейних цінностей, повага до старшого покоління, узгодженість моделі виховання дітей, духовний рівень сумісності подружжя [9].

Перейдемо до аналізу поняття «сім'я етнічних меншин». Сім'я етнічних меншин утворюється у групі громадян України, які не є українцями за національністю, виявляють почуття національного самоусвідомлення та спільності один з одним. Згідно з типологією Ф. Гекманна, меншини виокремлюють за 3-ма базовими ознаками: походженням (шляхи формування), структурно-соціальним становищем у суспільстві, політичними орієнтаціями [5]. Уживають термін «етнічні меншини» (“ethnic minorities”) як більш широкий, що включає в себе всі типи етнічних спільнот у різні хронологічні періоди, водночас в етнічному аспекті ці спільноти не є українцями і не переважають їх чисельно, а також термін «національні меншини» для того часу, коли з'являється це поняття в науковому та суспільно-політичному дискурсі в світі й Україні [11].

Досліджували проблеми етнонаціональних сімей такі вчені, як: А.О. Корнох, В.Ф. Мухамеджанова, В.Н. Галяпина, Т.Г. Стефаненко й інші.

Аналіз теоретичної бази вчених доводить, що в сім'ях етнічних меншин подружжя будує взаємини

з урахуванням особистісних, соціально-психологічних і етнопсихологічних особливостей. Сім'ї, у яких усупереч уніфікації й асиміляції, зокрема в Україні, зберегли етнічну ідентичність. У сім'ях етнічних меншин відроджуються, зберігаються та передаються з покоління в покоління власні національні традиції та звичаї: використовується рідна мова, уживається національна кухня, національна культура.

У висвітленні поняття «феномен поколінь» дослідження ХХ–ХХІ ст. увиразнили наголос на двох протилежних позиціях в аналізі поколінь як соціальних феноменів, а також їх взаємодії в умовах культурного розвитку. З одного боку, покоління розумілися як «система взаємопов'язаних і взаємозалежних інтеракцій» (В. Шурбе) у сприйманні досвіду та конструюванні нової поліфігуративної реальності (Н. Еліас, Н. Луман, М. Мід, С. Паркінсон, В. Шурбе й інші). З іншого – поколінній взаємодії та взаєминам приписувався циклічний характер, зумовлений культурними та ментальними особливостями акторів і заостреннями соціальних конфліктів (М. Данилевський, К. Леонтьєв, А. Тойнбі, Л. Фойєр, Н. Хоув, О. Шпенглер та інші).

Під час розгляду проблеми міжпоколінної взаємодії важливо зрозуміти, що являють собою такі основні поняття: «феномен поколінь», «міжпоколінна трансмісія культури», «зміна поколінь».

«Феномен поколінь» – один із головних факторів, що сприяє зародженню динаміки історичного розвитку у сфері культури (К. Маннгейм). У класичній діалектиці є поняття «перехід у своє інше» (Г.В.Ф. Гегель), у якому фіксується закономірність змін, які відбуваються в характері життя на кожному новому витку її розвитку, а зміна поколінь – це діалектична єдність і боротьба різних вікових верств суспільства. Стосовно сімейної взаємодії зміна поколінь розглядається як перехід від одного покоління в сім'ї до кожного наступного покоління та передача знань, умінь і накопиченого досвіду від одного вікового шару сім'ї до іншого – від дітей до батьків тощо [4]. Згідно з такою думкою міжпоколінна трансмісія культури повинна включати і включає інформаційний потік не тільки від старшого покоління до молодшого, а й назад: молодіжна інтерпретація сучасної ситуації та культурної спадщини, безсумнівно, впливає на старше покоління – батьків і прабабків.

Розглянемо поняття зміни поколінь. Під поколінням у сім'ї розуміється соціально-вікова сукупність людей, однаково віддалених у спорідненому відношенні від спільних предків (батьки, діти, онуки), що утворюють щодо них однаковий ступінь спорідненості за прямою лінією [8]. Поколінням називають також потомство подружньої пари (або сукупності подружніх пар) за рівнем спорідненості [8; 14]. Покоління – це один зі способів упорядкування вікових груп. Теорія поколінь дає

дослідникам інструмент для аналізу змін у поглядах людства із плином часу.

Сутність і особливості зміни поколінь у сім'ях етнічних меншин підкреслюється соціально динамічним полем культурної та культурно-історичної пам'яті, яке проявляється в загальноприйнятих формах поведінки, сприйманні дійсності, поєднанні раціонально-життєвого й інтуїтивно-особистісного, індивідуального та загальнопоколінного, свідомого та несвідомого. Культура поколінь у сім'ях етнічних меншин є соціально-психологічною парадигмою накопичення, наслідування, збереження традицій; культура поколінь означувалася впливом на види та форми фігуративних зв'язків; контекстуальне вибудовування картин світу в етнічних родинах [5].

Зміна поколінь – це насамперед процес забезпечення наступності розвитку людського роду в період його якісного оновлення, становлення нового типу діяльності людей у галузі виробництва та культури.

Як зміст цього процесу можна виділити [14]:

- спільно-розділену діяльність дорослих і дітей щодо зміни умов життя;
- спільно-розділену діяльність дорослих і дітей щодо зміни сімейних відносин між поколіннями.

Поняття спільно-розділеної діяльності може бути розглянуте як діяльність членів сім'ї, спрямована на формування стосунків, міжособистісних відносин між різними поколіннями членів сім'ї, які проживають разом, під одним дахом, чи окремо [14].

У цьому зв'язку важливо наголосити, що незалежно від місця проживання відносини «дорослі – діти» та «діти – дорослі» у сімейній взаємодії є ставлення взаємне – рівно настільки, наскільки батьки, дідуся та бабусі вкладають душу в дитину, настільки і вона одухотворює їх. Характеризуючи сімейні стосунки в рамках зміни поколінь, важливо акцентувати увагу на психологічній сутності сім'ї, про яку можна говорити лише тоді, коли відносини в сім'ї є особистісно значущими та впливають на почуття всіх її членів, а також на їх мислення та поведінку. Тому, розглядаючи проблему поколінь у сім'ї, необхідно аналізувати всю сукупність відносин членів сім'ї та різних поколінь у ній, а також їхню значущість для кожного члена сім'ї та для кожного покоління в окремі періоди життя.

Висновки та перспективи дослідження.

У статті представлено результати теоретичного дослідження проблеми феномену поколінь у сім'ях етнічних меншин: соціально-психологічний аналіз. Під час розгляду й аналізу міжпоколінних стосунків і взаємодії в сім'ях етнічних меншин як важливої проблеми сучасного суспільства необхідно наголосити, що у процесі історичного

розвитку відбуваються значні зміни у відносинах між різними поколіннями людей.

У сучасному суспільстві, що розвивається стрімкими темпами, з абсолютно зміненими умовами життя людей, обставинами і законами, змінюється і ситуація в родинах. Нова ситуація соціального розвитку суспільства та стосунків, що існують між людьми різних поколінь у різноетнічних сім'ях, вимагає:

– по-перше, глибокого аналізу самого феномену поколінь, розуміння психологічних механізмів міжпоколінної сімейної взаємодії загалом;

– по-друге, глибокого осмислення проблеми зміни поколінь і стосунків, що існують усередині та між поколіннями, не лише вченими – філософами, психологами, педагогами, соціологами, а й кожною людиною, оскільки кожен із нас незмінно включений у ситуацію міжпоколінної сімейної взаємодії протягом усього свого життя.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики надалі вбачається розроблення експериментальної моделі та програми із цілеспрямованого формування психологічних умов гармонізації стосунків у сім'ях етнічних меншин.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аксьонова В.І. Міжкультурна комунікація як атрибут соціокультурної життєдіяльності суспільства. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії*. 2011. Вип. 45. С. 128–140. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpqvgvzdia_2011_45_17
2. Берн Е. Ігри, у які грають люди. Клуб сімейного дозвілля, 2021. 256 с.
3. Безклубенко С.Д. Мистецтво як засіб комунікації. *Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Мистецтвознавство*. 2015. Вип. 32. С. 5–13. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vknukim_myst_2015_32_3
4. Довгань Н.О. Соціокультурна взаємодія поколінь: категорія культурного тексту. *Габітус / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій*. Одеса, 2020. Вип. 12. Т. 1. С. 155–159.
5. Євтух В.Б. Про національну ідею, етнічні меншини, міграції... Київ : Стило, 2000.
6. Євтух В.Б. Етнічність : Глосарій. Київ, 2009.
7. Корнюх А.О. Міжнаціональні шлюби у контексті сучасних глобалізаційних процесів. *Актуальні проблеми психології*. Житомир, 2012. Вип. 28. С. 142–150.
8. Кутявина Е.Е., Малышева С.К. Разноэтническая семья как среда формирования этнической идентичности личности. *Вестник Нижегородского университета имени Н.И. Лобачевского*. 2010. Вып. 2(18). С. 47–52.
9. Міронова І.С., Котляр Ю.В. Етнічні меншини. Словниково-документальні матеріали для слухачів секцій «Історія України», «Новітня історія України», «Історичне краєзнавство», «Етнографічне краєзнавство». Миколаїв, 2005.
10. Мухамеджанова В.Ф. Социально-психологические особенности супружеских взаимоотношений в моно- и полиэтнических семьях, проживающих в сельской местности : дисс. ... канд. психол. наук. Самара, 2006. 268 с.
11. Національні меншини України у ХХ столітті: політико-правовий аспект / кер. авт. кол. М.І. Панчук. Київ : Ін-т політичних і етнонаціональних досліджень НАН України, 2000. 356 с.
12. Новікова Л.В. Історія етнічних(національних) меншин в Україні. Одеса : ОНУ, 2018.
13. Психологія групової ідентичності: закономірності становлення : монографія / П.П. Горностай та ін. ; за наук. ред. П.П. Горностая ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2014. 252 с.
14. Чепелева Н.В. Культурні чинники розуміння та інтерпретації особистого досвіду. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія і педагогіка». 2010. Вип. 14. С. 11–26.
15. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В. Психология и психотерапия семьи. Санкт-Петербург : Питер, 1999.
16. Burgess R.L., Youngblade L.M. Social incompetence and the intergenerational transmission of abusive parental practices / eds. G.T. Hotaling et al. 1988.
17. Caspi A., Elder G.H.J. Emergent family patterns: The intergenerational construction of problem behaviour and relationships / eds. R. Hinde et al. Relationships within families, Oxford, UK : Oxford University Press, 1988. P. 218–240.
18. Farnicka M. W poszukiwaniu uwarunkowań transmisji międzypokoleniowej – znaczenie pełnionej roli rodzinnej w kontynuowaniu wzorców rodzicielstwa. *Psychologiczne Zeszyty Naukowe*. 2016.
19. Nossrat Peseschkian. Positive Family Therapy – Positive Psychotherapy Manual for Therapists and Families. Author House UK, 2016.

REFERENCES

1. Aksonova V.I. (2011). Mizhkulturna komunikatsiia yak atrybut sotsiokulturnoi zhyttiedialnosti suspilstva [Intercultural communication as an attribute of socio-cultural life of society]. *Humanitarnyi visnyk Zaporizkoi derzhavnoi inzhenernoi akademii*, № 45. Pp. 128–140. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpvgvzdia_2011_45_17
2. Bern E. (2021). Ihry, u yaki hraiut liudy [Games people play]. “Klub simeinoho dozvillia”.
3. Bezklubenko S.D. (2015). Mystetstvo yak zasib komunikatsii [Art as a means of communication]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu kultury i mystetstv. Mystetstvovoznavstvo*, № 32, pp. 5–13. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vknukim_myst_2015_32_3
4. Dovhan N.O. (2020). Sotsiokulturna vzaiemodiia pokolin: katehoriia kulturnoho tekstu [Sociocultural interaction of generations: a category of cultural text]. *Habitus / Prynchornomorskyi naukovo-doslidnyi instytut ekonomiky ta innovatsii. Odesa*, № 12, vol. 1, pp. 155–159.
5. Yevtukh V. (2000). Pro natsionalnu ideiu, etnichni menshyny, mihratsii.... [On the national idea, ethnic minorities, migrations...]. Kyiv : Stylos.
6. Yevtukh V.B. (2009). *Etnichnist : Hlosarii [Ethnicity : Glossary]*. Kyiv.
7. Korniyukh A.O. (2012). Mizhnatsionalni shliuby u konteksti suchasnykh hlobalizatsiinykh protsesiv [International marriages in the context of modern globalization processes]. *Aktualni problemy psykholohii. Zhytomyr*, № 28, pp. 142–150.
8. Kutyavina E.E., Malysheva S.K. (2010). Raznoetnicheskaya semya kak sreda formirovaniya etnicheskoy identichnosti lichnosti [Multi ethnic family as an environment for the formation of personal ethnic identity]. *Vestnik Nizhegorodskogo universiteta im. N.I. Lobachevskogo*, № 2 (18), pp. 47–52.
9. Mironova I.S., Kotliar Yu.V. (2005) Etnichni menshyny [Ethnic minorities]. *Slovnkovo-dokumentalni materialy dlia slukhachiv sekti “Istoriia Ukrainy”, “Novitnia istoriia Ukrainy”, “Istorychne kraieznavstvo”, “Etnohrafichne kraieznavstvo”, Mykolaiv*.
10. Mukhamedzhanova V.F. (2006). *Sotsyalno-psykholohycheskye osobennosti supruzheskykh vzaymootnosheni v mono- y polyetnycheskykh semiakh, prozhyvaiushchyykh v selskoi mestnosti [Socio-psychological particularities of matrimonial relationships in mono- and poly-ethnic families living in a countryside] (PhD Thesis)*, Samara.
11. Panchuk M.I. (ed.) (2000). *Natsionalni menshyny Ukrainy u KhKh stolitti: polityko-pravovyi aspekt [National minorities of Ukraine in the XX century: a political-legal aspect]*. Kyiv : In-t politychnykh i etnonatsionalnykh doslidzhen NAN Ukrainy.
12. Novikova L.V. (2018). *Istoriia etnichnykh (natsionalnykh) menshyn v Ukraini [History of ethnic (national) minorities in Ukraine]*. Odesa : ONU.
13. Hornostai P.P. (ed.) (2014). *Psykhologhiia hrupovoi identychnosti: zakonomirnosti stanovlennia: monohrafiia [Psychology of group identity: patterns of formation: a monograph]*. Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kyiv : Milenium.
14. Chepelieva N.V. (2010). *Kulturni chynnyky rozuminnia ta interpretatsii osobystoho dosvidu [Cultural factors of understanding and interpretation of personal experience]*. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu “Ostrozka akademiia”*. Seriya: Psykhologhiia i pedahohika, № 14, pp. 11–26.
15. Ejdemiller E.G., Yustickis V.V. (1999). *Psihologiya i psihoterapiya semi [Family psychology and psychotherapy]*. Sankt-Peterburg, Piter.
16. Burgess R.L., Youngblade L.M. (1988). Social incompetence and the intergenerational transmission of abusive parental practices, eds. G.T. Hotaling, D. Finkelhor, J.T. Kirkpatrick, M.A. Straus.
17. Caspi A., Elder G.H.J. (1988). Emergent family patterns: The intergenerational construction of problem behaviour and relationships, eds. R. Hinde, J. Stevenson-Hinde, *Relationships within families*, Oxford, UK, Oxford University Press, pp. 218–240.
18. Farnicka M. (2016). *W poszukiwaniu uwarunkowań transmisji międzypokoleniowej – znaczenie pełnionej roli rodzinnej w kontynuowaniu wzorców rodzicielstwa*, *Psychologiczne Zeszyty Naukowe*.
19. Nossrat Peseschkian (2016). *Positive Family Therapy – Positive Psychotherapy Manual for Therapists and Families*, Author House UK.

ЕКОНОМІЧНА ПОВЕДІНКА УКРАЇНЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

Ткалич М. Г.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології*

Запорізький національний університет

вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна

директор дослідницької лабораторії «Рейтинг Лаб» (Київ, Україна)

orcid.org/0000-0003-4101-9659

tkalych@ratinggroup.ua

Тищенко І. І.

