

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ В.І. ВЕРНАДСЬКОГО**

*Журнал заснований у 1918 році*

**ВЧЕНІ ЗАПИСКИ  
ТАВРІЙСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ІМЕНІ В.І. ВЕРНАДСЬКОГО**

**Серія: Психологія**

**Том 32 (71) № 4 2021**



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2021

**Головний редактор:**

**Садова Мирослава Анатоліївна** – доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського наукового університету імені В.І. Вернадського.

**Члени редакційної колегії:**

**Біла Ірина Миколаївна** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського;

**Бєлавін Сергій Петрович** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського;

**Бєлавіна Тетяна Іванівна** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського;

**Виноградова Вікторія Євгенівна** – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського наукового університету імені В.І. Вернадського;

**Добровольська Наталія Анатоліївна** – доктор психологічних наук, доцент, завідувач загально-вузівської кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я людини Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського;

**Костіна Тетяна Олександрівна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського;

**Костюченко Олена Вікторівна** – доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Київського національного університету культури і мистецтв;

**Мітіна Світлана Володимирівна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського;

**Ронгінська Тетяна Іванівна** – доктор психологічних наук, директор Інституту психології Зеленогурського університету (Польща).

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

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet  
Вченою радою Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського  
(протокол № 5 від 25 листопада 2021 року)**

Науковий журнал «Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія» зареєстровано Міністерством юстиції України (Свідцтво про державну реєстрацію друкованого ЗМІ серія КВ № 24304-14144Р від 28.12.2019 року)

Журнал внесений до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») у галузі психологічних наук (спеціальність 053. Психологія) на підставі наказу Міністерства освіти і науки України № 1471 від 26.11.2020 р. (додаток 3)

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

Сторінка журналу: [www.psych.vernadskyjournals.in.ua](http://www.psych.vernadskyjournals.in.ua)

## ЗМІСТ

### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

**Абсалямова Л.М.**

ЧИННИКИ УСПІШНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ  
З РОЗЛАДОМ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ..... 1

**Дудаль Н.Н.**

БИОГРАФИЧЕСКИЙ МЕТОД В ПСИХОЛОГИИ:  
ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И ОСОБЕННОСТИ..... 10

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

**Дончев Ф.А.**

ОСОБЛИВОСТІ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТРАНСГУМАНІСТІВ,  
ЯКІ ВЖИВАЮТЬ ПСИХОДЕЛІЧНІ ЗАСОБИ..... 16

**Дроздова М.А.**

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ УЯВЛЕНЬ МОЛОДІ  
ПРО БЛАГОПОЛУЧЧЯ НА РІЗНИХ СОЦІАЛЬНИХ РІВНЯХ..... 22

**Дьоміна Г.А., Мельничук О.Б.**

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ  
ПСИХОЛОГІВ-ПСИХОСОМАТОЛОГІВ..... 28

**Крутолевич А.Н.**

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ВОЗБУДИМОСТЬ БОЛЬНЫХ ШИЗОФРЕНИЕЙ  
И ИХ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ..... 35

**Купчишина В.Ч., Білецька Т.В.**

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ОСОБИСТІСНОЇ АМБІВАЛЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ  
ОФІЦЕРІВ-ПРИКОРДОННИКІВ..... 40

**Леонова І.М.**

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ  
ЖІНОК ІЗ РІЗНИХ СОЦІАЛЬНИХ ГРУП..... 46

**Орловська О.А.**

ПРОБЛЕМА ДІЯЛЬНОСТІ В ЮРИДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ..... 54

**Панченко О.А., Кабанцева А.В., Сердюк І.А.**

ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВИКЛИКИ ТУРБУЛЕНТНОГО ЧАСУ..... 59

**Сазонова І.В.**

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ПІДЛІТКАМ  
У ПОДОЛАННІ СТРЕСУ (З ДОСВІДУ РОБОТИ)..... 65

### ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

**Булгакова О.Ю.**

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ СТУДЕНТІВ ДО СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ  
ЯК РЕЗУЛЬТАТ ЇХНЬОЇ УЧАСТІ В ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНСТИТУТУ..... 72

**Докійчук М.Ю.**

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО  
АПАРАТУ ДО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ..... 77

<b>Завгородня О.В., Мінаєнко Т.А., Депутат В.В.</b> ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКА ДО СЕРЕДНЬОЇ ЛАНКИ ШКОЛИ.....	82
<b>Московець Л.П.</b> СМИСЛ ЖИТТЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЛІТНЬОГО ВІКУ.....	88
<b>Уханова А.І.</b> КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНОЇ АМБІВАЛЕНТНОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	96
<b>Шевчук В.В.</b> ЕМОЦІЙНІ ПЕРЕЖИВАННЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ ІЗ КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ.....	102
<b>ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ</b>	
<b>Бойчук С.С.</b> ЖИТТЄЗДАТНІСТЬ У СТРУКТУРІ ОСОБИСТОСТІ ПРАЦІВНИКІВ СПЕЦІАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ ПОЛІЦІЇ.....	110
<b>ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ</b>	
<b>Гулько Ю.А.</b> ОСНОВНІ НАПРЯМИ Й ЦІЛІ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ З БАТЬКАМИ, ЩО МАЮТЬ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ.....	115
<b>Кодлубовська Т.Б.</b> ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ МОРАЛЬНИХ, ПСИХОЛОГІЧНИХ І ФІЗІОЛОГІЧНИХ РІВНІВ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СТАНІВ ПРАВООХОРОНЦІВ.....	120

# CONTENTS

## GENERAL PSYCHOLOGY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

**Absaliamova L.M.**

SUCCESS FACTORS OF PSYCHOLOGICAL HELP TO PERSONS  
WITH FOOD BEHAVIOR DISORDERS..... 1

**Dudal N.N.**

THE BIOGRAPHICAL METHOD IN PSYCHOLOGY:  
MAIN CHARACTERISTICS AND FEATURES.....10

## SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

**Donchev F.A.**

PECULIARITIES OF THE SELF-CONCEPT OF TRANSHUMANISTS  
WHICH USE PSYCHODELIC DRUGS.....16

**Drozdova M.A.**

THE PECULIARITIES OF YOUTH'S SOCIAL REPRESENTATIONS  
ABOUT WELL-BEING AT DIFFERENT SOCIAL LEVELS..... 22

**Domina G.A., Melnychuk O.B.**

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF PROFESSIONAL BURNOUT  
OF PSYCHOLOGISTS-PSYCHOSOMATOLOGISTS.....28

**Krutolevich H.N.**

EMOTIONAL EXCITEMENT OF PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA  
AND THEIR SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION..... 35

**Kupchyshyna V.Ch., Biletsky T.V.**

PECULIARITIES OF MANIFESTATION  
OF PERSONAL AMBIVALENCE OF FUTURE BORDER OFFICERS.....40

**Leonova I.M.**

SOCIO-PSYCHOLOGICAL PROPERTIES OF WOMEN'S PERSONALITY  
FROM DIFFERENT SOCIAL GROUPS..... 46

**Orlovska O.A.**

THE PROBLEM OF ACTIVITY IN LEGAL PSYCHOLOGY..... 54

**Panchenko O.A., Kabantseva A.V., Serdyuk I.A.**

INFORMATION AND PSYCHOLOGICAL CHALLENGES OF TURBULENT TIME..... 59

**Sazonova I.V.**

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO ADOLESCENTS  
IN OVERCOMING STRESS (FROM WORK EXPERIENCE)..... 65

## PEDAGOGICAL AND DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

**Bulgakova O.Yu.**

PSYCHOLOGICAL READINESS OF STUDENTS FOR SOCIAL INTERACTION  
AS A RESULT OF THEIR PARTICIPATION IN THE ACTIVITIES OF THE SOCIAL INSTITUTE...72

**Dokiichuk M.Yu.**

PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS WITH DISORDER OF THE  
MUSCULOSKELETAL SYSTEM TO STUDY IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....77

<b>Zavhorodnia O.V., Minaienko T.A., Deputat V.V.</b> GENDER ASPECTS OF ADOLESCENTS' TRANSITION TO MIDDLE SCHOOL.....	<b>82</b>
<b>Moskovets L.P.</b> REASON FOR LIVING OF ELDERLY TEACHING STAFF.....	<b>88</b>
<b>Ukhanova A.I.</b> CONCEPTUALIZATION OF SOCIAL AMBIVALENCE IN ADOLESCENTS.....	<b>96</b>
<b>Shevchuk V.V.</b> EMOTIONAL EXPERIENCES OF PARENTS OF CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISORDERS.....	<b>102</b>
<b>LEGAL PSYCHOLOGY; POLITICAL PSYCHOLOGY</b>	
<b>Boychuk S.S.</b> RESILIENCE IN THE PERSONALITY'S STRUCTURE OF OFFICERS OF SPECIAL POLICE UNITS.....	<b>110</b>
<b>PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY</b>	
<b>Hulko Yu.A.</b> MAIN DIRECTIONS AND OBJECTIVES OF PSYCHOTHERAPEUTIC WORK WITH PARENTS WHO HAVE CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS.....	<b>115</b>
<b>Kodlubovska T.B.</b> PECULIARITIES OF MANIFESTATIONS OF MORAL, PSYCHOLOGICAL AND PHYSIOLOGICAL LEVELS OF FUNCTIONAL STATES OF LAW ENFORCEMENT OFFISERS.....	<b>120</b>

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.91

DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/01>**Абсалямова Л.М.**

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

## ЧИННИКИ УСПІШНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ З РОЗЛАДОМ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

*У статті показано, що праці з вивчення харчової поведінки людини, зокрема дослідження успішної підтримки зниженої маси тіла, переважно використовують опитування учасників щодо різновидів споживаної їжі, виявляючи таким чином зміну в харчових звичках. Хоча дієта й виявилася загальним методом зниження та підтримки ваги в групі успішних підтримувачів, однак застосування такого методу залежало від супутніх форм харчової поведінки людини. Рандомізовані клінічні дослідження показують значну роль фізичної активності в підтримці зниженої ваги. У багатьох подібних дослідженнях учасники, яким випадково призначили дієту плюс фізичні вправи, демонструють краще зниження та підтримку ваги, аніж, відповідно, ті, хто за умовами експерименту худнув лише за допомогою дієти чи фізичних вправ. Ключовим елементом програм зниження ваги є самоспостереження, і було показано, що успішні підтримувачі продовжують відстежувати власну вагу й харчову поведінку на тому ж рівні навіть після завершення терапевтичних програм. Підтримувачі зазначають, що їм важливо бути певними щодо обсягів і споживчих якостей продуктів у складі повсякденної дієти, а також щодо рівня фізичної активності, необхідної для успішної підтримки зниженої ваги. Оскільки багато індивідів, які втрачають вагу, схильні до повторного набору, дослідники припускають, що зміни в метаболітичній активності, пов'язані зі схудненням, можуть бути фактором схильності до набору ваги. Нещодавні дослідження показали, що справді існують індивіди, успішні в зниженні маси тіла й довготривалій підтримці зниження. Ці успішні підтримувачі характеризуються лонгтійною низькокалорійною та низькожировою дієтою, високим рівнем фізичної активності й загальною пильністю до власної ваги й здоров'я.*

**Ключові слова:** харчова поведінка, особистість, психологічна допомога, здоров'я.

**Постановка проблеми.** Дослідження чуттів все ще є помітно молодого галуззю науки з виразно мультидисциплінарним характером, що поєднує вчених із різних областей, таких як харчові технології, фізіологія харчового процесу та власне психологія у спільному пошуку кращого розуміння харчової поведінки та застосування цього знання для покращення якості людського життя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психологи, навчені працювати із «високими» чуттями (зором та слухом), застосовували ті самі методи для «низьких» чуттів (запаху, смаку та дотику) без урахування суттєвих відмінностей між цими двома сенсорними підсистемами [2; 4; 7]. Зір та до певної міри слух включені в просторову орієнтацію людини та забезпечені сильними вродженими механізмами, які гарантують особинам людського виду схоже сприйняття форми, оцінку

відстаней та напрямків. Чуття, органи яких розташовані у носо-ротовій порожнині, не мають таких сильних вроджених механізмів, зате значною мірою формуються навчанням. Звісно, при народженні більшість людей не любить гіркої й віддає перевагу солодкому, однак із часом ми можемо навчитися пити каву без цукру чи навіть горілку-перцівку. Цей брак вродженої ригідності є серйозною еволюційною перевагою для людського виду, бо забезпечує найширшу всеїдність і високу адаптивність до різноманітних харчових продуктів. Однак звідси ж випливає відсутність строгої інтерсуб'єктивності й величезні відмінності в сприйнятті й вподобанні їжі людьми. Мало того, зір і слух майже завжди знаходяться у фокусі людської свідомості, у той час як «нижчі» чуття майже завжди з нього винесені, вони здебільшого невідрефлексовані й сховані. Як наслідок цієї принципової

відмінності, людині набагато простіше описувати візуальні форми, аніж описувати запахи чи смаки. З іншого боку, смаки та запахи здебільшого набагато сильніше прив'язані до емоцій, аніж елементи візуального досвіду. Усі зазначені відмінності серйозно впливають на парадигми, які використовуються в психологічних дослідженнях різних чуттів. Зрештою, психологія повинна пояснювати реальну щоденну поведінку людей, і якщо чуттєвий досвід зазвичай залишається імпліцитним та підсвідомим, то примушувати когось виражати його у формі експліцитних тверджень було би цілковитою втратою мети дослідження.

Проблеми, з якими часто стикається психолог під час дослідження харчової поведінки, є досить різноманітними, однак більшість із них пов'язані із хибами, добре відомими дослідникові, бо вони так само часто трапляються у психологічній науці. У межах нашої роботи ми подамо рамковий опис таких хиб та ключові ідеї, як їх уникнути чи принаймні зменшити негативні впливи.

**Хиба однорідності споживачів** заснована на імпліцитному припущенні, що вияви поведінки можуть відрізнитися за вираженістю (силою) вияву, але не за його суттю. Всі суб'єкти у межах одного експерименту розглядаються як порівнювані та взаємозамінні, тобто що вони виконують однакові завдання тим самим способом; вся інтерсуб'єктна варіативність у межах цього хибного припущення впливає лише з того факту, що деякі люди виконують завдання краще, а деякі гірше за інших.

Ця хиба є найбільш впізнаваною з тих, які будуть проаналізовані у межах нашої роботи, і за кілька останніх десятиліть науковці докладають значних зусиль до того, аби сегментувати досліджуваних на підставі результатів експерименту. Дослідники розмірковують, чи слід описувати індивідуальні відмінності, зокрема у сфері чуттів, через тривалість та частоту, а чи є й інші способи включення таких відмінностей у дослідження [10]. Набувають популярності нові методики шкалювання, які значно зменшують вплив індивідуальних відмінностей. Водночас існуючі методики все ще припускають значну генералізацію досліджуваних без урахування можливих мультимодальностей даних, і приділяють мало уваги основним факторам, що визначають індивідуальні відмінності. Чи одні й ті самі досліджувані сприймають по-різному конкретний стимульний матеріал, чи вони по-різному розуміють завдання? Якщо перший варіант, то чи є це наслідком науціння чи вродженою відмінністю їхніх сенсорних підсистем? Якщо другий, то чи є

це наслідком різного розуміння інструкції, а чи різних стратегій, обраних для подолання проблеми? Чи й взагалі – ситуація є поєднанням усіх вказаних факторів? Простий приклад: якщо людину запитати, наскільки їй знайомий певний харчовий продукт, респондент має щонайменше два способи інтерпретації цього питання. Людина може подумати, що її питають про те, наскільки часто вона зустрічалася з цим продуктом у своєму житті, або ж про те, наскільки цей продукт подібний до тих, які людина знає та/або споживає. В обох варіантах респондент використовує власні спогади, однак у першому випадку людина шукає у минулому епізоди взаємодії з цим продуктом, а в другому – людина перебирає знайомі продукти за принципом подібності. Результати цих двох варіантів можуть бути доволі відмінними. Очевидно, що питання було дуже нечітко сформульованим і має виглядати конкретніше, принаймні у формі «Як часто ви зустрічаєте цей продукт? Оберіть варіант на шкалі від Ніколи до Дуже часто» або ж «Скільки продуктів, схожих на цей, Ви знаєте? Оберіть варіант на шкалі від Дуже мало до Дуже багато».