засновник

Соціологічна група «Рейтинг» (Київ, Україна)

orcid.org/0000-0001-5650-7212

ityshchenko@ratingpro.org

Скрипченко Т. О.

магістр соціології, соціолог-аналітик

Соціологічна група «Рейтинг» (Київ, Україна)

orcid.org/0000-0002-6625-6952

maloholovchuk@ratinggroup.ua

Ключові слова: економічна поведінка, мотивація економічної поведінки, моделі економічної поведінки, стратегії споживчої поведінки, соціально-економічні трансформації, воєнний час.

Стаття присвячена теоретичному обґрунтуванню досліджень економічної поведінки в періоді соціально-економічних трансформацій і результатам емпіричних досліджень її особливостей протягом 2021–2022 років. Мета статті – теоретично обґрунтувати поняття «економічна поведінка», визначити особливості такої поведінки у трансформаційних суспільствах, проаналізувати результати дослідження особливостей економічної поведінки громадян України за останній рік: динаміку від літа 2021 року до осені 2022 року, а також зміни, які відбулися з початку активної фази війни (весна 2022 року). Теоретичний аналіз показав, що економічна поведінка індивіда втілюється в типові моделі, які пов'язані з видами діяльності, орієнтуючись на можливу реальну поведінку людей у житті: цілераціональна, ціннісно-раціональна, афективна, традиційна. Трансформаційна поведінка пов'язана із цілями, мотивами та засобами її реалізації, за якими виділяють стратегії досягнення; адаптаційні стратегії; регресивні стратегії; руйнівні стратегії. Дослідження економічної поведінки людини присвячені в основному мотивації, довірі, соціальним нормам, послідовності та відданості. За результатами емпіричних досліджень (2021–2022 роки), українці загалом мають проактивну життєву позицію, готові активно шукати роботу, хочуть жити не гірше за інших, однак менш упевнені у своїй можливості впливати на доходи під час війни. Зазнали скорочення зарплат, але ставляться до цього з розумінням. Готові навчатися новому, змінювати професію і займатися підприємництвом. Серед стратегій споживчої поведінки більше зорієнтовані на гедоністичну стратегію, менше на раціональну та традиційну і ще менше на стратегію економії.

ECONOMIC BEHAVIOR OF UKRAINIANS DURING THE WAR: SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ANALYSIS

Tkalych M. H.

*Doctor of Psychological Sciences, Professor;
Professor at the Department of Psychology
Zaporizhzhia National University
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
CEO “Rating Lab” (Kyiv, Ukraine)
orcid.org/0000-0003-4101-9659
tkalych@ratinggroup.ua*

Tyshchenko I. I.

*Founder
Sociological Group “Rating” (Kyiv, Ukraine)
orcid.org/0000-0001-5650-7212
ityshchenko@ratingpro.org*

Skrypchenko T. O.

*MA in Sociology, Sociologist-Analyst
Sociological Group “Rating”
orcid.org/0000-0002-6625-6952
maloholovchuk@ratinggroup.ua*

Key words: *economic behavior, motivation of economic behavior, models of economic behavior, strategies of consumer behavior, socio-economic transformations, wartime.*

The article is devoted to the theoretical substantiation of the research on economic behavior in periods of socio-economic transformations and the empirical data on its peculiarities gathered during 2021–2022. The purpose of the article is to theoretically substantiate the concept of economic behavior, to determine the features of such behavior in transforming societies, to analyze the results of research on the peculiarities of the economic behavior of citizens of Ukraine for the last year: the dynamics from the summer of 2021 to the fall of 2022, as well as the changes that have occurred since the beginning of the active phase of the war (Spring of 2022). The theoretical analysis has showed that the economic behavior of the individual is embodied in certain typical models that are related to the types of activities, focusing on the possible real behavior of people in life: means-end-rational, value-rational, affective, traditional. Transformational behavior is associated with goals, motives and means of its implementation, according to which achievement strategies are distinguished; adaptation strategies; regressive strategies; disruptive strategies. Studies of human economic behavior are mainly devoted to motivation, trust, social norms, consistency and commitment. According to the empirical findings (2021–2022), Ukrainians in general have a proactive attitude in life, are ready to actively look for work, want to live no worse than others, but are less confident in their ability to influence incomes during the war. They experienced a reduction in wages, but they are understanding about it. Ukrainians are ready to learn new things, change professions and engage in entrepreneurship. Among the strategies of consumer behavior, more respondents are oriented towards the hedonistic strategy, fewer towards the rational and traditional ones, and even fewer to the strategy of saving.

Постановка проблеми. Трансформаційні процеси, які і так довгий час були притаманні українському суспільству, після початку активної фази війни пришвидшилися, набули спочатку хаотичності, а потім стабілізувалися та показали деяку закономірність, яка притаманна суспільствам у період трансформації. Коли більшість населення стикається із проблемою виживання, традиційні способи поведінки досить часто стають неефективними. Це спонукає людей шукати нові стратегії поведінки. Найефективніші з них закріплюються у практиці, а менш вдалі не приживаються та зникають [4; 5]. Періоди соціально-економічних трансформацій зумовлюють появу нових типів економічної поведінки індивідів – ринкових, орієнтованих на самозабезпеченість, високу трудову активність, усвідомлення своєї ролі в соціально-економічному житті держави [4].

У більшості підходів соціально-економічна поведінка визначається як система взаємопов'язаних дій і вчинків, яка відображає внутрішнє ставлення індивіда до умов, змісту, результатів соціально-економічної діяльності, яку здійснюють соціальні суб'єкти для задоволення своїх потреб [1; 5; 8; 9; 16; 19].

Дослідження економічної поведінки, які важливі в контексті наших емпіричних вимірів, присвячені в основному мотивації [19], довірі [15], соціальним нормам [8; 11; 12], послідовності та відданості [10], стратегіям споживчої поведінки [7], адаптаційним стратегіям [14], горизонту планування: побудові планів [16] і впливу емоцій на очікування [20]. Теорію чорних лебедів Н. Талеба, який стверджує, що варто не намагатися передбачати «чорних лебедів», а будувати стійкість до негативних подій і мати можливість використовувати позитивні події [18], також можна використовувати для побудови стратегій поведінки як на рівні окремої людини, так і на рівні суспільства та пояснення тих змін, що відбуваються в часи таких криз, які безупинно переживає Україна останні декілька років.

Мета статті – теоретично обґрунтувати поняття «економічна поведінка», визначити особливості такої поведінки у трансформаційних суспільствах, проаналізувати результати дослідження особливостей економічної поведінки громадян України за останній рік: динаміку від літа 2021 р. до осені 2022 р., а також зміни, які відбулися з початку активної фази війни (весна 2022 р.).

Результати дослідження. Сама собою економічна поведінка пов'язана з категорією економічної дії, яку М. Вебер визначав як цивілізований спосіб контролю над ресурсами з боку суб'єкта, який свідомо орієнтується на певну вигоду. Водночас важливим аспектом економічної дії є конкретна форма її реалізації [1]. М. Вебер кон-

струював ідеально-типові моделі дій індивіда та виділив чотири види діяльності, орієнтуючись на можливу реальну поведінку людей у житті, як-от: цілераціональна, побудована на свідомому виборі та розрахунку; ціннісно-раціональна, пов'язана із плановою орієнтацією на переконання, обов'язок, віру; афективна, яка є реакцією на несподівані, незвичайні вчинки; традиційна (як система автоматичних реакцій на звичайні подразники, що становлять більшість повсякденної поведінки) [17]. Виокремлені М. Вебером моделі та види діяльності надалі стали предметом досліджень поведінкової економіки, яка вивчає цінності, мотиви, емоції економічної поведінки індивідів. Можемо припустити, що в сучасних кризових умовах, які пришвидшують трансформації (це не лише воєнний час, а й попередні часи пандемії), усі ці види діяльності зазнають змін. Так, наші дослідження дозволили виокремити стратегії споживчої поведінки та їхні індивідуально-психологічні та соціально-демографічні особливості [6; 7]. Орієнтації й очікування людей формують оцінку життєвої ситуації. Людина зазнає впливу особистісних настанов і стереотипів, що зумовлюють її погляд на ситуацію і тим самим спонукають її до тієї чи іншої поведінкової стратегії.

Різні поведінкові стратегії суттєво впливають на розвиток трансформаційних процесів. Трансформаційна поведінка охоплює такі типи поведінки, як трудова, підприємницька, споживча, міграційна, мобільна, фінансова, кримінальна тощо. В основі цієї класифікації є цілі, мотиви та засоби реалізації поведінки. За цими ознаками виділяють чотири типи стратегій: стратегії досягнення; адаптаційні стратегії; регресивні стратегії; руйнівні стратегії [4]. Результати досліджень цих стратегій широко представлені в наукових публікаціях, зокрема, щодо адаптаційних стратегій, згідно з концепцією гедонічної адаптації, зміни в досвіді зазвичай викликають щастя лише тимчасово, коли ми звикаємо до нових обставин [14].

О. Злобіна зауважує, що поведінкові стратегії відповідають конкретним поведінковим практикам, у яких утілюються індивідуальні варіанти трансформаційної поведінки, наприклад функціонально неоднозначна стратегія досягнення може втілюватися як процес еміграції кваліфікованих кадрів, що під час війни загострилося. З одного боку, країна втрачає ці кадри, з іншого – фахівці й далі роблять свою справу, підвищують професійний потенціал, а в разі поліпшення ситуації у країні, можуть повернутися та збагатити економіку [3]. Під час війни декілька мільйонів українців працездатного віку виїхали за кордон, і це теж вплинуло на економічну поведінку тих, хто залишився.

Так само, як війна вплинула на можливості планувати, звуживши горизонт планування більшості

громадян. Наприклад, Д. Канеман підкреслює, що коли ми будемо плани на майбутнє, ми часто занадто оптимістичні. Наприклад, ми схильні до помилкового планування, недооцінюємо кількість часу, який нам знадобиться для виконання завдання, ігноруємо минулий досвід [16]. Коли ми намагаємося передбачити, як ми будемо почуватися в майбутньому, ми також можемо переоцінити інтенсивність наших емоцій [20].

Усупереч погляду homo economicus на мотивацію людини й ухвалення рішень, поведінкова економіка не припускає, що люди роблять вибір ізольовано або для власних інтересів. Окрім когнітивних і афективних (емоційних) вимірів, поведінкова економіка також розглядає соціальні сили, оскільки рішення ухвалюються індивідами, які сформовані соціальним середовищем і включені в нього. Отже, це результат як впливу індивідуально-психологічних особливостей, так і процесу соціалізації індивіда.

Як зазначалося вище, дослідження економічної поведінки людини присвячені в основному мотивації, довірі, соціальним нормам, послідовності та відданості.

Довіра є одним із пояснень розбіжностей між реальною поведінкою та поведінкою, передбаченою моделлю егоїстичних акторів. Як довіра, так і надійність зростають, коли люди є ближчими соціально, але остання знижується, коли партнери походять із різних соціальних груп, різної національності або раси. Окрім того, виявилось, що люди з високим статусом здатні викликати більше довіри в інших [15].

Соціальні норми – це неявні або явні поведінкові очікування чи правила в суспільстві чи групі людей [12], і вони є важливим компонентом економіки ідентичності, яка розглядає економічні дії як результат грошових стимулів і самооцінки [8].

Соціальні норми сигналізують про належну поведінку чи дії, які здійснюються більшістю людей (хоча те, що вважається «відповідним», саме собою підлягає постійним змінам) [11].

Послідовність і відданість: сприйнятливості людини до відгуків про соціальні норми пов'язана з нашим бажанням зберегти позитивне уявлення про те, ким ми є як особистість. Коли результат дії загрожує цьому бажанню, ми можемо змінити свою поведінку, хоча часто ми просто змінюємо своє ставлення чи переконання. Коли це трапляється, ми зазвичай вдаємося до «раціоналізації», яка є формою зменшення когнітивного дисонансу [13]. Теорія когнітивного дисонансу є ілюстрацією людської потреби в постійному та послідовному образі себе [10].

Сприйнятливості людей до соціальних сил також проявляється у стадній поведінці, яка виникає, коли люди роблять те, що роблять інші, замість того, щоб використовувати власну інформацію чи ухвалювати самостійні рішення. Ідея стадності має довгу історію у філософії та психології натовпу. Це особливо актуально у сфері фінансів і фінансової поведінки [9].

Для ілюстрації окреслених теоретичних положень проаналізуємо результати декількох емпіричних досліджень економічної поведінки, проведених протягом року (серпень 2021 р. – жовтень 2022 р.) Соціологічною групою «Рейтинг» [2]. Вибірка дослідження загалом становила приблизно 3 000 осіб, репрезентативна за статтю, віком, рівнем доходів, регіоном проживання. У статті проаналізовані результати таких хвиль досліджень: 1) мотивації економічної поведінки (серпень 2021 р.); 2) моделі економічної поведінки (липень 2022 р.); 3) стратегії споживчої поведінки (жовтень 2022 р.).

Почнемо з визначення *мотивації економічної поведінки та її моделей* (рис. 1).

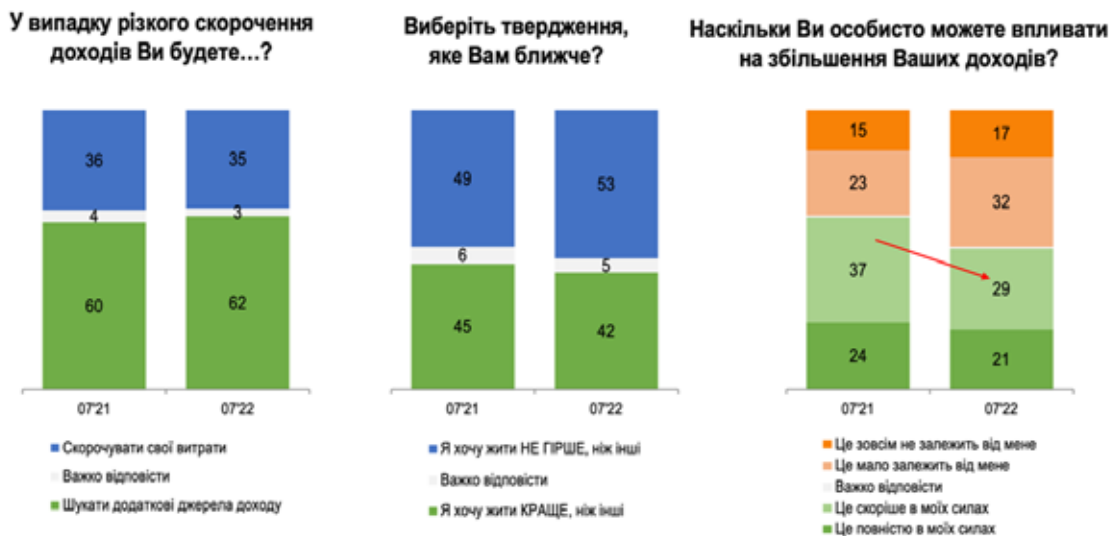


Рис. 1. Мотивація та моделі економічної поведінки: динаміка (2021–2022 рр.)

Отже, мотивації в економічній поведінці ділять суспільство майже навпіл: половина респондентів хоче жити не гірше за інших (мотивація на уникнення невдач), а трохи менше – хочуть жити краще інших і досягати успіху. Мотиви економічної поведінки мають значущі відмінності за різними соціально-демографічними категоріями. До війни в Києві було найбільше мотивованих жити краще. Регіони дещо відстають, найбільше – Донбас, де мова про життя ще до повномасштабної війни йшла в парадигмі «аби не гірше». Також найбільше орієнтовані на «аби не гірше» у селах, де більше колективізму, ніж індивідуалізму. Також у селах нижчий дохід і нижча цінність багатства загалом.