Ще однією і можливо менш очевидною помилкою, заснованою на хибі однорідності споживачів, є використання категоризації стимулів, заснованої на усереднених результатах з інших досліджень. Твердження на кшталт «у нашому дослідженні ми розглядаємо чотири приємні й чотири неприємні запахи» слід розглядати дуже уважно у зв'язку з величезними стандартними відхиленнями, зазвичай отримуваними під час гедонічних оцінок запахів і / або смаків. Єдиною можливістю коректної інтерпретації гедоністичного впливу на результати є вимірювання задоволення у досліджуваній групі (post hoc чи у межах самого експерименту) і робота з отриманими даними на основі індивідуально вимірних оцінок задоволення. Наприклад, лавандовий запах подобється тим, хто розпізнає його як лаванду, однак не подобається тим, хто не може його ідентифікувати [15]. Хиба однорідності також часто виявляється у доборі досліджуваних. Хоча добре відомо, що жінки чутливіші до запахів і смаків, аніж чоловіки, і ймовірно мають кращу пам'ять на відомі запахи/смаки, багато досліджень не є гендерно збалансованими, а деякі з них узагалі не зазначають співвідношення жінок та чоловіків.

Групові відмінності також виявляються у інших аспектах, крім чуттєвості. Знання цих відмінностей і врахування під час формування експериментальних груп підвищує ефективність роботи дослідників. Наприклад, любителі шоколаду зазвичай поділяються на два типи, «гризуни»



та «смоктуни», які можуть значно відрізнятися у багатьох аспектах. Якщо хтось хоче виготовити вдалий шоколад для якогось із цих типів, то не слід вважати, ніби всі люди однакові.

Звісно, може бути проблематичним дізнатися наперед, як саме різняться споживачі певного продукту; цю задачу можна розв'язати шляхом спостереження та аналізу поведінки споживачів з подальшою верифікацією цього аналізу на репрезентативній споживацькій вибірці. У дослідженнях жувальної поведінки [11] та слинних компонентів у ротовій порожнині [3; 6] наведено приклади складного аналізу поведінки спостерігачів, але у багатьох випадках (як от у прикладі із шоколадом) навіть просте спостереження та аналіз факторів, які впливають на споживання продукту, може бути ефективним.

Аналіз багатьох змінних та сегментація досліджуваних [1] дали дослідженням харчової поведінки помітний поштовх уперед, однак у цьому полягали й дослідницькі ризики, коли сегментація приймалася без подальшого аналізу. Наприклад, вчені могли некритично запозичувати й використовувати як вже готові конструкції для типологічного опису респондентів такі категорії з побутового повсякденного мовлення, як «ліниві», «шукачі зручностей» чи «любители новинок» тощо, однак у більшості випадків ці вирази є дуже узагальненими та однозначно підходять до лише невеликого відсотка досліджуваних, майже не стосуючись їхньої більшості. Мало того, слід враховувати, що здорові люди мають і використовують у повсякденному житті низку ролей, відповідно, в одних із цих ролей вони можуть бути ригідними (наприклад, домогосподарка, яка готує щоденну вечерю для чоловіка), а в інших – демонструвати активну гедоністичну поведінку (святковий обід для великої родини).

Хиба незмінності споживача заснована на імпліцитній ідеї того, що люди не змінюються з часом. Виглядає досить цікавим, що жоден дослідник не буде захищати явне твердження, ніби люди не змінюються, однак більшість методик у вивченні харчової та споживацької поведінки засновані саме на цій ідеї, історично запозиченій з фізики та хімії. Прийнято вважати, що коли якийсь уже проведений експеримент повторити у ідентичних умовах, то результати виявляться однаковими. Звісно, можуть бути певні відхилення через неточність вимірювань та невраховані фактори, однак і ці проблеми можна подолати, повторюючи вимірювання достатню кількість разів. У цій парадигмі, взятій із природничих наук, принципово не враховується

ймовірність того, що суб'єкти дослідження справді можуть змінитися, бо кожна досліджувана людина має власну пам'ять і таким чином друга (як і кожна наступна) зустріч із тим чи іншим продуктом може не справляти на досліджуваного той самий ефект, що і вперше. У багатьох випадках, зокрема під час вимірювання інтенсивності смаку чи запаху, цей момент може бути не дуже принциповим, бо досліджуваний просто порівнює силу стимулу з тим, що запам'ятав раніше, однак у разі винесення гедоністичних суджень і у процесах харчового вибору, де залучено більше особистих уподобань, така мінливість може мати ключове значення.

Психологічні теорії про поведінку вибору та вподобання також радше говорять про мінливість, аніж про стабільність такої поведінки. Так, теорія знайомства з об'єктом [9] стверджує, що чим більше люди взаємодіють із новим стимулом, тим більше він їм подобається. Ця теорія була перевірена у царині харчової поведінки [13] і було виявлено, що не всі стимули мають позитивний ефект знайомства, а для деяких харчових стимулів початкове вподобання може різко зменшитися чи навіть перетворитися на невподобання.

Леві, МакРей та Кюстер провели експеримент [за: 5] із використанням семи схожих апельсинових напоїв, які приблизно однаково подобалися досліджуваним під час першої спроби, однак значно відрізнялися за складністю сприйманих чуттів запаху й смаку. Вчені показали, що повторне знайомство з напоями, простішими за оптимальний рівень перцептивної складності для конкретного досліджуваного, не справляло значущого ефекту ні на рівень оцінки самої перцептивної складності, ані на вподобання напою, однак призводило до загального зменшення вподобання усіх семи напоїв, виявляючи таким чином продуктову нудьгу. Повторне знайомство з напоями, складнішими за оптимальний рівень досліджуваного, працювало навпаки, зменшуючи перцептивну складність всіх напоїв з одночасною диференціацією вподобань: збільшення вподобання складніших напоїв та зменшення вподобання простіших, як і слід було очікувати у межах теоретичної бази експерименту.

Поняття «продуктової нудьги» у випадку взаємодії із простішими стимулами, теж є важливим, оскільки це явище є однією з головних причин багатьох невдач тих чи інших харчових продуктів на масовому споживацькому ринку. Продуктова нудьга є досить поширеною реакцією на нові та нетрадиційні продукти, що можна пояснити за допомогою теорії Волкера [за: 12]. Він вважав, що довготривалий вплив стимулу (навіть оптимальної

перцептивної складності для досліджуваного) певною мірою зменшує його перцептивну складність.

**Хіба свідомого вибору** базується на імпліцитній ідеї про те, що люди раціонально мислять та діють відповідно до зробленого раціонального вибору.

Більшість людей розглядають себе як незалежних індивідів, які приймають рішення на раціональній основі, за винятком хіба що надзвичайно емоційних ситуацій. Усі наші повсякденні обговорення щодо дій та вчинків і навіть наша правова система засновані на цьому неочевидному переконанні.

Якщо у дослідженні йдеться про частотність поведінки, а не про відчуття, то використання непрямих питань даватиме кращий результат. У опитуваннях щодо забруднення міського середовища питання на кшталт «Як часто ви закриваєте вікна вашого помешкання, бо вам не до вподоби запах надворі?» чи «Чи буває так, що ви не хочете запрошувати до себе друзів на літні посиденьки у дворі через забруднене повітря?» продемонстрували помітно кращу ефективність у оцінці забруднення навколишнього середовища, аніж формальні конструкції типу «Наскільки незадовільно ви оцінюєте забруднення повітря у вашому місті?».

У опитуванні [8] про якість питної води у 29 голандських містах було поставлено два головних питання: «Наскільки вам подобається вода у вашому місті?» та «Наскільки часто впродовж дня ви випиваєте склянку води з-під крану?». Відповіді на перше питання майже не відрізнялися по всіх містах і показували відсутність значущої кореляції з якістю води, виміряною групою експертів у сліпому тесті. А от друге питання про кількість склянок води значно відрізнялося між містами і сильно корелювало із результатами сліпих тестів. Очевидно, що респонденти приймали якість води у їхньому місті як даність, яку неможливо змінити, але не пили воду, якщо вона була несмачною.

Прямі питання однак не завжди є настільки простими та прямими, як видаються, і можуть запросто призводити до оманливих висновків. Це особливо часто трапляється в разі використання загальноприйнятих переконань про соціально бажану харчову поведінку та про співвідношення між здоров'ям та харчовою поведінкою. У таких ситуаціях досліджувані можуть навіть казати пряму неправду, схилившись до соціально бажаних відповідей.

Бекерс, Кьостер і Хоубен [за: 14] провели експеримент зі спеціально розробленим здоровим перекусом із низьким вмістом насичених жирів та солі. Експериментальний продукт продавався за звичайною ціною для таких товарів упродовж трьох

тижнів у чотирьох буфетах на півдні Нідерландів. У перших двох закладах продукт позиціонували як «новий» перекус, а у двох інших як «здоровий» перекус. Через три тижні продажів кожному з 400 відвідувачів цих буфетів запропонували безкоштовний зразок продукту з опитувальником щодо смакових властивостей перекусу, вподобань чи несподобань, та намірів придбати продукт. Опитувальник також містив питання про те, як часто респондент споживав цей перекус протягом останніх трьох тижнів. Виявилось, що відсоток людей, які купували перекус протягом трьох тижнів експерименту, був значно вищий для «нового» перекусу (5,2%), аніж для «здорового» (3,8%). Вочевидь, люди були переконані, що «здоровий» продукт не може бути смачним. З іншого боку, респонденти у «здорових» буфетах значно вище оцінювали рівень вподобання продукту, аніж, відповідно, у «нових», і часто зазначали, що у майбутньому мають намір набагато частіше куштувати цей продукт. Як з'ясувалося, покупці були або здивовані тим фактом, що перекус смакував набагато краще, аніж вони очікували, або ж діяли з почуття сорому та провини за існування «здорового» продукту, який соціально прийнятно споживати. Найцікавіше, як зазначають автори експерименту, що на пряме питання «Як часто ви купували перекус за останні три тижні?» чимало респондентів у «здорових» закладах дали відверто неправдиві відповіді, бо сукупна кількість нібито придбаних таким чином перекусів удвічі перевищила кількість справді проданих одиниць продукту. Для порівняння, покупці у «нових» буфетах не обманювали і переоцінили своє справжнє споживання не більш як на 10%.

**Хіба ситуації** заснована на імпліцитному припущенні, що ситуації сприйняття визначаються виключно об'єктивними критеріями, а не свідомістю суб'єкта та підсвідомими інтенціями.

Мейзельман [за: 14] доходить до висновку, що контекстуальні змінні можуть чинити визначний вплив на харчову поведінку. Дослідник зазначає три широкі контекстуальні області, які можуть суміщатися у харчовій події:

1) Харчовий контекст: комбінації з іншими продуктами, кулінарна традиція та культура, пакування продуктів, назва і бренд.

2) Ситуація споживання їжі: соціальне та фізичне оточення, у якому споживають їжу.

3) Особистість: харчові вподобання та антипатії, прагнення до різноманітності, неофільні чи неофобні схильності, обмеження та самообмеження у харчуванні та харчові очікування індивідуального споживача.

**Хиба сприйняття**, або перцептивна хиба заснована на імпліцитному припущенні, що все, що може бути сприйнятим, можна запам'ятати, і, відповідно, навпаки.

Більшість досліджень харчової та споживачької поведінки засновуються виключно на сприйнятті, водночас про роль пам'яті (що виглядає доволі іронічним) здебільшого забувають. Навіть у дослідженнях щодо очікувань споживачів, де пам'ять про минулий досвід знайомства з продуктом мав би відігравати ключову роль, науковці користуються виключно перцептивною оптикою: беруться досліджувати вплив сприйняття упаковки на сприйняття продукту, однак не зважають на те, що лишається у пам'яті про сам продукт. Лише деякі дослідники зважають на те, які перцептивні аспекти продукту запам'ятовуються краще за інші, а що можуть не пам'ятати взагалі.

Експерименти із запам'ятовування запахів та смаків у повсякденному житті показали [12], що випадковий та неусвідомлений перцептивний досвід теж може залишитися у пам'яті. Мало того, повсякденний досвід, коли споживачі були вражені через незначні зміни виробником смаку їх улюбленого продукту, дали можливість неусвідомлено та без попереднього аналізу чимало дізнатися про його споживчі властивості. Такий випадковий досвід та спогади, що є його результатом, аналізувалися дослідниками в аспектах текстури продукту та трьох основних смаків. Досліджуваних запросили до лабораторії під легендою участі в експерименті з вивчення «відчуттів голоду». Для цього, як було вказано у легенді, учасники експерименту зранку натщесерце прийшли до лабораторії, де їх очікував однаковий сніданок після першого вимірювання відчуттів голоду. Цей сніданок, який слід було з'їсти повністю, містив кілька продуктів, які потім були використані як маркери у сесіях спогадів наприкінці дня. Досліджувани не знали про справжні цілі експерименту, тому просто їли та/або пили без наміру що-небудь запам'ятати. Після сніданку вони оцінювали своє відчуття голоду через певні інтервали протягом звичайного повсякденного дня кожного з них, а увечері повернулися до лабораторії. Після повернення до лабораторії найпершим питанням до них було прохання описати, на їхню думку, справжні цілі експерименту. Ніхто з досліджуваних не зазначив про пам'ять чи наслідки, і майже всі виявилися переконаними, що експеримент справді мав на меті «відчуття голоду». Після цього їм показали набори стимульного матеріалу, які містили як зразки продуктів-маркерів, ідентичні

до тих, які досліджували їли на сніданок, так і зразки-відволікачі, які відрізнялися від оригінальних. Респондентів просто попросили показати, чи кожен із представлених зразків є тим самим, що був спожитий на сніданку, а чи ні.

Після цього досліджуваним ще раз видали кожен зі зразків-відволікачів та оригінальних зразків у випадковому порядку і попросили наново оцінити рівень вподобання та зазначити, чи ці зразки подобаються менше, однаково або більше в порівнянні з представленими за сніданком, і чи оцінка такого вподобання відбувалася за меншою, однаковою чи більшою кількістю показників. Результати опитування показали, що у більшості випадків, особливо щодо відчуттів солодкості та жирності, люди значно краще запам'ятовували оригінальні зразки, а коли йшлося про хрумкість та гіркоту, то рівень розпізнавання виявився значно меншим. Крім того виявилось, що чоловіки інакше запам'ятовують текстуру продуктів, аніж жінки; однак у сприйнятті смаку такої значної різниці не було виявлено. Гендерні відмінності можуть додатково вказувати на користь того, що механізми запам'ятовування у харчовій поведінці залежать від суб'єктивної важливості та значущості спожитого продукту для індивіда.