Щодо вікових відмінностей, наймолодші найбільше мотивовані на досягнення успіху, а особливо молоді жінки. Молодь загалом більше прагне успіху, бо готова до викликів і будує плани на майбутнє: вважають, що їхні найкращі роки ще попереду і бачать їх дуже успішними. Молоді жінки прагнуть реалізуватися та використати нові можливості, які були менш доступні попереднім поколінням. Нехай це частково ідеалістичні уявлення, але вони хочуть виходити за межі традиційних гендерних ролей і досягати успіху. Жінки прагнуть кращого життя в усіх вікових групах, окрім найстаршої, де вони поряд із чоловіками. Чоловіки загалом більш реалісти, ніж жінки, і зорієнтовані на уникнення невдач. Вони не виставляють планку успіхів, якої, можливо, не досягнуть. Якщо жінка не досягла певного рівня та статусу – це в українському суспільстві ще сприймається толерантно. Але якщо не досяг мети чоловік, для якого одна з головних гендерних норм «бути успішним», – це сприймається і ним, і оточенням більш критично. Тому чоловіки хочуть тримати мету ближче до реальності.

Молоді українці (особливо віком 16–24 роки) готові ризикувати, використовувати можливості, реалізовувати момент. З них понад 80% не готові скорочувати свої доходи, а за потреби шукатимуть додаткові джерела. Вони говорять, що можуть контролювати свій дохід. До 40 років – це теж ще вік досягнень, здобуття та зміцнення соціального статусу, тому вони також радше мотивовані на успіх. Найменше до ризику схильні старші: вони вже не готові «ловити момент» і, на жаль, нових можливостей у них мало. Контролювати свої доходи вони також не можуть, бо це залежить від держави. Старший вік в Україні маргіналізований через соціальну незахищеність, низькі пенсії на межі виживання, втрату соціального статусу і соціального капіталу, який скорочується в основному до родини.

Дохід і ризик – це теж взаємопов'язані чинники: схильність ризикувати дає можливість

отримати більше. Поведінкова модель забезпечених спрямована на пошук додаткових джерел доходу (74%), а бідних – на скорочення витрат (59%). Бідні, як і старші, не готові до ризику, поведуться обережно.

Перейдемо до аналізу дослідження *моделей економічної поведінки та їх динаміки 2021–2022 рр.* (див. рис. 1), яке показало, що під час війни більшість українців продовжують демонструвати активну життєву позицію щодо свого матеріального становища та можливостей самореалізації. У динаміці показники поведінки та мотивації суттєво не змінились: у разі різкого скорочення доходів 62% будуть шукати додаткові джерела заробітку, 35% – скорочувати свої витрати (60 і 36% відповідно в липні минулого року). Нині 53% хочуть жити не гірше за інших, 42% – хочуть жити краще, ніж інші (49 і 45% відповідно минулого року).

Однак за рік зменшилась кількість тих, хто зазначив, що може впливати на свої доходи – із 60 до 50%. Отже, половина опитаних вважають, що можуть впливати на збільшення власних доходів, стільки ж – мають протилежну думку. Війна й актуальна соціоекономічна ситуація є об'єктивними обставинами, які вірогідно зменшують можливості впливу на доходи, бо у країні серйозна економічна криза, невизначеність, горизонт планування звужений від декількох тижнів до декількох місяців. Загалом активнішу стратегію щодо своїх фінансових можливостей має молодь, більш забезпечені та чоловіки, вірогідно через наявність відповідних ресурсів і традиційну цінність цих категорій на ринку праці й у бізнесі.

Проаналізуємо ситуацію суттєвого зниження зарплати та можливість знайти нову роботу (рис. 2).

Значна частина респондентів відчули зниження зарплати, але ставляться до цього з розумінням як до вимушеного кроку, тому і відносна більшість (57%) готова продовжувати працювати навіть у разі зменшення заробітної плати, щоб не втратити стабільний дохід (рис. 2). Водночас 40% мають більш активну позицію і говорять, що шукатимуть нову роботу в разі скорочення зарплати. Останніх більше серед молоді, тих, хто працює у приватному секторі або сам на себе. Серед тих, хто працює, майже 40% переконані, що змогли б швидко знайти роботу в разі її втрати. 57% – не мають такої впевненості, найчастіше це люди старшого віку, жінки, працівники державного сектору.

Мотивація на досягнення успіху є чинником упевненості працівників у своїх професійних, кар'єрних можливостях і є відчутним стимулом до пошуку кращої роботи: серед мотивованих на успіх більше тих, хто в разі зниження зарплати шукатиме нову роботу, а не залишатиметься

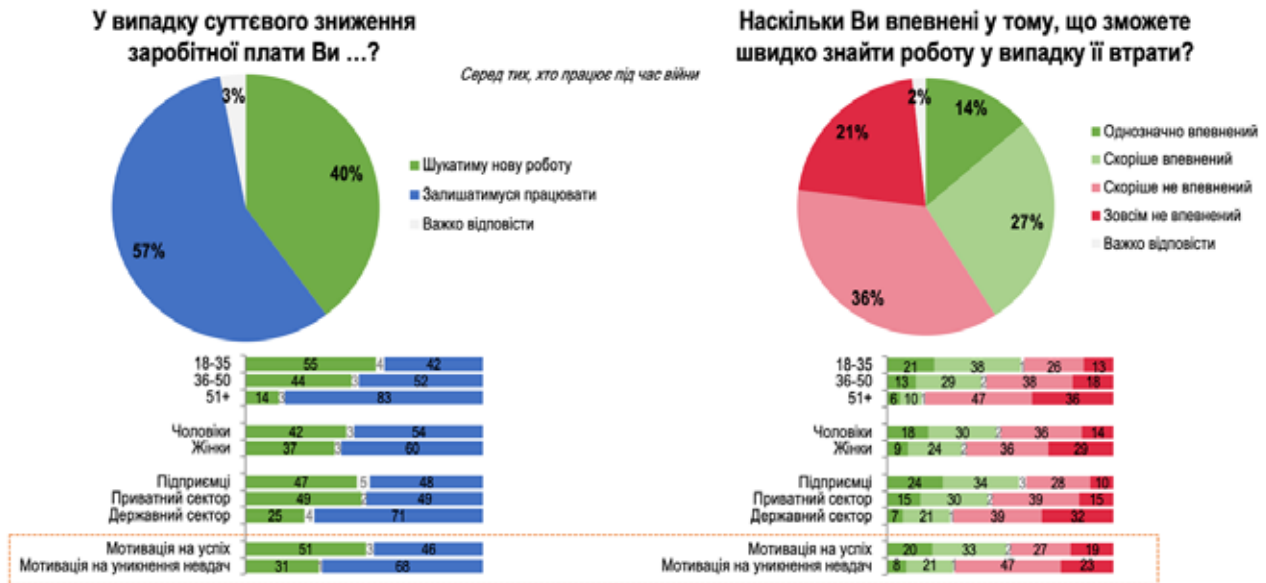


Рис. 2. Моделювання ситуацій: зниження зарплати, пошуку роботи

працювати, а також серед них більше впевнених у своїй здатності швидко знайти нову роботу. Впливає ця модель поведінки і на готовність змінювати загалом сферу, місце, регіон і навіть країну роботи: мотивовані на успіх більше відкриті до нових можливостей і готові ризикнути, щоб отримати кращу посаду.

Важливо також, що в умовах війни майже вдвічі зросла кількість тих, хто бажає розпочати все спочатку та відкрити власний бізнес: нині 45% хотіли б зайнятися підприємництвом, 9% уже мають власну справу, 46% не мають такого бажання. Молодь, більш забезпечені, чоловіки, зайняті у приватному секторі, а також мотивовані на успіх більшою мірою виявляють бажання зайнятися власною справою, працювати на себе й не залежати від умов роботодавця.

Дослідження стратегій споживчої поведінки, проведене в жовтні 2022 р. (n = 1 000), показало, що найчастіше респонденти ухвалюють рішення щодо купівлі продуктів і товарів, виходячи з відповідності ціни та якості (42%). 29% керуються тим, що регулярно купують ті самі товари (стратегія регулярного споживання), або через можливість купити їх дешевше (стратегія мінімізації витрат). 20% купують тому, що покупка приносить задоволення (гедоністи), 13% – купують товари найкращої якості (перфекціоністи). Лише 4% зазначили, що купують товари імпульсивно (стратегія імпульсивного споживання), 2% – через те, що товар є новинкою (споживання новинок). Відповідність ціни та якості, регулярність покупки більш притаманні молодшому та середньому поколінню, які керуються раціональним підходом до витрат. Покупка через нижчу ціну – старшому,

оскільки в них частіше нижчі доходи і вони змушені економити. Молодь також відносно частіше купує товари, тому що це приносить задоволення або ж керуючись показником якості – це відповідає цінностям молодого покоління, які є більшими гедоністами та перфекціоністами. Регулярність і мотив «дешевизни» переважають у жінок, відповідність ціни та якості, особливо кращої, – чоловікам. Отже, жінки мають більш раціональні стратегії, а чоловіки – емоційні, хоча зазвичай орієнтацію на емоції приписують жінкам, однак у жінок зазвичай і доходи нижчі, ніж у чоловіків.

Результати наших попередніх досліджень стратегій ухвалення рішень споживачами показали, що ці стратегії пов'язані з індивідуально-психологічними особливостями індивіда. Так, стратегію «Перфекціонізм» зумовлюють особистісні риси екстраверсії та сумлінності; на стратегію «Ціна дорівнює якості» впливають цінності безпеки сім'ї (негативно), соціальне визнання й авторитет (позитивно); стратегії «Споживання новинок» схильні дотримуватися ті люди, для яких важливими є цінності духовного життя, миру в усьому світі й авторитету; неважливими – самодисципліна. Окрім того, споживання новинок зумовлюється високою екстраверсією. Для стратегії «Гедоністичне споживання» є характерними високий нейротизм, екстраверсія, важливість почуття приналежності та надання невеликого значення таким цінностям, як право на особистий простір і влада. Стратегія «Імпульсивне споживання» зумовлюється високим нейротизмом і сумлінністю, а також такими персональними цінностями, як соціальна справедливість (позитивно) та внутрішня гармонія, сенс життя і світ

прекрасного (негативно). Стратегії «Мінімізація витрат» схильні дотримуватися люди з високим нейротизмом і доброзичливістю, для яких не є важливою цінність національної безпеки. Стратегія «Регулярне споживання» включає людей із вираженою рисою сумлінності, для яких має значення така цінність, як сенс життя [6].

Результати кластерного аналізу (ієрархічна кластеризація спостережень методом Варда, обрано 4-кластерне рішення) споживчих стратегій поведінки дозволили розділити споживачів на такі групи: гедоністи (38%; 0,364), раціоналісти (24%; 0,243), традиціоналісти (21%; 0,205) і економі (19%; 0,188) (рис. 3).

Отже, «гедоністи» обирають товари найкращої якості, купують те, що за ціною відповідає якості та приносить задоволення, – переважають у категорії молоді, серед чоловіків і тих, хто працює (відповідно – має вищі доходи). «Раціоналістів», які купують дешевше та коли є хороше співвідношення «ціна – якість», більше серед представників середнього покоління, чоловіків, тих, хто працює, а також пенсіонерів. «Традиціоналістів», які купують ті самі товари у співвідношенні «ціна – якість», більше серед молоді та тих, хто працює. «Економі», які купують дешевше та те саме, більше серед старших, жінок (їх більше серед найстаршої категорії), безробітних і тих, хто на пенсії. Загалом, це хороші, адекватні стратегії розвинених суспільств із непоганими економічними показниками. Отже, українці зберігають стратегії розвинених суспільств, і лише

невелика частина (19%) керується стратегією економі.

Висновки. Отже, економічна поведінка індивіда втілюється в типові моделі. Ідеально-типові моделі дій індивіда пов’язані із чотирма видами діяльності, орієнтуючись на можливу реальну поведінку людей у житті, як-от: цілераціональна, ціннісно-раціональна, афективна, традиційна. Різні поведінкові стратегії суттєво впливають на розвиток трансформаційних процесів. Трансформаційна поведінка пов’язана із цілями, мотивами та засобами її реалізації, за якими виділяють чотири типи стратегій: стратегії досягнення; адаптаційні стратегії; регресивні стратегії; руйнівні стратегії. Під час війни декілька мільйонів українців працездатного віку виїхали за кордон, і це теж вплинуло на економічну поведінку громадян. Так само, як війна вплинула на можливість планувати, звуживши горизонт планування для більшості. Дослідження економічної поведінки людини присвячені в основному мотивації, довірі, соціальним нормам, послідовності та відданості.

Згідно з результатами емпіричних досліджень за період 2021–2022 рр., українці загалом і під час війни мають проактивну життєву позицію, готові активно шукати роботу, хочуть жити не гірше за інших, однак менш упевнені у своїй можливості впливати на доходи під час війни. Зазнали скорочення зарплат, але ставляться до цього з розумінням. Готові навчатися новому, змінювати професію та займатися підприємництвом. Серед стратегій споживчої поведінки



Рис. 3. Стратегії споживчої поведінки (жовтень 2022 р.)

більше зорієнтовані на гедоністичну стратегію, менше на раціональну та традиційну і ще менше на стратегію економії.

Перспективами подальшого дослідження є вивчення динаміки змін поведінкових стратегій,

як економічних загалом, так і споживчих зокрема, під час війни, з урахуванням тих трансформацій, які відбуваються в суспільстві та в житті окремого індивіда. Ці дані будуть, безперечно, важливими для повоєнної відбудови країни.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вебер М. Протестантська етика і дух капіталізму. Київ : Наш формат, 2018. 216 с.
2. Дослідження Соціологічної групи «Рейтинг». URL: <https://ratinggroup.ua/research/ukraine/>.
3. Злобіна О. Особистість як суб'єкт соціальних змін. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2004. 400 с.
4. Коваліско Н., Кудринська А. Специфіка стратегій економічної поведінки на регіональному рівні. *Вісник Львівського університету. Серія «Соціологія»*. 2008. Вип. 2. С. 266–277.
5. Лагутіна Т. Соціально-психологічні аспекти економічної поведінки в перехідному суспільстві. *Вісник Київського національного торговельно-економічного університету*. 2006. № 1. С. 105–110.
6. Ткалич М., Закашанська Н. Індивідуально-психологічні особливості стратегії прийняття рішень споживачами. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 1 (25). С. 109–117.
7. Ткалич М., Закашанська Н. Типи споживачів та стратегій споживчої поведінки: ціннісний та особистісний вимір. *Проблеми сучасної психології : науковий журнал*. Запоріжжя : Видавничий дім «Гельветика», 2022. № 1 (24). С. 94–100.
8. Akerlof G., Kranton R. *Identity Economics*. Princeton, NJ : Princeton University Press, 2010.
9. Banerjee A. A simple model of herd behavior. *Quarterly Journal of Economics*. 1992. № 107. P. 797–817.
10. Cialdini R.B. *Influence: Science and Practice*. 5th ed. Boston : Pearson, 2008.
11. The role of feedback in the process of health behavior change / C.C. Diclemente. *American Journal of Health Behavior*. 2001. № 25. P. 217–227.
12. *MindSpace: influencing behaviour through public policy* / P. Dolan. London, UK : Cabinet Office, 2010.
13. Festinger L. *A theory of cognitive dissonance*. Stanford : Stanford University Press, 1957.
14. Frederick S., Loewenstein G. Hedonic adaptation. *Well-being: The foundations of hedonic psychology* / D. Kahneman et al. (Eds.). New York : Russell Sage Foundation, 1999. P. 302–329.
15. Measuring trust / E. Glaeser et al. *The Quarterly Journal of Economics*. 2000. № 115 (3). P. 811–846.
16. Kahneman D. *Thinking, fast and slow*. London : Allen Lane, 2011.
17. Swedberg R. Max Weber's manifesto in economic sociology. *European Journal of Sociology*. 1998. № 39(2). P. 379–398. URL: <http://www.jstor.org/stable/23997750>
18. Taleb N. *The Black Swan: The Impact of the Highly Improbable*. New York : Random House, 2007.
19. Thaler R.H., Sunstein C. *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. New Haven, CT : Yale University Press, 2008.
20. Wilson T.D., Gilbert D.T. Affective forecasting. *Advances in Experimental Social Psychology*. 2003. № 35. P. 345–411.