**Постановка завдання.** Мета дослідження – виявити передумови й чинники успішної психологічної допомоги людям із розладами харчової поведінки.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження.**

Довготривале утримання зниженої маси тіла є виразно важкодосяжною метою. Однак деяким індивідам вдається зменшити вагу та підтримувати це зменшення впродовж тривалого часу. Хоча регуляції маси тіла присвячена велика кількість досліджень, однак дотепер не існує загальноприйнятого критерію успішної підтримки (скільки ваги слід скинути та як довго слід підтримувати зменшення). Так, у 1959 році Станкард та Макларен-Г'юм підрахували, що <5% людей з надлишковою масою тіла здатні втрачати вагу та підтримувати знижену масу тіла надалі. Цей песимістичний висновок, зроблений на вибірці зі 100 пацієнтів, був заснований лише на одній спробі схуднення. Інші дослідники, працюючи з результатами клінічних досліджень, виявили, що 13-22% людей здатні досягнути та підтримувати втрату маси тіла понад 5 кг за 5 років [8].

Дослідники використовували рандомізоване телефонне опитування для визначення коефіцієнту частотності підтримання зниженої ваги серед загальнонаціональної вибірки 500 дорослих

мешканців США. Успішними підтримувачами були визначені ті, хто на момент проведення опитування підтримував втрату ваги на рівні 10% або більше від максимальної маси свого тіла у дорослому віці. Чотирнадцять процентів усієї вибірки та 21% респондентів зі встановленим діагнозом «ожиріння» скинули понад 10% від своєї найбільшої маси, зробили це свідомо та безперервно підтримували десятипроцентне зниження протягом щонайменше одного року. Ці дані контрастують із популярним переконанням, що майже нікому ніколи не вдається успішно схуднути та підтримувати схуднення.

Аби дізнатися більше про успішне підтримання зниженої ваги, Джеймс Хілл та Роза Вінг заснували Національний реєстр контролю ваги (National Weight Control Registry, NWCR). Для включення до реєстру людина має схуднути щонайменше на 15 кілограмів та підтримувати схуднення щонайменше впродовж року. Наразі до реєстру включено 3000 осіб, досягнення яких значно перевищують мінімальні критерії. В середньому учасники реєстру скидають понад 30 кг та підтримують схуднення протягом понад 6 років. Багаторічне спостереження дало змогу також виявити низку інших цікавих фактів:

1) Хоча 55% учасників реєстру у процесі схуднення та підтримки користувалися певним видом професійної допомоги (терапевтична програма, дієтолог, лікувальна фізкультура тощо), однак решта 45% зазначили, що схудли й підтримували вагу виключно внаслідок власних ресурсів.

2) Серед учасників реєстру 46% набрали зайву вагу у віці до 11 років, а 25% - у віці від 12 до 18 років; таким чином наявність зайвої ваги чи ожиріння з дитячого та/або підліткового віку не є однозначною перешкодою до успішної підтримки зниженої ваги. Аналогічно 46% учасників мали хоча б одного з біологічних батьків із зайвою вагою, а 27% - обох батьків. Незважаючи на високу ймовірність генетичної схильності до зайвої ваги, ці учасники змогли скинути вагу та підтримати схуднення.

3) Понад 90% учасників неодноразово намагалися скинути вагу; таким чином, ці успішні підтримувачі зниженої маси тіла раніше були невдахами, однак не здалися. Цей результат дає підстави припускати, що доцільніше визначати часову та вагову динаміку успішних чи неуспішних *спроб схуднення*, а не відповідних кінцевих результатів.

Як зазначалося у низці досліджень, фізична активність виявляється найбільш релевантним

фактором підтримки маси тіла: порівняльні дослідження успішних підтримувачів з тими, хто знову повертався до максимальної ваги, показують очевидні відмінності у профілях фізичної активності обох груп. Наприклад [6], 90% успішних підтримувачів зазначили, що займаються фізичними вправами тричі або більше разів на тиждень щонайменше по 30 хвилин; для групи набирачів ваги цей показник склав лише 34%. Серед учасників, які відпочатково використовували фізичні вправи для скидання ваги, 100% підтримувачів і лише 53% набирачів продовжували займатися фізкультурою у обсязі не менше 50% від початкового. Вчені, які працювали з матеріалами реєстру, виявили, що учасники вказували середню витрату 2826 ккал за тиждень унаслідок фізичної активності, що приблизно дорівнювало пішохідній прогулянці на 7 км щодня. Коли учасників реєстру погрупували відповідно до їхнього початкового методу схуднення (терапія, допомога дієтолога чи орієнтація на внутрішній ресурс), то не було виявлено принципових відмінностей між групами у витратах калорій. Учасники, які відпочатково орієнтувалися лише на власні сили, найактивніше повідомляли про зайняття різними типами фізичної активності, як-то біг, ходьба, їзда на велосипеді тощо.

Рандомізовані клінічні дослідження також показують значну роль фізичної активності у підтримці зниженої ваги. У багатьох подібних дослідженнях учасники, яким випадково призначили дієту плюс фізичні вправи, демонструють краще зниження та підтримку ваги, аніж, відповідно, ті, хто за умовами експерименту худнув лише за допомогою дієти чи фізичних вправ. Нещодавнє клінічне дослідження однак показало, що долучення інструкцій з фізичної активності до клінічних протоколів не завжди є панацеєю. Сімдесят сім жінок із ожирінням стали учасницями 48-тижневої програми зниження ваги, де були рандомізовані розподілені на групи 1) аеробіки 2) силових вправ 3) аеробіки та силових вправ 4) жодного тренування, тільки дієта (контрольна група). Всупереч очікуванням повторне опитування через рік після терапії показало схожі тенденції у груповій успішності зниження та підтримки ваги [11]. Всі учасниці знову набрали 35%-55% від максимального зниження ваги; також виявилось, що учасниці з груп 1, 2 та 3 не були більше мотивованими продовжувати займатися фізичною активністю після експерименту, аніж жінки з контрольної групи. Однак, коли учасниць, які (за їхніми словами) продовжили регулярно займатися, порівняли

з тими, хто займалися рідко чи взагалі ніяк, то перша група виявила значно більші показники середньої скинутої ваги (12,1 кг проти 6,1 кг) та менший набір ваги за рік після закінчення терапії (5,5 кг проти 8,4 кг). Таким чином, хоча вплив регулярних фізичних вправ на успішне підтримання зниженої ваги було наочно продемонстровано, залишилося відкритим питання, як найкраще допомогти пацієнткам додержуватися рекомендацій щодо фізичної активності.

Праці з вивчення харчової поведінки людини, зокрема дослідження успішної підтримки зниженої маси тіла, переважно використовують опитування учасників щодо різновидів споживаної їжі, виявляючи таким чином зміну у харчових звичках. У порівнянні з набирачами ваги, успішні підтримувачі з більшою імовірністю повідомляли про менше споживання цукерок та шоколаду, цукру, жирів та червоного м'яса. Учасники NWCR зазначили про підтримання низькокалорійної (в середньому 1380 ккал щодня) та низькожирової (лише 24% щоденних калорій припадали на жири) дієти, багатой на фрукти, овочі та знежирені продукти з високим вмістом кальцію.

Хоча дієта і виявилася загальним методом зниження та підтримки ваги у групі успішних підтримувачів, однак застосування цього методу залежало від супутніх форм харчової поведінки людини. Так, учасники реєстру, які знижували вагу з використанням бариатричної хірургії, вказували більшу кількість щоденного споживання жирів (34,8%) та нижчі кількості білків та вуглеводів у порівнянні з тими, хто втратив співмірну вагу (в середньому 55 кг) з використанням інших методів. Хоча таку різницю можна пояснити когнітивними спотвореннями під час використання методу самоспостереження, також не виключена можливість того, що шлункова хірургія призводить до психологічних змін, які впливають на харчові вибори.