REFERENCES

1. Veber M. *Protestants'ka etyka i duh kapitalizmu [Protestant ethics and the spirit of capitalism]*. K. : Nash format, 2018. 216 s. [in Ukrainian].
2. *Doslidzhennja Sociologichnoi' grupy "Rejtyng" [Research by the Sociological Group "Rating"]*. URL: <https://ratinggroup.ua/research/ukraine/> [in Ukrainian].
3. Zlobina O. *Osobystist' jak sub'jekt social'nyh zmin [Personality as a subject of social changes]*. K. : In-t sociologii' NAN Ukrai'ny, 2004. 400 s. [in Ukrainian].
4. Kovalisko N.V., Kudryns'ka A.I. *Specyfika strategij ekonomichnoi' povedinky na regional'nomu rivni [Specificity of strategies of economic behavior at the regional level]*. *Visnyk L'vivs'kogo universytetu. Ser. Sociol.* 2008. Vyp. 2. S. 266–277 [in Ukrainian].
5. Lagutina T. *Social'no-psyhologichni aspekty ekonomichnoi' povedinky v perehidnomu suspil'stvi [Socio-psychological aspects of economic behavior in a transitional society]*. *Visnyk KNTEU*. 2006. № 1. S. 105–110 [in Ukrainian].
6. Tkalych M., Zakashans'ka N. *Indyvidual'no-psyhologichni osoblyvosti strategii' pryjnjattja rishen' spozhyvachamy [Individual and psychological features of consumer decision-making strategy]*. *Organizacijna psyhologija. Ekonomichna psyhologija*. 2022. № 1 (25). S. 109–117 [in Ukrainian].
7. Tkalych M., Zakashans'ka N. *Typy spozhyvachiv ta strategij spozhyvchoi' povedinky: cimnisnyj ta osobystisnyj vymir [Types of consumers and consumer behavior strategies: value and personal dimension]*. *Problemy suchasnoi' psyhologii' : naukovyj zhurnal*. Zaporizhzhja : Vydavnychij dim "Gel'vetyka", № 1(24), 2022, S. 94–100 [in Ukrainian].

8. Akerlof, G., & Kranton, R. (2010). *Identity Economics*. Princeton, NJ : Princeton University Press.
9. Banerjee, A. (1992). A simple model of herd behavior. *Quarterly Journal of Economics*, 107, 797–817.
10. Cialdini, R.B. (2008). *Influence: Science and Practice, 5th ed.* Boston : Pearson.
11. Diclemente, C.C., Marinilli, A.S., Singh, M., & Bellino, L.E. (2001). The role of feedback in the process of health behavior change. *American Journal of Health Behavior*, 25, 217–227.
12. Dolan, P., Hallsworth, M., Halpern, D., King, D., & Vlaev, I. (2010). *MindSpace: influencing behaviour through public policy*. London, UK : Cabinet Office.
13. Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford : Stanford University Press.
14. Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 302–329). New York : Russell Sage Foundation.
15. Glaeser, E., Laibson, D., Scheinkman, J. & Soutter, C. (2000). Measuring trust. *The Quarterly Journal of Economics*, 115 (3), 811–846.
16. Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. London : Allen Lane.
17. Swedberg, R. (1998). Max Weber’s manifesto in economic sociology. *European Journal of Sociology*, 39(2), 379–398. URL: <http://www.jstor.org/stable/23997750>.
18. Taleb, N. (2007). *The Black Swan: The Impact of the Highly Improbable*. New York : Random House.
19. Thaler, R.H., & Sunstein, C. (2008). *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. New Haven, CT : Yale University Press.
20. Wilson, T.D., Gilbert, D.T. (2003). Affective forecasting. *Advances in Experimental Social Psychology*, 35, 345–411.

УДК 159.922.8:177.6
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-20>

ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ НА УЯВЛЕННЯ ПРО ЛЮБОВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Шевченко Н. Ф.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології
Запорізький національний університет
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0002-5297-6588
shevchenkonf.20@gmail.com*

Зайченко Л. В.

*студентка магістратури
Запорізький національний університет
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0002-6956-183X
linazaichenko@gmail.com*

Ключові слова: психологічна
сепарація, незалежність,
автономія, формування,
уявлення про любов,
юнацький вік.

Стаття присвячена вивченню впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці. На основі теоретичного аналізу узагальнено, що уявлення про любов у юнацькому віці мають характеристики близьких, інтимних відносин у співпраці з партнером, які формуються під впливом основних психологічних умов, якими є духовність, акцентуації характеру, гендерний аспект, особистісні характеристики. Любов розглядається як об'ємна категорія, яка водночас включає вчинки, почуття, відносини та зовнішні атрибути, які супроводжуються яскравими почуттями. З'ясовано, що вірність, доброзичливість, гармонія, добробут слугують для молоді головними цінностями в любовних відносинах. Зазначається, що молоді люди відчують підвищену потребу в самостійності й автономності від батьків, яку можна задовольнити в результаті вдалого проходження процесу психологічної сепарації на всіх рівнях: когнітивному, емоційному та поведінковому. Виходячи із цього, проходження процесу психологічної сепарації розглядається як основне завдання юнацького віку, яке потрібно вдало вирішити для переходу на наступний етап дорослості та досягнення психологічної зрілості особистості. Результати емпіричного дослідження уявлень про любов виявили середній рівень прояву показників «тривожність» і «уникнення» у любовних відносинах, що свідчить про ймовірне ухилення від спрямування юнаків на досягнення духовної й емоційної єдності із суб'єктом любовних відносин. Діагностика стратегічних особливостей взаємодії молодих людей з об'єктом своїх любовних відносин виявила панівні орієнтації на сексуальні аспекти відносин із прагненням пізнати іншу людину, що характерно для високого рівня прояву типів любові ерос і сторге. Дослідження загального рівня психологічної сепарації від матері та батька за шкалами «функціональна незалежність», «емоційна незалежність», «конфліктна незалежність» і «незалежність у ставленнях» засвідчили перевагу середнього рівня психологічної сепарації за всіма чотирма шкалами від матері та батька в респондентів. Результати кореляційного аналізу дали можливість зробити висновок, що специфіка уявлень про любов у юнацькому віці визначається впливом рівня психологічної сепарації.

PSYCHOLOGICAL SEPARATION INFLUENCE ON THE REPRESENTATIONS OF LOVE IN YOUTH

Shevchenko N. F.

*Dr. Sc. in Psychology, Professor;
Professor at the Department of Psychology
Zaporizhzhia National University
Zhukovskiyi str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0002-5297-6588
shevchenkonf.20@gmail.com*

Zaichenko L. V.

*Master Student
Zaporizhzhia National University
Zhukovskiyi str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0002-6956-183X
linazaichenko@gmail.com*

Key words: *psychological separation, independence, autonomy, formation, representations of love, youth.*

The article is devoted to the research of the psychological separation influence on the representations of love in youth. Based on the theoretical analysis, it has been summarized that representations about love in youth have the characteristics of close, intimate relationships in cooperation with a partner, which are formed under the influence of psychological conditions, such as spirituality, character accentuations, gender aspect, and personal characteristics. Love is considered as a comprehensive category that simultaneously includes actions, feelings, relationships and external attributes that are accompanied by bright feelings. It has been established that loyalty, benevolence, harmony, well-being are the main values for young people in love relationships. It has been noted that young people feel an increased need for independence and autonomy from their parents, which can be satisfied as a result of successfully completing process of the psychological separation at all levels: cognitive, emotional and behavioral. Based on this, going through the process of psychological separation can be considered as the main task of the youth age, which must be successfully solved in order to move to the next stage of adulthood and achieve psychological maturity of a personality. Results of the empirical study of the love representations have revealed an average level of “anxiety” and “avoidance” in love relationships, which indicates a probable avoidance of achieving spiritual and emotional unity with the subject of love relationships. Diagnostics of features of the strategic interaction of young people with the object of their love relationships has revealed dominant orientations towards sexual aspects of relationships with the desire to get to know another person; this characterises a high level of manifestation of eros and storge types of love. Research of the general level of psychological separation from mother and father on the scales of “functional independence”, “emotional independence”, “conflict independence” and “independence in attitudes” has proven the superiority of the average level of psychological separation from parents among respondents on all four scales. Results of the correlation analysis have made it possible to conclude that the specificity of the love representations in youth is determined by the influence of the psychological separation level.

Постановка проблеми. Актуальність дослідження зумовлена процесами, що відбуваються в сучасному суспільстві, зокрема впливом нинішнього темпу життя молоді на якість проживання нею багатьох людських почуттів, зокрема любові. Останніми роками в молодіжному середовищі стала помітною тенденція до збільшення кількості незарєєстрованих шлюбів і зменшення потреби в емоційно близьких стосунках через зміну уявлень про любов та її місце в житті людини. У зв'язку із цим постає необхідність розроблення нових підходів до вивчення причин, що впливають на уявлення про любов у юнацькому віці. Необхідно визнати, що традиційний підхід до розуміння важливості формування уявлень про любов у житті людини не відповідає реаліям суспільства, оскільки у психологічних дослідженнях йому майже не приділяється увага.

Уявлення про любов і почуття любові стають важливими саме в юнацькому віці через зміну провідного виду діяльності та встановлення великої кількості нових соціальних зв'язків, що потребує розвитку особистісної незалежності, яка розвивається лише в результаті завершеної психологічної сепарації від батьків. Найважливішим результатом проходження процесу психологічної сепарації в юнацькому віці є здатність мислити власними категоріями, завдяки яким молода людина може наділяти почуття любові власним, суб'єктивним сенсом.

У дослідженнях, присвячених вивченню уявлень особистості про любов, науковці виділили основні психологічні умови їх формування, а саме: розвиток духовності (В. Кутішенко [1], В. Кравців, Н. Тавровецька [2]), акцентуації характеру (А. Чхайдзе й І. Цілінко [3]), гендерний аспект (Н. Олейник і С. Бабатіна [4]).

Сутність психологічної сепарації характеризували у своїх роботах М. Малер [5], О. Літвінова [6], які писали про важливість завершення цього процесу в юнацькому віці для формування психологічно зрілої особистості та повноцінного її функціонування в дорослому житті.

Незважаючи на представленість широкого спектра досліджень щодо уявлень про любов, людські стосунки, а також особливості психологічної сепарації, у наукових працях майже не приділяється увага вивченню впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці. Вивчення зазначеної проблеми створить підґрунтя для розроблення практико-орієнтовних заходів цілеспрямованого розвитку процесу психологічної сепарації в юнацькому віці.

Мета статті – представити результати теоретико-емпіричного дослідження впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці.

Результати дослідження. Теоретичний аналіз проблеми впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці дозволив визначити основні психологічні умови, які впливають на формування уявлень про любов юнаками. Сучасні науковці В. Кутішенко [1], В. Кравців, Н. Тавровецька [2] у своїх працях виокремлюють духовність як один з основних чинників формування уявлень про любов, здатності любити інших і приймати любов до себе. Вони встановили таку закономірність: для людей із високим рівнем розвитку духовності найважливішими цінностями в життя є самовіддача (вірність, доброзичливість, гармонія) та сімейні цінності (добробут, спокійна старість, слухняні діти та шлюб, побудований на довірі), а для людей із середнім рівнем духовності – егоцентричні цінності (особистісна безпека, різні види задоволення та визнання, обернені на себе, та влада над іншими).

В. Кутішенко зазначає, що кожна людина здатна любити, але не кожна спроможна залучитися до цієї духовної практики через закритість до духовного світу та слабку обізнаність у цій сфері. Внутрішній світ людини вибудовує ті специфічні прояви любові, які характерні для особистості, а риси характеру людини визначають її здатність любити світ, свого ближнього і себе [1].

Проведене емпіричне дослідження А. Чхайдзе й І. Цілінко, спрямоване на виявлення впливу акцентуації характеру людини на уявлення про любов, які домінують у її свідомості, дозволило встановити, що домінантними типами акцентуації є екзальтований і збудливий, а домінантними стилями прояву любові є ерос, манія й агапе. Результати кореляційного аналізу дали можливість авторам встановити тісний зв'язок між типами акцентуації характеру та стилями прояву любові [3, с. 35–36].

Наступною, не менш впливовою психологічною умовою формування уявлення про любов виявився гендерний аспект, який вивчали науковці Н. Олейник і С. Бабатіна. Вони зазначають, що дівчата та хлопці по-різному розуміють і проявляють почуття любові. Такі відмінності простежуються на поведінковому рівні – на відміну від хлопців, яким властива стриманість, дівчата схильні проявляти кокетство, манірність і особливі жести та міміку до особи, яка їх приваблює [4].

Попередній теоретичний аналіз дослідження підтверджує дані, що в уявленнях дівчат любов є об'ємною категорією, яка водночас включає і вчинки, і почуття, і відносини. Дівчата бачать у ній турботу про оточення. Для хлопців любов – це зовнішні атрибути, які супроводжуються яскравими почуттями. Вони сприймають любов як прояв близьких, інтимних відносин у співпраці з партнером [7, с. 504–505].

Деякі особистісні характеристики впливають на формування уявлень про любов у позитивному аспекті. Так, відкритість, чуйність, поступливість і впевненість у чоловіків орієнтують їх на емоційність у почуттях, яка виражається в підтримці один одного та спільних інтересах. Для жінок характерними властивостями є відкритість, чуйність і екстравертованість, які є передумовою початку формування сімейних відносин, які базуються на почуттях і поділенні інтересів [4].

Український учений С. Максименко [8] вивчав особистість і особливості її розвитку, обґрунтував ідею «особистість починається з любові», у якій автор розглядає любов як всеосяжне почуття, яке породжує в особистості відчуття цілісності, що сприяє її саморозкриттю у взаєминах з іншою людиною.

Перейдемо до розгляду наукових досліджень психологічної сепарації. Найбільшого теоретичного та практичного значення набула робота М. Малер про поняття сепарації-індивідуації. Головна ідея концепції полягає в тому, що здатність людини від'єднуватися від батьків є вродженою і проявляється через біологічні потреби розвитку. Авторка зазначає, що із самого народження дитина перебуває у стані злиття з матір'ю, а потім, у процесі дорослішання, вона починає усвідомлюватися своєю окремістю на біологічному та соціальному рівнях. Чим більше дитина психологічно сепарувалася від батьків, тим якісніше відбувся процес індивідуації, який впливає на формування власного Я людини [5].

Дослідниця О. Літвінова зазначає, що основним завданням юнацького віку є проходження процесу психологічної сепарації від батьків, відділення від опіки та залежності, початок самостійного дорослого життя [6, с. 146]. Науковець В. Папуша зазначає, що проходження психологічної сепарації стає підґрунтям формування психологічно зрілої особистості, характерними особливостями якої є вміння диференціювати когнітивні й афективні елементи свідомості на «ті, що належать Я», «ті, що належать Іншому», «ті, що належать Ми = Я + Інший» [9, с. 88].

Проведені дослідження ціннісних орієнтацій молоді підтверджують ідею про особливе значення психологічної сепарації саме в цьому віці. Результати демонструють підвищену потребу особистості в самостійності й автономності від батьків, бо свободу та впевненість в собі та своїх силах респонденти оцінили найвище [10, с. 233].

Відомо, що характерними для юнацького віку є початок професійного шляху, підготовка для трудової діяльності й активний розвиток любовних відносин, який є основою для створення сім'ї. Ґрунтуючись на цій ідеї, формування автономності та незалежності (завершення процесу психологічної сепарації) набуває особливого зна-

чення. Необхідність здійснювати постійний вибір у всіх сферах життя вимагає від особистості її включеності в цей процес, який можливий лише через усвідомлення. Вибори, які будуть зроблені, накладають відбиток на все подальше життя людини.