Ключовим елементом програм зниження ваги є самоспостереження, і було показано, що успішні підтримувачі продовжують відслідковувати власну вагу та харчову поведінку на тому ж рівні навіть після завершення терапевтичних програм. Підтримувачі зазначають, що їм важливо бути певними щодо обсягів та споживчих якостей продуктів у складі повсякденної дієти, а також щодо рівня фізичної активності, необхідної для успішної підтримки зниженої ваги. Вони більш схильні (у порівнянні з набирачами ваги чи учасниками контрольної групи, які ніколи не мали зайвої ваги) зважуватися щонайменше раз на тиждень та регулювати повсякденне споживання жирів через

зміну способів приготування м'яса, уникання смаженої їжі та заміну високожирних продуктів знежиреними відповідниками. Серед членів NWCR щонайменше третина вказала на використання таких харчових стратегій, як обмеження споживання певних видів продуктів, зменшення порцій їжі, підрахунок калорій чи вмісту жирів у продуктах тощо. 72% учасників зазначили, що зважуються мінімум щотижня. Такі дані підтверджують, що підтримувачі продовжують бути пильними щодо власної ваги, фізичної активності та структури повсякденного споживання харчових продуктів.

Люди підтримують значне зниження маси тіла комбінацією низькокалорійної дієти та високих рівнів фізичної активності, і таким чином перебувати на «хронічній дієті». Існують гіпотези, що така хронічна дієта може призводити до емоційних ускладнень та харчових розладів. Наявні дослідження однак показують, що психосоціальні проблеми не є неминучою частиною успішного зниження та підтримки ваги [13]. Навпаки, підтримувачі описують свої почуття як «більша впевненість», «натхнення», «більша здатність вирішувати власні проблеми» тощо. Учасників NWCR вивчали на предмет психологічної діяльності загалом та харчових розладів зокрема, порівнявши з групою пацієнтів психіатричних закладів та контрольною групою. Рівень дистресу й депресивної симптоматики серед підтримувачів виявився співмірним із контрольною групою і набагато нижчим у порівнянні з пацієнтами психіатричних закладів. Рівні компульсивного переїдання, штучної блювоти та загальмованості були також набагато нижчими, аніж серед пацієнтів з харчовими розладами. 85% учасників реєстру також зазначили, що успішне зниження та підтримка маси тіла покращили якість їхнього життя, рівень внутрішніх ресурсів, загальний настрій, фізичну мобільність, впевненість у собі та рівень здоров'я в цілому, і лише 20% вказали, що стали більше часу думати про власну вагу й, відповідно, 14% – більше про їжу. Такі результати можна вірогідно пояснити тим, що психічно здорові індивіди більш схильні як до успішного зниження та підтримки маси тіла, так і до участі у дослідженнях харчової поведінки людини. Також це свідчить, що психологічні дисфункції різної генези не є неunikним наслідком успішної підтримки зниженої маси тіла; навпаки, таке зниження та підтримка комплексно покращує якість життя людини.

Оскільки багато індивідів, які втрачають вагу, схильні до повторного набору, дослідники

припускають, що зміни у метаболітичній активності, пов'язані зі схудненням, можуть бути фактором схильності до набору ваги. Хоча деякі дослідження і справді фіксують менші рівні метаболізму у людей, які успішно знизили вагу, більшість досліджень показує, що таке зниження відповідає втраті маси тіла [5]. Зокрема, виявлено, що підтримувачі мають вищий респіраторний коефіцієнт, аніж учасники контрольної групи, що вказує або на знижене окислення жирів у групі підтримувачів (може бути фактором схильності до набору ваги) або є наслідком низькожирової дієти, яка переважно використовується успішними підтримувачами.

Інші дослідження зосереджуються на поведінкових змінах як на факторах, пов'язаних із набором маси. Під час контрольних вимірювань через рік після терапії 35% учасників NWCR набрали 2 кг або більше. Факторами ризику повторного набору ваги виявилися: нещодавня втрата ваги (< 2 років проти > 2 років), більший відсоток втрати ваги від початкового максимуму (>30% від макси-

мальної ваги проти < 30% відповідно), вищі рівні депресії, харчової загальмованості та компульсивного переїдання. Мало того, учасники, які набрали вагу за рік з часу завершення терапії, зазначали значне зменшення рівнів фізичної активності, збільшення вмісту жирів у повсякденному раціоні та зняття великої кількості харчових обмежень і самообмежень. Таким чином повторний набір ваги значною мірою є наслідком неуспішності у підтриманні правильної харчової поведінки.

**Висновки.** Нещодавні дослідження показали, що справді існують індивіди, успішні у зниженні маси тіла та довготривалій підтримці цього зниження. Ці успішні підтримувачі характеризуються лонгтитюдною низькокалорійною та низькожировою дієтою, високим рівнем фізичної активності та загальною пильністю до власної ваги та здоров'я.

**Перспективи подальших досліджень** пов'язані з емпіричним дослідженням особливостей довготривалої підтримки оптимальної ваги тіла особистостями з розладами харчової поведінки.

#### Список літератури:

1. Birch L.L., Fisher J.O., Grimm-Thomas K. The development of children's eating habits. Food Choice, Acceptance and Consumption / eds. H.L. Meiselman, H.J.H. MacFie. London : Blackie Academic & Professional, 1996. P. 161–206.
2. Bisogni C.A. Communication about Food Choice: Tools for Professional Development / Division of Nutritional Sciences, Cornell University, Ithaca. New York, 2003. 18 p.
3. Bisogni C.A., Connors M.M., Devine C., Sobal J. Who we are and how we eat: a qualitative study of identities in food choice. Journal of Nutrition Education and Behavior. 2002. No. 34. P. 128–139.
4. Bove C.F., Sobal J., Rauschenbach B.S. Food choices among newly married couples: convergence, conflict, individualism, and projects. Appetite. 2003. No. 40. P. 25–41.
5. Conner M., Armitage C.J. The Social Psychology of Food. Buckingham, UK : Open University Press, 2002. 175 p.
6. De Houwer J., Thomas S., Baeyens F. Associative learning of likes and dislikes: a review of 25 years of research on human evaluative conditioning. Psychological Bulletin. 2001. No. 127. P. 853–869.
7. Devine C.M., Bove C., Olson C. Continuity and change in women's weight orientations and lifestyle practices through pregnancy and the postpartum period: the influence of life course trajectories and transitional events. Social Science & Medicine. No. 50. P. 567–582.
8. Falk L.W., Bisogni C.A., Sobal J. Diet change processes of participants in an intensive heart program. Journal of Nutrition Education. 2000. No. 32. P. 240–250.
9. Falk L.W., Sobal J., Devine C.M., Bisogni C.M., Connors M. Managing healthy eating: definitions, classifications, and strategies. Health Education & Behavior. No. 28. P. 425–439.
10. Harris M. Good to Eat: Riddles of Food and Culture. New York : Simon and Schuster, 1985. 289 p.
11. Harris M. Foodways: historical overview and theoretical prolegomenon. Food and Evolution: Toward a Theory of Human Food Habits / eds. M. Harris, E.B. Ross. Philadelphia, Pennsylvania : Temple University Press, 1987. P. 57–90.
12. Hetherington M.M. Food Cravings and Addiction. UK : . Leatherhead Food Research Association, 2001. 112 p.
13. Logue A.W. The Psychology of Eating and Drinking. 3rd edn. New York : Brunner-Routledge, 2004. 375 p.
14. Eating Agendas. Food and Nutrition as Social Problems / eds. D. Maurer, J. Sobal. New York : Aldine de Gruyter, Hawthorne, 1995. 345 p.
15. Food Choice, Acceptance and Consumption / eds. H.L. Meiselman, H.J.H. MacFie. New York : Blackie Academic & Professional, 1996. 397 p.