Вдале проходження психологічної сепарації на всіх рівнях: когнітивному, емоційному, поведінковому, від'єднання від батьків стає позитивним результатом для молоді. У результаті завершення проходження психологічної сепарації формується автономна людини, яка здатна брати відповідальність за своє життя, не боятися ухвалювати рішення та комунікувати з оточенням. Така людина досягає психологічної зрілості та може адаптуватися до нових умов життєдіяльності без особливої підтримки батьків і їхніх порад.

Проте можливі варіанти непроходження процесу психологічної сепарації юнаками або її незавершеність. Це стає основою формування різного роду залежностей у дорослому віці, особливо яскраво це простежується в любовних відносинах. У стосунках із батьками, друзями, коханою людиною й іншими людьми проявляє неспроможність установлювати особистісні кордони, тому дуже часто стає жертвою маніпулювань із боку інших, з якими в неї встановлені емоційно близькі відносини [11]. Така людина проявляє поступливість, терпимість і невпевненість.

Емпіричне дослідження впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці проводилося на базі Запорізького національного університету. У ньому взяли участь 32 студенти віком від 18 до 23 років рівнів вищої освіти «бакалавр» і «магістр» спеціальності «Психологія».

Розпочинаючи дослідження, ми припустили, що специфіка уявлень про любов у юнацькому віці визначається впливом рівня сформованості психологічної сепарації.

Психодіагностичний інструментарій дослідження становили такі методики: «Методика дослідження психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці» (авт. Дж. Хофман; адап. А. Широкова) [12] – з метою дослідження наявності та рівня психологічної сепарації від матері та від батька; «Опитувальник MIMARA-2» (авт. К. Бреннан, К. Кларк, П. Шеверз) [13] – з метою виявлення рівня показників уникнення/тривожності в любовних стосунках; «Шкала ставлення до любові» (авт. С. Хендрік і К. Хендрік) [13] – для виявлення панівного стилю в уявленні про любов; математико-статистичні методи обробки експериментальних даних на базі пакету статистичних програм IBM SPSS-20 (описова статистика, кореляційний аналіз).

Перейдемо до аналізу результатів дослідження. Передусім було діагностовано загальний рівень

психологічної сепарації від матері та батька за шкалами «Функціональна незалежність», «Емоційна незалежність», «Конфліктна незалежність» і «Незалежність у ставленнях» [12].

У процесі дослідження було зафіксовано суттєву різницю між показниками психологічної сепарації від матері та від батька. Було виявлено, що юнаки схильні проявляти більшу залежність від матері за всіма чотирьома шкалами: «Функціональна незалежність», «Емоційна незалежність», «Конфліктна незалежність» і «Незалежність у ставленнях». Суттєва різниця в показниках помітна за шкалами «Функціональна незалежність» ($F_{N_M} = 33$, $F_{N_6} = 42$) і «Емоційна незалежність» ($E_{N_M} = 30$, $E_{N_6} = 39$), які перебувають на середньому рівні розвитку, особливо щодо матері. Імовірно, це може свідчити про недорозвинену здатність планувати та реалізовувати особистістю свої плани без допомоги батьків, особливо матері, та наявність в особистості вираженої потреби у близьких стосунках із батьками, особливо з матір'ю.

Результати за шкалами «Конфліктна незалежність» ($K_{N_M} = 75$, $K_{N_6} = 77$) та «Незалежність у ставленнях» ($C_{T_M} = 26$, $C_{T_6} = 28$) стосовно матері та батька суттєво не відрізняються та перебувають на середньому рівні. Це може свідчити про не досить розвинену здатність особистості бути вільною від інтенсивних переживань провини, сорому, недовіри, тривоги, відповідальності та сильної образи стосовно обох батьків; відсутність цілковито власної, окремої від батьків, системи вірувань, уявлень, міркувань і переконань стосовно соціальних явищ.

Отже, за результатами дослідження розвитку психологічної сепарації від батьків було виявлено, що в усіх респондентів цей процес є незавершеним, тому вони схильні проявляти залежність від думки батьків.

Розглянемо результати дослідження рівня розвитку показників «тривожність» і «уникнення» у любовних відносинах з іншими людьми [13].

У процесі дослідження було встановлено, що в юнацькому віці переважає середній рівень прояву тривожності (62,5%) й уникнення (81,25%) у відносинах. Лише незначна частина вибірки показала низький результат – 37,5 та 18,75% відповідно. Високий рівень прояву тривожності не виявлений.

Це, імовірно, свідчить про не досить сформовану готовність молоді бути щирими в любовних відносинах, здійснювати саморозкриття та пізнавати особистісний світ іншої людини. А також аналіз даних дозволяє фіксувати помірну схильність молодих людей до деструктивних переживань у любовних відносинах – ревності, страх бути покинутим, тривожність через неможливість постійно бути поруч із партнером.

Розглянемо результати дослідження панівного стилю в уявленні про любов [13]. Результати дослідження демонструють високий рівень таких типів любові: ерос (58,75%), сторге (56,25%). Середній рівень спостерігається в таких типах любові: прагма (68,75%), агапе (68,75%), людус (50%), манія (43,75%).

Результати свідчать, що значущими для людини є сексуальні аспекти любові (ерос). Домінує спрямованість на пізнання особистісного світу об'єкта любові (сторге).

Дані дослідження продемонстрували, що в юнацькому віці помірно виражені такі стилі любові: прагма, агапе, людус, манія, що свідчить про адекватність їх прояву. Тому відносини людини мають такі характеристики, як орієнтація у виборі партнера на різні його особливості, які б були «зручними» та комфортними для людини в повсякденному житті (прагма), відмова від власних інтересів життя, орієнтація на об'єкт своєї любові та розгляд його як самоцінності (агапе), відтворення формальних взаємин, яке добре простежується у ставленні до свого партнера, в ігноруванні емоційної взаємодії з ним (людус), прагнення молоді постійно керувати життям інших і використовувати їх заради задоволення власних потреб (манія).

Для вивчення впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці, а також для того, щоб підтвердити або відхилити припущення, застосовувався коефіцієнт кореляції Пірсона.

У розрахунку коефіцієнта кореляції показників методик «Методика дослідження психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці» та «Опитувальник MIMARA-2» було виявлено, що позитивні кореляційні зв'язки встановлені між компонентом «емоційна незалежність» і шкалою «Тривожність» ($R = 0,37$), компонентом «незалежність у ставленнях» та шкалами «Тривожність» ($R = 0,55$) і «Уникнення» ($R = 0,40$). Отже, статистично значущий прямий зв'язок вказує на те, що схильність молоді до уникнення власної відкритості та щирості до об'єкта своєї любові та переживання деструктивних почуттів у любовних стосунках спричинені потребою в емоційно близьких стосунках із батьками та несформованою власною системою вірувань, уявлень і переконань стосовно різних соціальних явищ.

У розрахунку коефіцієнта кореляції показників методик «Методика дослідження психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці» та «Шкала ставлення до любові» було отримано позитивні кореляційні зв'язки між шкалами, які дають можливість виявити панівні стратегічні особливості взаємодії молодих людей з об'єктом своїх любовних відносин залежно від рівня психологічної сепарації. Позитивні кореляційні зв'язки встановлені між шкалою «Функціональна незалежність» і стратегією «агапе» ($R = 0,58$), шкалою «Емоційна

незалежність» і стратегією «ерос» ($R = 0,35$), шкалою «Конфліктна незалежність» і стратегією «ерос». Отриманий коефіцієнт кореляції свідчить про те, що між цими показниками спостерігається середня пряма залежність. Виходячи з цих даних, можна припустити, що причиною жертвовної любові, для якої характерні відмова від власних інтересів і орієнтація на потреби об'єкта своєї любові, є слабо-розвинена здатність людини самостійно планувати та реалізовувати свої плани. Також причиною концентрації молоді на сексуальних аспектах любовних відносин і сприйняття емоційних переживань як самоцінності може бути яскраво виражена потреба у близьких стосунках із батьками, залежність від інтенсивних переживань провини, сорому, недовіри, тривоги, відповідальності та сильної образи стосовно батьків.

Отже, результати кореляційного аналізу дають можливість зробити висновок, що рівень психологічної сепарації за кожною зі шкал («Функціональна незалежність», «Емоційна незалежність», «Конфліктна незалежність» і «Незалежність у ставленнях») впливає на уявлення про любов, які домінують у юнацькому віці, що підтверджує гіпотезу дослідження.

Висновки та перспективи подальших досліджень. У статті висвітлено результати теоретико-емпіричного дослідження впливу психологічної сепарації на уявлення про любов у юнацькому віці. Виділено основні психологічні умови, які впливають на процес формування уявлень про любов, – духовний розвиток особистості, акцентуація характеру та гендерний аспект. Психологічна сепарація характеризується як завдання розвитку в юнацькому віці, акцентовано увагу на важливості завершення цього

процесу для повноцінного функціонування особистості в усіх сферах життя в дорослому віці.

Представлено дані вивчення панівних уявлень про любов (тривожність і уникнення в любовних відносинах; типи любові – ерос, людус, манія, сторге, прагма, манія, агапе). Результати діагностики рівня прояву тривожності й уникнення в любовних відносинах показали, що ці компоненти проявляються на середньому рівні.

Діагностика панівного стилю любові виявила високий рівень прояву типів любові ерос, сторге, середній рівень прояву типів любові прагма, агапе, людус.

Діагностика рівня психологічної сепарації від матері та батька за шкалами «Функціональна незалежність», «Емоційна незалежність», «Конфліктна незалежність» і «Незалежність у ставленнях» показала, що в більшості молодих людей процес психологічної сепарації не завершений та перебуває на середньому рівні. Це свідчить про їхню залежність від думок, уявлень, міркувань, вірувань батьків, схильність переживати почуття провини, сорому, недовіри, тривоги, відповідальності та сильної образи стосовно обох батьків.

Результати кореляційного аналізу дали можливість зробити висновок, що специфіка уявлень про любов у юнацькому віці визначається впливом рівня психологічної сепарації, що підтвердило гіпотезу дослідження.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики надалі вбачається розроблення психологічної програми корекції, спрямованої на стимулювання завершення процесу психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці для формування власних уявлень про любов, перевірка її ефективності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кутішенко В. Феномен міжстатевої любові в контексті духовної парадигми психології. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2016. № 3. С. 17–22.
2. Кравців В., Тавровецька Н. Уявлення молоді про феномен любові залежно від рівня розвитку духовності. *Інсайт: психологічні виміри суспільства* : науковий журнал. 2019. № 1. С. 33–40.
3. Чхаїдзе А., Цілінко І. Особливості прояву любові в осіб з різними типами акцентуацій. *Психологічний журнал*. 2019. № 3(23). С. 26–41.
4. Олейник Н., Бабатіна С. Феномен любові в уявленнях чоловіків та жінок. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2020. Т. 31(70). Вип 4. С. 51–57.
5. The psychological birth of the human infant: symbiosis and individuation / M.S. Mahler et al. New York : Basic Books, Inc., 1975. 308 p. *The Psychoanalytic Quarterly*. 1976. Vol. 45. № 4. P. 620–645.
6. Літвінова О. Проблема впливу батьків на процес психологічної сепарації в юнацькому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Т. 2. № 3. С. 144–150.
7. Шевченко Н., Зайченко Л. Уявлення про любов в юнацькому віці: теоретичний аналіз проблеми. *Modern aspects of science and practice* : the XI International Science Conference, November 30 – December 03, 2021, Melbourne, Australia. P. 504–506.
8. Maksimenko S. Personality begins with love. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць. 2017. № 1(11). P. 7–12.

9. Папуша В. Суб'єктність як фактор психологічної сепарації особистості. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2020. № 41. С. 81–97.
10. Хавула Р. Психологічний аналіз ціннісних орієнтирів у юнацькому віці. *Збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2012. № 1. С. 231–237.
11. Берегова Н., Максимчук К. Вплив ранньої сепарації на становлення особистості. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологічні науки»*. 2020. Т. 12. № 1. С. 21–32.
12. Широка А. Адаптація методики психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 10. С. 45–52.
13. Грінцова О. Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2018. 564 с.

REFERENCES

1. Kutishenko, V.P. (2016). Fenomen mizhstatevoyi lyubovi v konteksti duhovnoyi paradigmi psihologiyi [The phenomenon of intersex love in the context of the spiritual paradigm of psychology]. *Pedagogichnij proces: teoriya i praktika*. 3, 17–22 [in Ukrainian].
2. Kravciv, V.V. & Tavrovska N.I. (2019). Uyavleniya molodi pro fenomen lyubovi zalezno vid rivnya rozvitku duhovnosti [Young people's perception of the phenomenon of love depending on the level of spiritual development]. *Naukovij zhurnal Insajt: psihologichni vimiri suspilstva*. 1, 34–40 [in Ukrainian].
3. Chaidze, A.O. & Cilinko, I.O. (2019). Osoblivosti proyavu lyubovi u osib z riznimi tipami akcentuacij [Peculiarities of the manifestation of love in persons with different types of accents]. *Psihologichnij zhurnal*. 3, 26–41 [in Ukrainian].
4. Olejnik, N.O. & Babatina, S. I. (2020). Fenomen lyubovi v uyavleniyah cholovikiv ta zhinok [The phenomenon of love in the perceptions of men and women]. *Naukoviy zhurnal "Vcheni zapiski TNU imeni V.I. Vernadskogo". Seriya "Psihologiya"*. 4, 51–57 [in Ukrainian].
5. Mahler, M.S. & Pine, F. & Bergman, A. (1976). The psychological birth of the human infant: symbiosis and individuation. *The Psychoanalytic Quarterly*. 45, 620–645.
6. Litvinova, O.V. (2018). Problema vplivu batkiv na proces psihologichnoyi separaciyi v yunackomu vici [The problem of parents' influence on the process of psychological separation in youth]. *Naukovij visnik Hersonskogo derzhavnogo universitetu. Seriya: Psihologichni nauki*. 2, 144–150 [in Ukrainian].
7. Shevchenko, N.F. & Zaichenko, L.V. (2021). Uyavleniya pro lyubov v yunackomu vici: teoretichnij analiz problem [Ideas about love in youth: theoretical analysis of the problem]. *The XI International Science Conference "Modern aspects of science and practice"*. 504–506 [in Australia].
8. Maksimenko, S.D. (2017). Personality begins with love. *Problemy suchasnoi psykholohii*. 1, 7–12 [in Ukrainian].
9. Papusha, V.V. (2020). Sub'yecknist yak faktor psihologichnoyi separaciyi osobistosti [Subjectivity as a factor of psychological separation of the individual.]. *Visnik pislyadiploornoji osviti. Seriya : Socialni ta povedinkovi nauki*. 41, 81–97 [in Ukrainian].
10. Khavula, R.M. (2012). Psihologichnij analiz cinnisnih oriyentiriv u yunackomu vici [Psychological analysis of value orientations in youth]. *Zbirnik naukovih prac molodih vchenih Drogobickogo derzhavnogo pedagogichnogo universitetu imeni Ivana Franka*. 1, 231–237 [in Ukrainian].
11. Beregova, N. & Maksimchuk, K. (2020). Vpliv rannoyi separaciyi na stanovlennya osobistosti [The impact of early separation on personality development]. *Zbirnik naukovih prac Nacionalnoyi akademiyi Derzhavnoyi prikordonnoyi sluzhbi Ukrayini. Seriya: psihologichni nauki*. 12, 21–32 [in Ukrainian].
12. Shiroka, A.O. (2008). Adaptaciya metodiki psihologichnoyi separaciyi vid batkiv v yunackomu vici [Adaptation of the method of psychological separation from parents in youth]. *Praktichna psihologiya ta socialna robota*. 10, 45–52 [in Ukrainian].
13. Grinova, O.M. (2018). Psihologiya proektuvannya zhittyevogo shlyahu osobististy yunackogo viku [Psychology of designing a life path by a person of youth age]. 564 [in Ukrainian].

ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ ГЕНЕЗИС РИЗИКІВ УРАЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ НЕГАТИВНИМ ВПЛИВОМ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ

Шерешкова І. І.

ад'юнкт кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил)

Гуманітарний інститут

Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського

просп. Повітрофлотський, 28, Київ, Україна

orcid.org/ 0000-0002-8358-9871

ingashereshkova@gmail.com

Ключові слова:

психоемоційний стан, емоції, ризики, особистість, негативний вплив, комунікація, медіаперцепція.

Стаття присвячена вивченню психоемоційних ризиків ураження ментальної сфери особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації та ретроспективному аналізу вивчення окресленої проблематики. У статті здійснена спроба диференціації ризиків ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації за інтенсивністю такого впливу. Проведене дослідження дало змогу визначити залежність зміни емоційного стану адресата від спрямованості комунікативного акту (тексту) з метою досягнення певного прагматичного ефекту. Зазначається, що емоційні переживання у психологічному розумінні негативного впливу медіаперцептивної комунікації на особистість доцільно сприймати як сигнал, маніфестацію того, що зовнішні умови активно збуджують максимум психічних процесів суб'єкта, більшість компонентів його психічної та психологічної сфери. Зауважується, що емоційні ефекти медіаперцептивного впливу не лише впливають на активізацію психічних процесів, вони визначають і емоційне тло емоційне забарвлення психічних процесів. Адаптація суб'єкта до умов існування забезпечується цілеспрямованою поведінкою. Емоції та почуття вплетені в поведінку та в подібних умовах визначають фіксовані форми поведінки. Теоретичний аналіз виявив, що всі сенсорні сигнали спочатку набувають емоційної оцінки (емоційно вагомої, атрактивної або навпаки) і тільки потім здійснюють перехід на рівень свідомості (мисленнєвого аналізу). Як наслідок, емоції здатні керувати поведінкою людини, тому сприйняття медіаперцептивних впливів часто стає визначальним. Нами з'ясовано, що чим менший емоційний відклик має повідомлення, тим меншим є ризик ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації. Використання цієї закономірності може запобігти негативному впливу інформації на психіку, зміні орієнтирів у морально-духовній сфері, нав'язуванню адресату неточної та неправдивої інформації тощо. Автором узагальнено психічні наслідки впливу інформаційних загроз, що проявляються у вигляді фрустрацій, в афективних розладах, психосоматичних патологіях, постстресових змінах особистості, що загрожують почуттю психологічної захищеності людини та призводять до зниження якості функціонування суб'єкта в різних сферах його життєдіяльності.

PSYCHOEMOTIONAL GENESIS OF RISKS OF PERSONAL INJURY DUE TO NEGATIVE INFLUENCE OF MEDIAPERCEPTIVE COMMUNICATION

Shereshkova I. I.

*Postgraduate Student at the Department of Moral and Psychological Support
Activities of the Troops (Forces)
Humanitarian Institute
of National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhovskyi
Povitroflotskyi Ave, 28, Kyiv, Ukraine
orcid.org/ 0000-0002-8358-9871
ingashereshkova@gmail.com*

Key words: *psychoemotional state, emotions, risks, personality, negative influence, communication, media perception.*

The article is devoted to the study of psycho-emotional risks of damage to the mental sphere of the individual due to the negative impact of media-perceptive communication and a retrospective analysis of the study of the outlined issues. The article attempts to differentiate the risks of damage to the personality by the negative impact of media-perceptive communication according to the intensity of such impact. The conducted research made it possible to determine the dependence of the change in the addressee's emotional state on the direction of the communicative act (text) in order to achieve a certain pragmatic effect. It is noted that emotional experiences in the psychological understanding of the negative impact of media-perceptive communication on a person should be perceived as a signal, a manifestation of the fact that external conditions actively excite the maximum of the subject's mental processes, most of the components of his mental and psychological sphere. It is noted that the emotional effects of media-perceptive influence not only affect the activation of mental processes, they also determine the emotional background, the emotional coloring of mental processes. Adaptation of the subject to the conditions of existence is ensured by purposeful behavior. Emotions and feelings are woven into behavior and in similar conditions determine fixed forms of behavior. Theoretical analysis revealed that all sensory signals first acquire an emotional evaluation (emotionally weighty, attractive or vice versa) and only then make the transition to the level of consciousness (thought analysis). As a result, emotions are able to control human behavior, so the perception of media-perceptual influences often becomes decisive. We have found out that the smaller the emotional response of the message, the lower the risk of the individual being affected by the negative impact of media-perceptive communication. The use of this regularity can prevent the negative impact of information on the psyche, change of orientations in the moral and spiritual sphere, imposition of inaccurate and false information on the addressee, etc. The author summarizes the mental consequences of the influence of informational threats, manifested in the form of frustrations, affective disorders, psychosomatic pathologies, post-stress personality changes, which threaten a person's sense of psychological security and lead to a decrease in the quality of the subject's functioning in various spheres of his life.

Постановка проблеми. У сучасних умовах стрімко зростає науковий інтерес до наслідків впливів комунікації на психіку особистості. Це зумовлене тим, що інформаційно-комунікативні процеси посідають дедалі важливіше місце в житті сучасної людини: вони є її основним ресурсом, базою соціального, психологічного та технічного розвитку.

Психологічному дослідженню проблем впливу інформаційних (текстових) повідомлень на психіку особистості присвячено досить багато наукових праць учених. Дослідження саме емоційних ризиків ураження емоційної сфери особистості негативним впливом комунікації знайшло відображення в теорії мовленнєвої діяльності про механізми уяви, мислення і пам'яті, структуру пізнавальної та мовленнєвої діяльності, специфіку засвоєння мови і мовлення (Л. Виготський [1], П. Гальперін [2], М. Жинкін [3; 4], І. Зимня [5; 6], О. Леонтьєв [7; 8] С. Рубінштейн [9], І. Синица [10], А. Супрун [11], Л. Щерба [12], О. Хорошковська [13] та інші); у дослідженнях щодо взаємодії мови та мислення як двох онтогенетично взаємозумовлених видів інтелектуальної діяльності людини (Л. Виготський [14], М. Жинкін [15], С. Кацнельсон [16], О. Леонтьєв [17], О. Лурія [18–20] та інші), у вивченні процесів когнітивного перероблення вербальних даних – сприйняття, інтерпретації та породження мовлення (Л. Засекіна, С. Засекін [21; 31], О. Селіванова [22], Н. Іванова [23; 45], В. Зірка [24]; у дослідженнях різних видів комунікативного шуму та його позитивного/негативного впливу на процеси перебігу комунікативного акту (Л. Щерба [25; 26], П. Грайс [27], О. Падучева [28], О. Селіванова [22] та інші).

Водночас психоемоційні ризики враження ментальної сфери особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації не стали предметом комплексного вивчення в рамках вітчизняної психології. Психологічні особливості їх диференціації за інтенсивністю впливу ґрунтовно не вивчались. Наведені обставини визначають актуальність нашого дослідження та необхідність продовження наукових розвідок із цього питання.

Метою статті є актуалізація та теоретичне обґрунтування психоемоційного походження ризиків ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації.

Результати дослідження. Ставлення соціального суб'єкта до світу передусім виражається за допомогою емоцій і почуттів. Вони сигналізують про рівень задоволення базовими елементами зовнішнього середовища, виражають вищі почуття людини, які формуються у процесі тривалої взаємодії з об'єктами соціального пізнання. Не всі знання про навколишній світ здатні викликати

емоційні реакції, а лише суб'єктивно значущі, ті, що стосуються людини або її оточення. Чарльз Дарвін у роботі «Вираження емоцій у людей і тварин» вказував на їхню визначальну роль у процесі адаптації людини до умов навколишнього середовища. Їх багатство свідчить про широкий адаптивний діапазон людини та її чутливість до напрямку та сили змін середовища. У процесі соціалізації людина вчиться не лише взаємодіяти з навколишнім середовищем під час спільної діяльності та спілкування, вона вчиться продуктивно відчувати світ на психоемоційному рівні. Отже, паралельно з інтелектуальним удосконаленням відбувається почуттєвий і емоційний розвиток суб'єкта соціальних відносин.

Водночас між зовнішнім сприйняттям навколишнього світу та його внутрішнім, суб'єктивним, переважно психоемоційним відбитком існує фундаментальний структурно-функціональний зв'язок, який ґрунтується на процесах внутрішньої мови та мовлення особистості. Внутрішнє мовлення формується на основі зовнішнього [29, с. 200–206]. Вивчаючи особливості побудови внутрішнього мовлення, Л. Виготський характеризував структуру цього мовлення як предикативну. Він підкреслював, що внутрішня мова редукує природну мову. С. Рубінштейн висновує, що, виступаючи як внутрішнє мовлення, мова нібито знімає із себе виконання своєї первинної функції, що її породила: вона перестає безпосередньо бути засобом спілкування для того, щоб стати передусім формою внутрішньої роботи думки.

Важливість вивчення внутрішнього мовлення як однієї зі складових частин процесу сприйняття й обробки інформації людиною виражається в тому, що суб'єкт зазвичай запам'ятовує не стільки словесні формулювання або символічні позначення думок, а їхній зміст, оскільки в пам'яті суб'єкта зберігаються не речення, не словесні вираження думок природною мовою, а думки, закодовані певним спеціально призначеним для цієї мети семантичним кодом. У сучасній психолінгвістиці побутує твердження, що думка, задум мовленнєвого висловлювання виникає в оболонці цього коду. Потім він перекладається природною мовою [30].

Процес переведення зовнішнього мовлення у внутрішнє (інтеріоризація) супроводжується редукуванням (скороченням) структури зовнішнього мовлення, а перехід від внутрішнього мовлення до зовнішнього (екстеріоризація) потребує, навпаки, розгортання структури внутрішнього мовлення, побудови його як за логічними, так і за граматичними та синтаксичними правилами [29, с. 201].

Концептосистема людини реагує на репрезентацію інформації за її трьома невід'ємними компо-

нентами, як-от: тіло думки (лінгвістична форма), дух думки (ідейний зміст) і, нарешті, душа (емоція), яка лежить в основі думки [31, с. 135].

Думка не завжди збігається з її зовнішнім виявом мовлення. Вона являє собою щось значно більше за тривалістю й обсягом, ніж окреме слово, через те, що потік думок містить також почуття й емоції, як-от раптовий сплеск гніву; слова; візуальні образи; та інші елементи, які не є ані словесними, ані символічними.

Сила емоційних переживань залежить від особистісного значення тієї діяльності, яка виконується. Цим же чинником визначається і якісна специфіка переживань. Отже, розвиток емоцій у діяльності відбувається передусім завдяки збагаченню емоційного досвіду, якісних характеристик емоцій і почуттів, які переживаються.

На думку О. Залевської, вивідне знання можна трактувати як вивідне відношення, оскільки особистісна інтеракція вивідних фактів завжди супроводжується їх емоційно-оцінним переживанням. Тобто, на відміну від сприйняття зовнішніх суб'єктів, у випадку емоцій людина сприймає власні переживання [32].

Як відомо, свідомість починає формуватися з усвідомлення самого себе, що базується на переживаннях суб'єкта. Інакше кажучи, свідомість починається з переживання. Розуміння емоцій як переживань дозволяє визначити їхнє місце у структурі психічних явищ. Людина проживає життя, переживаючи його. Кожна подія в житті супроводжується емоціями, суб'єктно-забарвленими переживаннями.

Переживання є специфічним аспектом свідомості, який проявляється в кожному реальному, конкретному психічному явищі та тісно взаємопов'язаний зі знаннями, особливо суттєвими для суб'єкта.

Переоцінювати цю представленість переживання в кожному конкретному психічному явищі неможливо через те, що переживання збуджує свідомість, орієнтує і спрямовує її інтенції, перетворює свідомість на інтегратор усіх процесів, що реально відбуваються з людиною, через який «система об'єднує всі <...> позиції» [33, с. 393]. Відомо, що свідомість – це не лише усвідомлене знання про предметний світ, а також живе знання – знання, пронизане переживаннями

hic et nunc («тут і зараз»). Із загальнобіологічного погляду роль емоцій полягає у формуванні всього внутрішнього психічного життя суб'єкта [34, с. 26].

Переживання перманентно й атрибутивно супроводжують будь-який психічний процес. Відчуття, сприйняття, уявлення, думки суб'єкта завжди несуть у собі компонент переживань. Тому емоційні переживання у психологічному розумінні впливу медіаперцептивної комунікації, особливо негативного, доцільно сприймати як сигнал, маніфестацію того, що зовнішні умови активно збуджують максимум психічних процесів суб'єкта, більшість компонентів його психічної та психологічної сфери.

Емоції, почуття та переживання виступають системним чинником внутрішнього психічного життя, основою для його прояву в особистісному «Я». Саме тому патологічні порушення насамперед виявляються в порушеннях емоційно-чуттєвої сфери особистості [34, с. 26].

Хоча переживання завжди стосуються суб'єкта, вони постійно перебувають у тісній взаємодії з потребами, через ці потреби опредмечуються, тобто суб'єкт усвідомлює, які предмети породжують у нього ті чи інші емоції та почуття. Сприйняття предметів стає чуттєвим, тобто інформація про предмети та ситуація насичується емоціями, інформація про зовнішній світ водночас переживається. Надалі під час уявлення тих чи інших предметів це уявлення буде супроводжуватися переживаннями. Те саме можна сказати про інші психічні процеси. Вони не завжди можуть усвідомлюватися, для усвідомлення переживань інтенсивність повинна досягти певної порогової величини. Іноді переживання проявляються у вигляді емоційного (чуттєвого) тону, на тлі якого розгортається психічна діяльність [34, с. 31].

Емоція впливає на мотивацію. Мотивація спонукає до діяльності; стресори, пов'язані з досягненням мети діяльності, також породжують певні емоції; емоції діють на ретикулярну формацію, яка забезпечує активацію структур головного мозку, зокрема й тих, що реалізують психічні процеси. Отже, емоції визначають результативний бік психічних функцій і процесів [35, с. 26].

Однак емоції не лише впливають на активізацію психічних процесів, вони визначають і їхнє



емоційне тло й емоційне забарвлення. Адаптація суб'єкта до умов існування забезпечується цілеспрямованою поведінкою. Емоції та почуття вплетені в поведінку та в подібних умовах визначають фіксовані форми поведінки: уникнення, агресію тощо.

Емоції виявляються не тільки у виразних рухах і мовленні, а й у симптомокомплексах особистісних показників. У такому разі окремі емоційні показники індивіда об'єднуються в цілісні емоційні утворення, що характеризують людину як суб'єкта діяльності та як особистість.

Німецький дослідник поведінки споживачів, засновник нейромаркетингу А. Трайндл у роботі «Нейромаркетинг: візуалізація емоцій» стверджує, що поведінкою людини часто керують переважно емоції, а не розум, тому візуальне сприйняття стає визначальним. Усі сенсорні сигнали спочатку набувають емоційної оцінки (емоційно вагомої, атрактивної або ні) і тільки потім здійснюють перехід на рівень свідомості (логічного аналізу). Сприйняття зазвичай «підпорядковано» мотиваційній системі, яка формується онтогенетично та соціокультурно.

У контексті впливів інформаційного (постіндустріального) середовища будь-які інформаційні повідомлення спершу викликають емоційну оцінку і тільки після цього обдумуються, набувають статусу *cogitatum* (задум) і знаходять своє вираження в поведінці чи бездіяльності. Особливість середовища масової, медіаперцептивної комунікації полягає в тому, що воно завжди впливає на людину, робить її психологічно залежною від інформаційних ефектів, передусім через те, що таке середовище нівелює і послаблює раціональне в поведінці людини, робить її більш емоційною і більш керованою та маніпульованою, придатною до індоктринації. Адже емоційне сприймання та переживання інформації уповільнює і гальмує раціональне, логічне в її розумінні. Оскільки комунікат (реципієнт інформації) рідко коли є безпосереднім свідком подій, про які йдеться, йому залишається сприймати інформацію на віру, іти за логікою викладу й оцінкою подій так, як пропонує комунікант. Комунікат через те є керованим, він легко піддається навіюванню та дивиться на світ не власними очима.

Медіа, як і люди, створюють певну картину світу, причому конструювання дійсності відбувається, очевидно, відповідно до тих самих механізмів, які становлять основу світосприйняття людини [36, с. 29]. Це такі психологічні чинники, як селективне спостереження за зовнішнім світом (вибірковість); абстрактне поступається конкретному (особі, чи персоналізованій події); на драматичні, емоційно забарвлені, об'єкти та події психіка реагує швидше, ніж на нейтральні; гео-

графічна чи психологічна близькість тем, що зачіпає особисту рецепцію людини.

Масова комунікація (спілкування) є впливом, що здійснюється у трьох формах – формі зараження, формі сугестії (навіювання) та маніпуляції (прихованого впливу). Організоване зараження є такою формою масового спілкування, за якої відбувається керований комунікантом емоційний вплив на комуніката. Це, як відомо, процес передачі емоційно збудливих станів від комуніканта до членів маси, який відбувається на психофізіологічному рівні контактів поза поняттєвим впливом або паралельно з ним.

Організоване зараження, однак, не виключає простих форм психофізіологічного збурення поза свідомістю комунікаторів як учасників масового спілкування. Організоване зараження може тільки підсилюватися позасвідомим емоційним впливом комуніканта на комуніката.

Інформація, побудована на нерациональному впливі («на впливі емоцій»), трапляється набагато частіше. Такий вид інформаційної продукції спрямований на некритичне сприйняття змісту, сприйняття емоційного тла, утворення певного емоційного ставлення до явища [37].

У психології також підкреслюється, що «<...> емоції глибоко проникають у всі сфери мовленнєвих механізмів і функцій, суттєво торкаються й активізують їх, вони, ніби пусковий пристрій, що приводить їх у дію» [38, с. 29].

Оскільки спілкування (комунікація) тлумачиться як обмін інформацією й емоційним впливом на співрозмовника [31, с. 125], то однією з найважливіших функцій спілкування є цілеспрямоване збудження у співрозмовника потрібних емоційних переживань або неусвідомлюваний «обмін емоціями», зміна за його допомогою власних переживань і станів [31, с. 129].

Представник екзистенціалізму Ж. Сартр порівнює емоційну сферу людини зі сховищем для духовних здібностей людини, яка захищає її індивідуальність від зовнішніх загроз. Це єдина таємна схованка, де ще є можливим формування індивідуального складу людини, її здібностей і потягів, збереження імунітету від втручання ззовні.

Емоції формують враження про об'єкт пізнання та детермінують утворення відповідного образу в картині світу пересічної людини. Сильні емоційні переживання, які виникають щодо комунікатора, можуть зайняти панівну позицію й у ставленні до змісту, що призведе до «тегелівської» дилеми про неприпустимість домінування форми над змістом. Значна частина інформації, яка циркулює в інформаційному просторі, має низьку якість і суспільну цінність. Орієнтація на зовнішню форму інформаційного контенту змушує відволікатися від тих речей, які варті уваги. Практика суспільного сві-

госприйняття свідчить про втрату культури споживання інформації: нівелювання деталей, нюансів, відсутність аналізу причинно-наслідкових зв'язків між змістовими блоками. Здебільшого пересічні люди вихоплюють найбільш експресивні та легкі за семантичною формою змістові блоки, які надалі формують внутрішнє уявлення особистості про світ [39].

Вибірковість пам'яті та процесу сприйняття загалом є одним з основних захисних механізмів людського мозку від перенавантаження другорядною інформацією. Людина сприймає лише ту інформацію, яка становить для неї цінність на певному етапі. Водночас «цінність» не обов'язково має бути раціональною. Емоційне збудження як реакція на візуальний/аудіальний подразник є не менш важливим каталізатором пам'яті. Характер таких емоцій нині має другорядне значення, адже як позитивні, так і негативні емоційні сплески здатні привести до запам'ятовування інформації, що їх спровокувала.

Будь-який акт комунікації не зводиться лише до передачі інформації, тому що саме виникнення комунікативного акту завжди зумовлене потребою мовця досягнути певного прагматичного ефекту, або кінцевої мети, насамперед спробувати змінити емоційний стан адресата чи адресатів.

Будь-яка інформація може бути закодованою через різні знакові системи, їх поєднання (тексту, цифр, зображень, звуків) в одному інформаційному повідомленні зумовлює роботу обох півкуль мозку реципієнта. Декодування інформації супроводжують позитивні чи негативні, стеничні (інтенційні) чи астеничні (пасивність, бездіяльність) емоції [40, с. 414].

Виникненню негативних емоцій у процесі сприйняття інформації сприяють такі чинники [34, с. 34]:

- неусвідомлення власної ролі чи значущості у вирішенні актуалізованої проблеми;
- відсутність необхідного для продуктивного висновку обсягу інформації;
- мала кількість чи актуалізація певних мотивів;
- невідповідність до виникнення неочікуваних ситуацій, що вимагають зміни звичного стереотипу дій;
- дефіцит необхідних особистісних якостей і психологічних характеристик для об'єктивного аналізу інформації.

Потенціал маніпулятивного інформаційно-психологічного впливу інформації на психологічне поле реципієнта, передусім його свідомість і ціннісні орієнтири, О. Хайрулін [41, с. 208] пропонує позначати поняттям «потенціал перформативності тексту». Практичне визначення психологічного потенціалу перформативності тексту

потребує формулювання конкретних ознак, відповідність яким вказує на те, що певна одиниця тексту (триплет; синтагма) спроможна носити перформативний, маніпулятивний характер, такий, що впливає на когнітивний і емоційний стан адресата та має такі ознаки-властивості, як:

- 1) іллокуція або перлокуція предиката (атрибута) триплету;
- 2) виразне емоційне навантаження триплету;
- 3) триплет із будь-якою іншою ознакою перформативності входить до речення, яким розпочинається текст;
- 4) триплет з будь-якою іншою ознакою перформативності входить до речення, яким завершується текст;
- 5) триплет містить троп;
- 6) триплет знаходиться у складі питального або окличного речення;
- 7) триплет становить віршовані компоненти, фразеологізми, афоризми, анекдоти, притчі, говірки, приказки, які містить текст;
- 8) триплет входить до складу речення з нульовою референцією;
- 9) триплет знаходиться в реченнях, що містять формально-логічне порушення транзитивності смислового зв'язку;
- 10) триплет міститься у складі речень, у яких має місце повторюваність певної лексики-суб'єкта без зміни контексту предикативності та її об'єктів;
- 11) семантичний триплет знаходиться у реченні із прямим зверненням до адресата.

Наведене дозволяє здійснювати практичний аналіз ступеня перформативності тексту.

З одного боку, потреби людини є умовою виникнення емоцій і почуттів, а з іншого боку, самі емоції та почуття можуть виконувати роль потреб і мотивів, що визначають поведінку людини [34, с. 33].

Коли інформація відповідає потребам і переконанням людей, тоді вони легко піддаються простому зараженню емоціями, на тлі яких легше діє й нескладна аргументація, або й без неї члени маси зазнають навіювання, сугестії чи маніпулювання.

На думку одного із засновників психотехніки Г. Мюнстерберга, сутність інформаційного процесу полягає у «прищеплені» суб'єкту чужорідних емоцій, які не відображають особливостей його зв'язку із зовнішнім середовищем, а виникають як один із послідовних актів взаємодії з інформацією. Дотепер засоби масової інформації використовують ефективні методи впливу на свідомість пересічного споживача, наприклад, під час трансляції ток-шоу чи іншої студійної аудіовізуальної продукції використовуються емоційні суфлери, які вказують, коли й у яких ситуаціях

«сміятися», «захоплюватися», «плакати» чи «гніватися» [42, с. 148].

Подій, які мали б з огляду культурних норм викликати в людини XXI ст. певні емоції, стало настільки багато в нашому житті, що на адекватне їх емоційне переживання пересічній людині не вистачає фізичного та психоемоційного ресурсу.

Пізнавальний інтерес, спричинений загальною невизначеністю життєвих обставин, змушує людину «хоч край ока» заглянути в майбутнє з метою дізнатися, що буде завтра, до чого готуватися, які зміни можуть статися і яких наслідків очікувати від них. У сучасних умовах пізнання світу супроводжується сильними емоційними переживаннями, які спроможні настільки виснажувати людину, що вона в деякий момент здатна повірити в будь-який можливий, навіть фантастичний, розв'язок подій, який хоча б на деякий час вселяє надію, створює в суб'єкта ілюзію повноцінного розуміння ситуації. Якщо в нормальних умовах, як на перцептивному, так і на пізнавальному рівнях, реакція на них є вибірковою (лише на актуальні стимули), у стані тотального інформаційного впливу невизначеності та дезорієнтації людина не знає які з подразників є життєво важливими, а які – ні, та намагається обробити і сортувати все, що діє на її сенсорну систему, зокрема й інформацію, яку вона отримує з медіасередовища у вигляді аналітичних звітів ЗМІ, суб'єктивного ставлення окремих людей і спілкування з контактним оточенням тощо [43].

Нав'язувана необхідність постійно спостерігати, який фінал матимуть події, які відбуваються в житті, психологічно виснажує людину, змушує займатися надлишковою інтелектуальною діяльністю, призводить до емоційного вигорання. Адже у стані такої загальної невизначеності більшість з того, що відбувається навколо, а особливо те, що не входило в усталену картину світу особистості, сприймається радше негативно, з певною обережністю, що додає до загального психічного виснаження ще й постійну емоційну напругу [44, с. 216]. У такому стані пересічні люди здатні повірити в будь-що, аби хоча б на рівні примарних ідей вберегти цілісність своєї психіки та якимось чином впорядкувати внутрішній життєвий простір. Ці емоційні переживання зумовлюють хворобливе бажання особистості постійно перебувати в цифровому віртуальному середовищі, прагнення мати доступ до Мережі та відчуття психоемоційного дискомфорту в умовах його відсутності.

Окрім того, нова інформація, що спроможна викликати негативні емоції чи повною мірою не усвідомлюється особою, може зумовлювати виникнення негативних психічних станів, зокрема, фрустрацію, інформаційний стрес, стан апатії тощо [45, с. 36]. Як зазначає В. Бодров, у

стані загальної дезорганізації, коли відбувається гальмування пізнавальних процесів, виникає негативний загальний емоційний стан, виникають проблеми з переключенням уваги, особистість стає більш схильною до маніпулятивного втручання в її картину світу, індоктринації.

Наявна виразна закономірність щодо співвідношення факту і суб'єктивного ставлення до нього: чим більш спресований факт зі ставленням до нього, тим більшою є довіра до джерела інформації та ймовірність маніпуляції свідомістю людей. Окрім того, медіаперцептивна комунікація як комплекс продуктів діяльності комуніканта та засобів впливу на комуніката в умовах спілкування мають сильний «емоціогенний заряд», який виникає в результаті зниження в комуніката раціонального рівня у сприйнятті матеріалу, послаблення критичного ставлення до нього через захоплення або обурення інформацією. Виникненню цього заряду сприяють умови сприймання масової інформації: перманентно, похапцем, у групі з іншими, під час обговорення сприйнятого, за відсутності прямого контакту із джерелом інформації для уточнення сприйнятого тощо [46, с. 50].

Як уважав Г. Мюнстерберг, найбільш природний шлях для формування певної реакції на інформацію населення полягає у формуванні сильних емоційних переживань: страху, надії, любові, співпереживання. «Найбільш безпосередній шлях до такого (емоційного) впливу, – зазначає він, – полягає в тому, що ми викликаємо якесь почуття або настрої, викликаємо наслідування або виробляємо вплив навіюванням. Хто хоче панувати над людьми, той збуджує в них надію та страх, честолюбство та заздрість, любов і ненависть, марнославство та гордість. Апеляція до почуття може розімкнути уста злочинця або грішника і домогтися визнання у в'язниці або у сповідальні, коли жодна апеляція до розуму не привела б до жодного результату, і для порушення емоційних станів так само, як і для управління увагою і розумом, може бути вироблена психологічна техніка» [42, с. 149].

Висновки. Психічні наслідки впливу інформаційних загроз можуть виявлятися у вигляді фрустрацій, афективних розладів, психосоматичної патології, постстресових змін особистості, призводити до зниження якості функціонування людини в різних сферах життєдіяльності.

Усі незвичайні й екстремальні ситуації загрожують почуттю психологічної захищеності людини. Водночас і сформована психологічна безпека особистості як системне утворення є чинником емоційної стійкості до зовнішніх і внутрішніх психотравм, що перешкоджають виникненню гострих і відстрочених стресових реакцій.

Міцне психічне здоров'я дозволяє людині від-

чувати себе повноцінною особистістю, жити у злагоді із зовнішнім світом і самою собою, відчувати всю красу буття, прагнення до самовдосконалення, постійного розвитку. Оскільки емоції є фундаментальною основою і складовою частиною психічного здоров'я, психоемоційні ризики враження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації зумовлюють такі загрози, як порушення психічного здоров'я, зниження рівня психічної енергії, зниження працездатності, дисгармонія, неадекватність поведінки тощо.

У підсумку також визначимо, що вплив змісту інформаційного повідомлення на людину проходить низку етапів, як-от: інтеріоризація (перехід від зовнішнього вираження у внутрішнє), супроводжується редукуванням (скороченням) структури зовнішнього мовлення, надалі одержана інформація набуває емоційного забарвлення та спонукає до подальших дій чи бездіяльності. Інтенсивність емоційного забарвлення повідом-

лення у психіці особистості відбувається внаслідок можливості пояснення одержаної інформації на рівні внутрішнього мовлення. Чим краще особистість може роз'яснити собі отримане повідомлення у внутрішньому мовленні, тим менший емоційний, особливо негативний, відклик отримує це повідомлення, і навпаки. Чим менший емоційний відклик повідомлення, тим менше ризиків ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації, що може запобігти негативному впливу інформації на психіку, зміні орієнтирів у морально-духовній сфері, нав'язуванню неточної та неправдивої інформації тощо.

Стрімке поширення психоемоційних ризиків ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації, особливо в умовах повномасштабної війни РФ проти України, потребує вивчення наслідків цих впливів на особистість, визначення вразливих сфер людської психіки та розроблення стійкої системи психологічного самозахисту від таких впливів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Выготский Л. Избранные психологические исследования. Мышление и речь. Проблемы психологического развития ребенка / под ред. А. Леонтьева и А. Лурия. Москва : Изд-во АПН РСФСР, 1956. 519 с.
2. Гальперин П. Текст как объект лингвистического исследования. Москва, 1981. С. 16–42.
3. Жинкин Н. Механизмы речи. Москва : Изд-во АПН РСФСР, 1958. 370 с.
4. Жинкин Н. Психологические основы развития речи. В защиту живого слова / сост. В. Коровина. Москва, 1966. С. 5–25.
5. Зимняя И. Психология слушания и говорения : автореф. ... дис. докт. пед. наук. Москва, 1978.
6. Зимняя И. Смысловое восприятия речевого сообщения. Москва : Наука, 1976. 263 с.
7. Леонтьев А. Принцип коммуникативности сегодня. *Иностранные языки в школе*. 1986. № 2. С. 27–32.
8. Леонтьев А. Психолингвистические единицы и порождения речевого высказывания. Москва, 1969. С. 28–36.
9. Рубинштейн С. Проблемы общей психологии. Москва : Педагогика, 1978. 428 с.
10. Синица І. Мовна особистість автора у науково-гуманітарному тексті ХІХ ст. (комунікативний, культурологічний, образно-стилістичний аспекти) ; НАН України, Інститут мовознавства ім. О.О. Потебні. Київ, 2007. С. 151–153.
11. Супрун А., Клименко А. Две модели порождения текста при двуязычии: Перенос и интерференция. *Психология и методика обучения второму языку: Механизм переноса речевых навыков и умений*. Москва, 1971. 288 с.
12. Щерба Л. Языковая система и речевая деятельность. Ленинград : Наука, 1974. 428 с.
13. Хорошковська О. Про підходи до визначення змісту мовної освіти у проєкті нової редакції державного стандарту. *Українська мова і література в школі*. 2011. С. 41–44.
14. Выготский Л. Психология развития человека. Москва : Смысл ; ЭКСМО, 2005. 1136 с.
15. Жинкин Н. Исследование внутренней речи по методике центральных речевых помех. *Известия Академии педагогических наук Российской Советской Федеративной Социалистической Республики. Мышление и речь*. Москва, 1960. Вып. 113. С. 141–148.
16. Кацнельсон С. Содержание слова, значение и обозначение. Москва ; Ленинград, 1965. 110 с.
17. Леонтьев А. Проблемы развития психики. Москва : Изд-во МГУ, 1981. 584 с.
18. Лурия А. Основные проблемы нейролингвистики. Москва : МГУ, 1975. 252 с.
19. Лурия А. Научные горизонты и философские тупики в современной лингвистике. *Вопросы философии*. 1975. № 4. С. 142–149.
20. Лурия А. Язык и сознание. Москва, 1979.
21. Засекіна Л, Засекін С. Психолінгвістична діагностика : навчальний посібник ; М-во освіти і науки України, Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк : РВВ «Вежа» ВНУ ім. Лесі Українки, 2008. 188 с.