**Absaliamova L.M. SUCCESS FACTORS OF PSYCHOLOGICAL HELP TO PERSONS WITH FOOD BEHAVIOR DISORDERS**

*The article shows that works to explore human food behavior, in particular studies of successful maintenance of reduced body mass, mainly use interviews of their participants in relation to varieties of consumed food, thus exposing changes in food habits. Although diet turned out to be the general method of reduction and maintenance of body mass among successful maintainers, application of the method depended on concomitant forms of human food behavior. Randomized clinical trials demonstrate considerable role of physical activity in maintenance of reduced body mass. Participants of many similar researches, who randomly get an experimental diet plus physical exercises, had demonstrated the best reduction rates and maintenance stability compared to those who managed their body mass either by a diet or by physical exercises. Introspection tends to be the core element of weight reduction programs, and it was shown that successful maintainers continue to monitor their weight and food behavior even after formal completion of corresponding therapeutic programs. Maintainers note that it's important for them to be certain about amounts and nutritional values of foods in everyday diet as well as about amounts of physical activity, necessary for successful maintenance of reduced body mass. As many individuals who lose weight tend to gradually regain it, researchers assume that slimming-related changes in metabolic activity can be a tendency factor of weight gain. Recent researches showed that there are individuals who succeeded in both body mass reduction and its long-term maintenance. These successful maintainers is characterized by lontology, low-caloric and low-fat diet, high levels of physical activity and general awareness of their own weight and health.*

**Key words:** food behavior; personality, psychological help, health.

*Дудаль Н.Н.*

Гомельський державний університет імені Франциска Скорины

## БИОГРАФИЧЕСКИЙ МЕТОД В ПСИХОЛОГИИ: ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И ОСОБЕННОСТИ

*У психологічній науці традиційно застосовуються два дослідних підходи: номотетичний та ідеографічний. Номотетичний (у перекладі з грецької – встановлювати закон) застосовується в традиційних експериментальних дослідженнях і виявляє загальні закономірності та їх варіації. Ідеографічний (у перекладі з грецької – той, що описує своєрідність, особливості) застосовується в дослідженні індивідуальності, мета якого полягає в описі особливостей конкретної людини. Унікальність біографічного методу полягає в тому, що під час коректного його використання і з огляду на завдання дослідження він може бути реалізований як в одному, так і в іншому методі пізнання.*

*Основний зміст дослідження становить аналіз основних досліджень, присвячених біографічного методу.*

*Реалізовано мету щодо визначення змісту поняття «біографічний метод», виокремлено основні підходи щодо даного методу в сучасній психології, а також варіанти й особливості його застосування. У самому вузькому сенсі біографічний метод розуміється як використання довідково-біографічної літератури для збору даних. Це поняття також використовується для позначення техніки і джерел отримання інформації з метою подальшого відтворення життєвого шляху людини або для реалізації інших завдань, наприклад, психотерапевтичних. І, нарешті, в самому широкому значенні це поняття використовується як особливий концептуальний підхід, який базується на ідеї про те, що особистість є активним суб'єктом свого життєвого шляху і може аналізуватися тільки через історію її становлення і розвитку.*

*Визначено й описано основні варіанти реалізації біографічного методу, їхні характерні особливості, сильні й слабкі риси, описано принципи реалізації біографічного методу, що представлені в дослідженнях Н.А. Логінової.*

*Значну увагу приділено методичним рекомендаціям, які необхідно враховувати в застосуванні біографічного методу. Запропоновано способи, що підвищують достовірність, валідність, надійність і науковість біографічного методу.*

*Дана стаття буде цікава фахівцям, що працюють в області історії психології, загальної психології, психології розвитку, соціальної психології, персонології та історіографії.*

**Ключові слова:** автобіографія, біографістика, ідеографічне дослідження, контент-аналіз, каузометрія, особисті документи, валідність, надійність, достовірність.

**Постановка проблеми.** Біографія як соціокультурний феномен має дуже давню історію. В якості прикладу можемо згадати «Сравнительные жизнеописания» Плутарха, написані в I–II столітті н.е., або «Життя святих» як жанр церковної літератури.

В сучасній науковій психології біографічний метод застосовується надзвичайно рідко, хоча в останні десятиліття все більше говорять про так званому «біографічному повороті». Цей феномен пов'язаний з активізацією уваги соціально-гуманітарних дисциплін до індивідуальності та унікальності особистості, а дослідження застосовують біографічний метод як дослідження самої особистості. Як писав В. Франкл: «Личность раскрывается в своей

биографии. Она открывает себя, свое «так-бытие», свою уникальную сущность только биографическому объяснению, не поддаваясь прямому анализу. В конечном счете, биография – это не что иное, как объяснение личности во времени» [1].

**Анализ исследований и публикаций.** В отечественной психологии активным популяризатором биографического метода в 20-е годы прошлого века был советский психолог Н.А. Рыбников. Он акцентировал внимание на больших возможностях применения этого метода для социального проектирования личности, определения условий формирования и развития творческой личности. Выдвигал проекты создания Биографических институтов, которые будут коллекционировать «человеческие документы».



Активно розробляла біографічний метод Ш. Бюлер, котра запропонувала графічні способи фіксації феноменів життєвого шляху, а також методи кількісної обробки біографічної інформації. Несомненно, великий внесок у розробку психологічної біографії внесли представники психоаналітичного течення, поклавши в основу психотерапевтичної роботи з клієнтом його спогади про події життя, особливо дитячі.

Г. Олпорт провів вагоме теоретичне дослідження, об'єднавши всі наявні на той час роботи по застосуванню біографічного методу, запропонувавши способи підвищення його валидності, надійності та достовірності.

Благодаря розробкам С.Л. Рубинштейна і Б.Г. Ананьєва сформувався принципово новий погляд на біографію. Згідно їх теорії людина не тільки є продуктом своєї біографії, але й її суб'єктом, т.е. активним творцем свого життєвого шляху.

Інтересне дослідження при допомозі біографічного методу в психології розвитку провів Д. Левінсон. В розвитку особистості він виділив життєві «етапи» тривалістю приблизно 6–7, ці зміни по своїй природі біопсихосоціальні [2]. Г. Томс з своїми колегами розробляє «біографічно обґрунтовану когнітивну теорію особистості», в якій піднімає тему історично обумовленого особистісного розвитку. Використовуючи біографічний метод, він визначив більше двох десятків моделей поведінки людини в складних життєвих ситуаціях. Вчений вважає, що «біографічний метод <...>, який ще двадцять років тому виглядав більше або менше «екзотичним» розділом психології особистості, сьогодні для багатьох став незамінним інструментом...» [3, с. 3].

Активно застосовувався біографічний метод в характерології. В.Н. Мясіщев вивчав життєві історії людей (анамнез) як окремий випадок біографічного методу для визначення найбільш стійких відносин, форм поведінки. По його думці, неможливо зрозуміти сучасний стан особистості без аналізу минулих мотивів і дій. Він писав: «Свідчення про минуле є необхідними для генетичного пояснення, для перевірки, доповнення і підтвердження того, що в даний час спостерігається, і для правильного оцінювання перспектив вивчаємого особистості. Він (анамнез) відкриває самий процес формування особистості і дає важливий для розуміння її особливостей додатковий

матеріал, який не може бути виявлений в процесі дослідження ні за умов стадії її еволюції, ні за умов зовнішнього середовища» [4, с. 151].

В.Г. Норакидзе на основі застосування біографічного методу і клініко-біографічної бесіди сформулював типологію характеру і пояснив природу останньої з позицій теорії установки [5].

Активне застосування біографічний метод знайшов в дослідженні наукового творчості. Такі дослідження в вітчизняній психології проводили М.Г. Ярошевський, В.П. Карцев. Особливо широко проводилися такі дослідження в американській психології: Дж. А. Чемберс, Б. Айдусон, С. Вішер, В. Денніс, Х. Леман, Р.Дж. Еванс.