22. Селіванова О. Сучасна лінгвістика: напрями та проблеми : підручник. Полтава : Довкілля-К, 2008. 712 с.
23. Інформаційно-психологічні впливи у діяльності фахівців сектору безпеки : навчальний посібник / Н. Іванова та ін. Київ : Нац. акад. СБУ, 2018. 148 с.
24. Зірка В. Мовна парадигма маніпулятивної гри в рекламі : дис. ... докт. філол. наук : 10.02.02. Київ, 2005.
25. Щерба Л. Очередные проблемы языковедения. *Избранные работы по языкознанию и фонетики*. Т. 1. 1958. С. 7.
26. Щерба Л. О трояком аспекте языковых явлений и об эксперименте в языкознании. Ленинград, 1974. С. 24–39.
27. Грайс П. Логика и речевое общение. *Новое в зарубежной лингвистике. Лингвистическая прагматика*. Москва : Прогресс, 1985. С. 217–237.
28. Падучева Е. Семантические исследования. 2-е изд. Москва : Языки славянской культуры, 1996 ; 2010. 480 с.
29. Столяренко Л. Основы психологии : учебное пособие. 9-е изд. Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. 672 с.
30. Вайнрайх У. Языковые контакты: состояние и проблемы исследования / пер. с англ. и коммент. Ю. Жлуктенко. Киев, 1979. 263 с.
31. Засекіна Л., Засекін С. Вступ до психолінгвістики : навчальний посібник. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2002. 168 с.
32. Залевская А. Введение в психолінгвістику : учебник для студентов вузов, обучающихся по филологическим специальностям. Москва : Изд-во РГГУ, 2000. 382 с.
33. Анохин П. Избранные труды. Философские аспекты теории функциональной системы. Москва : Наука, 1978. 399 с.
34. Шадриков В. Введение в психологию: эмоции и чувства. Москва : Логос, 2002. 156 с.
35. Ильин Е. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 752 с.
36. Вайшенберг З. Новинна журналістика : навчальний посібник / за заг. ред. В. Іванова. Київ : Академія української преси, 2004. 262 с.
37. Лебедев-Любимов А. Психология рекламы. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 368 с.
38. Румянцева И. Психология речи и лингво-педагогическая психология. Москва : PerSe (Логос), 2004. 316 с.
39. Кириченко В. Психологія інформаційної діяльності : навчальний посібник. 2-ге вид., перероб. і доп. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 146 с.
40. Лильо Г. Вербальне vs. візуальне в перцепції креолізованих інтернет-текстів (на матеріалі інтернет-видання «Українська правда»). *Вісник Львівського університету. Серія «Журналістика»*. 2013. С. 412–418.
41. Хайрулін О. Інформаційно-психологічна безпека особистості в контексті мовної гри. *Збірник наукових праць НАОУ*. 2021. № 1. С. 189–208.
42. Мюнстерберг Г. Основы психотехники. Санкт-Петербург : П.Э.Т., 1996. С. 148–149.
43. Почепцов Г. Контроль над разумом. Київ : Видавничий дім «Києво-Могилянська академія», 2010. 350 с.
44. Зелинский С. Манипулирование личностью и массами. Санкт-Петербург : Издательско-торговый дом «Скифия», 2008. 240 с.
45. Іванова Н., Паливода О. Психологічні аспекти аналізу інформації в діяльності фахівців безпекового сектору. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. С. 31–40.
46. Різун В. Теорія масової комунікації : підручник для студентів галузі 0303 «журналістика та інформація». Київ : Видавничий центр «Просвіта», 2008. 260 с.

REFERENCES

1. Vygotsky L.S. (1956). *Izbrannyye psikhologicheskiye issledovaniya. Myshleniye i rech'. Problemy psikhologicheskogo razvitiya rebenka* [Selected psychological studies. Thinking and speech. Problems of the psychological development of the child] / Ed. A.A. Leontiev and A.R. Luria. M., 519 p. (in Russian).
2. Galperin P.Ya. (1981). *Tekst kak obyekt lingvisticheskogo issledovaniya* [Text as an object of linguistic research], Moscow. Pp. 16–42 (in Russian).
3. Zhinkin N.I. (1958). *Mekhanizmy rechi* [Mechanisms of speech]. M. 370 p. (in Russian).
4. Zhinkin N.I. (1966). *Psikhologicheskiye osnovy razvitiya rechi* [Psychological foundations of speech development]. In the book : In defense of the living word / V.Ya. Korovina. M. Pp. 5–25 (in Russian).
5. Zimnyaya I.A. (1978). *Psikhologiya slushaniya i govoreniya* [Psychology of listening and speaking]. Abstract of the thesis. dis. doc. ped. sciences. Moscow (in Russian).

6. Zimnyaya I.A. (1976). *Smyslovoye vospriyatiya rechevogo soobshcheniya* [Semantic perception of a speech message]. M. : Nauka, 263 p. (in Russian).
7. Leontiev A.A. (1986). *Printsip kommunikativnosti segodnya* [The principle of communication today]. *Foreign languages at school*. № 2. Pp. 27–32 (in Russian).
8. Leontiev A.A. (1969). *Psikholingvisticheskiye yedynitsy i porozhdeniya rechevogo vyskazyvaniya* [Psycholinguistic units and generations of speech utterance]. Moscow. Pp. 28–36 (in Russian).
9. Rubinstein S.L. (1978). *Problemy obshchey psikhologii* [Problems of general psychology]. M. : Pedagogy, 428 p. (in Russian).
10. Sinytsia I.A. (2007). *Movna osobystist' avtora u naukovo-humanitarnomu teksti XIX st. (komunikatyvnyy, kul'turolohichnyy, obrazno-stylistychnyy aspekty)* [Linguistic identity of the author in the scientific and humanitarian text of the 19th century (communicative, cultural, figurative and stylistic aspects)]. NAS of Ukraine. Institute of Linguistics named after O.O. Potebni. Kyiv, pp. 151–153 (in Ukrainian).
11. Suprun A.E., Klimenko A.P. (1971). *Two Models of Text Generation in Bilingualism: Transference and Interference* [Two models of text generation in bilingualism: Transfer and interference]. *Psychology and methods of teaching a second language: The mechanism of transfer of speech skills and abilities*. M., 288 p. (in Russian).
12. Shcherba L.V. (1974). *Yazykovaya sistema i rechevaya deyatel'nost'* [Language system and speech activity]. L. : Nauka, 428 p. (in Russian).
13. Khoroshkovska O.N. (2011). *Pro pidkhody do vyznachennya zmistu movnoyi osvity u proekti novoyi redaktsiyi derzhavnoho standartu* [About approaches to determining the content of language education in the draft of the new edition of the state standard]. *Ukrainian language and literature at school*, pp. 41–44 (in Ukrainian).
14. Vygotsky L.S. (2005). *Psikhologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of human development]. M. : Meaning : EKSMO. 1136 p. (in Russian).
15. Zhinkin N.I. (1960). *The study of inner speech using the method of central speech interference* [The study of internal speech by the method of central speech interference]. *Thinking and speech*. M. № 113, pp. 141–148 (in Russian).
16. Katsnelson S. D. (1965). *Soderzhaniye slova, znacheniy i oboznacheniy* [The content of the word, meaning and designation]. M. ; L, 110 p. (in Russian).
17. Leontiev A.N. (1981). *Problemy razvitiya psikhiki* [Problems of the development of the psyche]. M. : Moscow State University, 584 p. (in Russian).
18. Luria A.R. (1975). *Osnovnyye problemy neyrolingvistiki* [Main problems of neurolinguistics]. M. : MGU. 252 p. (in Russian).
19. Luria A.R. (1975). *Nauchnyye gorizonty i filosofskiy tupiki v sovremennoy lingvistike* [Scientific Horizons and Philosophical Dead Ends in Modern Linguistics]. *Questions of Philosophy*. № 4. Pp. 142–149 (in Russian).
20. Luria A.R. (1979). *Yazyk i soznaniye* [Language and consciousness] / Edited by E.D. Khomskaya. M. : University of Moscow. 320 p. (in Russian).
21. Zasekina, L.V. & Zasekin S.V. (2008). *Psykholinhvistychna diahnostyka* [Psycholinguistic diagnostics]. Volyn National University named after Lesya Ukrainka. Lutsk : RVV "Vezha" VNU im. Lesi Ukrainki. 188 p. (in Ukrainian).
22. Selivanova O.O. (2008). *Suchasna linhvistyka: napryamy ta problemy* [Modern linguistics: direct problems]. Poltava : Dovkilla-K. 712 p. (in Ukrainian).
23. Ivanova N. (2018). *Informatsiyno-psykholohichni vplyvy u diyal'nosti fakhivtsiv sektoru bezpeky* [Informational and psychological impact on the activity of fakhivtsiv in the security sector]. Kyiv : National academy of security service of Ukraine, 148 p. (in Ukrainian).
24. Zirka V.V. (2005). *Movna paradyhma manipulyatyvnoyi hry v reklami* [The linguistic paradigm of the manipulative game in advertising]. Thesis dr. philol. sciences : 10.02.02 / NAS of Ukraine ; Institute of Linguistics named after O.O. Potebni. Kyiv (in Ukrainian).
25. Shcherba L.V. (1958). *Ocherednyye problemi yazykovedeniya* [Next problems of linguistics]. In : Selected Works on Linguistics and Phonetics. Vol 1. P. 7 (in Russian).
26. Shcherba L.V. (1974). *O troyakom aspekte yazykovikh yavleniy i ob esperimente v yazykoznanii* [About the triple aspect of linguistic phenomena and about the experiment in linguistics]. L. Pp. 24–39 (in Russian).
27. Grice P. (1985). *Logika i rechevoye obshcheniye* [Logic and verbal communication]. *New in foreign linguistics. Linguistic pragmatics*. M. : Progress. Pp. 217–237 (in Russian).
28. Paducheva E.V. (2010). *Semanticheskkiye issledovaniya* [Semantic research]. M. : Languages of Slavic culture. Vol. 2. 480 p. (in Russian).

29. Stolyarenko L.D. (2004). *Osnovy psikhologii* [Fundamentals of psychology]. Textbook. allowance. 9th ed. Rostov-na-Donu : Phoenix. 672 p. (Series “Higher education”) (in Russian).
30. Weinreich U. (1979). *Yazykovyye kontakty: sostoyaniye i problemy issledovaniya* [Language contacts: state and problems of research] / U. Weinreich ; tr. from English. and comment. Yu.A. Zhluktenko. K. : Vishcha shkola. 263 p. (in Russian).
31. Zasekina L.V. & Zasekin S.V. (2002). *Vstup do psikholinhvistyky* [Introduction to psycholinguistics]. Tutorial. Ostroh : National University “Ostroh Academy”. 168 p. (in Ukrainian).
32. Zalevskaya A.A. (2000). *Vvedeniye v psikholingvistiku* [Introduction to psycholinguistics]. Textbook. for stud. universities studying philol. specialist. M. : Russian State Humanitarian University, 382 p. (in Russian).
33. Anokhin P.K. (1978). *Izbrannyye trudy. Filosofskiye aspekty teorii funktsional'noy sistemy* [Selected Works. Philosophical aspects of the theory of a functional system]. M. : Nauka. 399 p. (in Russian).
34. Shadrikov V.D. (2002). *Vvedeniye v psikhologiyu: emotsii i chuvstva* [Introduction to psychology: emotions and feelings]. M. : Logos. 156 p. (in Russian).
35. Ilyin E.P. (2002). *Emotsii i chuvstva* [Emotions and feelings]. St. Petersburg : Piter. 752 p. (Series “Masters of Psychology”) (in Russian).
36. Vaishenberg Z. (2004). *Novynna zhurnalistyka* [News journalism]. A study guide. For general. ed. V.F. Ivanova. K. : Academy of the Ukrainian Press. 262 p. (in Ukrainian).
37. Lebedev-Lubimov A. (2002). *Psikhologiya reklamy* [Psychology of advertising]. St. Petersburg : Piter, 368 p. (in Russian).
38. Rumyantseva I.M. (2004). *Psikhologiya rechi i lingvopedagogicheskaya psikhologiya* [Psychology of speech and linguo-pedagogical psychology]. M. : PerSe (Logos), 316 p. (in Russian).
39. Kyrychenko V.V. (2015). *Psikhohihiya informatsiynoyi diyal'nosti* [Psychology of information activity]. Study guide. 2nd ed. processing and additional Zhytomyr: Department of the State University named after I. Franka, 146 p. (in Ukrainian).
40. Lillo H. (2013). *Verbal'ne vs. vizual'ne v pertseptsiiy kreolizovanykh internet-tekstiv (na materialy internet-vydannya “Ukrayins'ka Pravda”)* [Verbal vs. visual in the perception of creolized Internet texts (on the material of the online publication “Ukrainian Pravda”)]. Bulletin of Lviv University. Journalism series. Pp. 412–418 (in Ukrainian).
41. Khairulin O.M. (2021). *Informatsiyno-psikhologichna bezpeka osobystosti v konteksti movnoyi hry* [Informational and psychological security of the individual in the context of the language game]. *Collection of scientific works of the NUOU. № 1*. Pp. 189–208 (in Ukrainian).
42. Munsterberg G. (1996). *Osnovy psikhotehniki* [Fundamentals of psychotechnics]. St. Petersburg : P.E.T. Pp. 148–149 (in Russian).
43. Pocheptsov H.G. (2010). *Kontrol' nad rozumom* [Control over the mind]. Kyiv : Kyiv-Mohyla Academy. 350 p. (in Ukrainian).
44. Zelinsky S.A. (2008). *Manipulirovaniye lichnost'yu i massami* [Manipulation of personality and masses]. St. Petersburg : Skifia. 240 p. (in Russian).
45. Ivanova N. & Palivoda O. (2021). *Psikhologichni aspekty analizu informatsiyi v diyal'nosti fakhivtsiv bezpekovoho sektoru* [Psychological aspects of information analysis in the activities of security sector specialists]. *Bulletin of the National University of Defense of Ukraine*. Pp. 31–40 (in Ukrainian).
46. Rizun V.V. (2008). *Teoriya masovoyi komunikatsiyi* [Theory of mass communication]. Textbook for students branch 0303 “journalism and information” / V.V. Ruffian. K. : Prosvita. 260 p. (in Ukrainian).

НОТАТКИ

Науковий журнал

Журнал сучасної психології

№ 3 (26), 2022

Комп'ютерна верстка – А.О. Марєєва
Коректура – В.В. Ізак

Підписано до друку: 28.10.2022.
Формат 60x84/8. Гарнітура Times New Roman.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 20,00.
Замов. № 1222/503. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглезі, 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.