**Постановка задачі.** Мета статті – визначити сучасні тенденції в розумінні змісту біографічного методу, варіантів і особливостей його застосування.

**Изложение основного материала исследования.** Аналізуючи літературу по даній темі, можна відзначити, що в психології виділяється кілька значень і змісту поняття «біографічний метод».

По-перше, найбільш широко в психології розповсюджене розуміння біографічного методу як техніки і джерела отримання інформації про особистість. При цьому розуміють будь-яке використання біографічних матеріалів (автобіографій, щоденникових записів, спогадів сучасників, біографічних опитувальників, архівних документів для розв'язання різних дослідницьких завдань. Так, наприклад, Н.Л. Гиндилис використовував цей метод для дослідження взаємозв'язку середовища і спадковості в формуванні особистості вченого [6].

В найбільш вузькому значенні біографічний метод розглядається як отримання інформації з біографічних довідників, збірників і т.д. Наприклад, Р. Кеттелл і Дж. Кеттелл застосовували такий метод для визначення рис, що відрізняють творчу особистість. Н.Я. Пэрн використовував біографічні довідники для визначення циклічності піків творчої активності. К довідничим біографічним джерелам вдаються, як правило, в тих випадках, коли потрібно зібрати великий обсяг даних для визначення найбільш загальних закономірностей, або коли немає можливості застосувати емпіричні методи дослідження, або коли об'єктом дослідження є історична особистість. Але, вдаючись до цих джерел, дослідник

должен отдавать себе отчет, что информация, изложенная в них, уже подверглась обработке и, следовательно, в определенной мере искажению.

В самом общем виде биографический метод рассматривается как особый подход к изучению развития и становления личности как «продукта» своего жизненного пути. В данном случае применяется особый принцип психологического анализа биографического метода, который заключается в определении значимых для личности событий, расположении их в причинно-следственной последовательности и определении их влияния на жизненный путь.

Так, в психоаналитической традиции З. Фрейда личность рассматривается как результат влияния жизненных событий раннего детства: психологических конфликтов, травмирующих ситуаций и переживаний [7].

В 20-е годы прошлого столетия Н.А. Рыбников разрабатывал биографический подход в советской психологии, который он понимал как «метод систематического изучения душевной жизни», анализирующий личность через её жизненный путь [8]. Он считал, что изучение биографий позволит определить общие закономерности духовного развития человека. Жизненный путь в его трактовании предстает как разворачивающиеся во времени способности, заложенные в человеке, в конкретных общественно-исторических условиях.

Активно развивал метод биографирования Б.Г. Ананьев, который по значимости был им помещен в один ряд с экспериментом и наблюдением. Он выделял «генетическую персоналистику» как «теорию и метод биографического исследования жизненного пути человека, основных событий, конфликтов, продуктов и ценностей, развертывающихся на протяжении жизни человека в данных общественно-исторических условиях» [9, с. 265]. Ученый считал, что биографический метод должен определять истоки актуального психологического состояния людей; фаз, этапов и поворотных ситуаций развития. Б.Г. Ананьев выступает как продолжатель идей культурно-исторической психологии Л.С. Выготского, методология исследования которой определяется тем, что явления сознания (субъективного мира личности) можно изучать объективно, если исследовать их в процессе возникновения и развития. Соответственно, Л.С. Выготским был предложен экспериментально-генетический метод исследования, суть его состоит в направленности на выявление закономерностей процесса социокультурного гене-

зиса (происхождения и развития) высших психических функций, сознания [10].

Современный ученый Н.А. Логинова, продолжатель традиций Б.Г. Ананьева, так формулирует основные черты биографического метода в психологии:

– он историчен по происхождению, так как мигрировал в психологию из исторических наук. Связь с ними прослеживается в таких его особенностях, как значительная ретроспективность, опосредованность источниками, стремление к полноте реконструкции прошлого, близость к искусству. Психологическое биографирование заимствует некоторые конкретные приемы из источниковедения. Главное, что сам объект биографического метода – жизненный путь – историчен по своей природе. Как в исторических науках, так и в психологической биографике, основной единицей анализа является событие;

– факты жизненного пути, как правило, нельзя воспроизвести в лабораторных условиях, их можно только реконструировать. Биографический метод, направленный на реальный процесс жизнедеятельности личности, отличается «естественностью». Биограф, как и наблюдатель, не вмешивается в ход событий. Биографические факты могут рассматриваться в качестве жизненных показателей личностных структур;

– биографический метод, оперирующий молярными единицами – событиями, поступками, обстоятельствами и т.д. – и нацеленный на открытие «закона» индивидуальности изучаемого человека, является синтетическим, а вместе с тем в значительной мере описательным. Однако, как мы пытались показать, в биографическом методе есть свои приемы анализа и вполне возможны измерения;

– биографический метод освещает не только объективную сторону жизни, но и переживания во внутреннем мире, в котором тоже есть события. В своем монографическом варианте метод отличается интимностью, если можно так назвать эту особенность. Нередко воспоминания, письма, дневники носят характер исповеди, и тогда особенно мощно работают субъективные факторы – защитные механизмы, влияние мотивов, реакция на исследователя, искажения памяти. Здесь высок уровень субъективности, поэтому остра проблема валидности, надежности, точности биографического метода [11, с. 111].

Б.Г. Ананьев сделал попытку определить некоторые конкретные методы, входящие в биографику, к ним он отнес: источниковедческий анализ,

інтервью, биографическую анкету, контент-анализ личных документов субъекта исследования и др.

Биографический метод на современном этапе развития науки очень разнообразен, он включает в себя: описание личности «post faktum», опираясь на информацию, полученную из документальных источников; лонгитюдные исследования, получающие информацию из экспериментов; каузометрический анализ, который опирается на собственные оценки испытуемого.

Классический биографический метод представляется как описание жизненного пути человека, основанное на анализе всевозможных документальных источников: официальных документов, писем, дневников, воспоминаний современников. Такое ретроспективное воспроизведение жизненного пути обладает набором преимуществ перед актуальным текущим изысканием: ученый-исследователь реально видит последствия поведения и решений героя, его роль и значение в обществе, осведомлен о культурно-историческом контексте его жизни, обладает обширными знаниями о событиях эпохи. Все это помогает лучше понять контекст развития и целостность героя исследования.

Однако известны и слабые места такого варианта биографического метода. Зачастую время безжалостно к документам, и исследователям достаются крупницы материалов. Они сталкиваются с «белыми пятнами» некоторых периодов из жизни личности, некоторые материалы имеют сомнительное происхождение, наблюдаются противоречия в воспоминаниях современников. В процессе реконструкции материала можно ошибиться при анализе внутренних мотивов объекта исследования и последствий тех или иных его поступков. При биографическом изучении исследователь ограничен представленными в документах эпизодами, и даже если фактологический материал биографии человека многообразен и широк, то мотивы поведения, аргументы в выборе действий и психологические особенности изучаемой личности не отражены вовсе.

Еще одной разновидностью биографического исследования личности является прослеживание испытуемого на протяжении длительного периода, в котором проводятся периодические экспериментальные исследования. Сформировалось современное направление, которое получило название «онтогенетическая психология», оно объединяет исследования личности на протяжении длительных периодов ее жизненного пути. Конечно, использование реальных психометрических данных имеет свои преимущества перед

документальными свидетельствами. Однако и этот метод недостаточно идеален, в нем открытым остается вопрос об интеграции всех данных в общую целостную картину индивидуальности. Как правило, такие экспериментальные данные полезны в сопоставлении индивидуальных различий отдельных функций и характеристик в возрастной динамике. А также длительность онтогенетических исследований делает их мало пригодными при решении многих задач.

Пытаясь нивелировать слабые стороны вышеописанных методов, современные ученые разработали каузометрический метод, который призван устанавливать причинно-следственные связи. Его цель – воссоздание «системы причинных и целевых связей между жизненными событиями, свойствами личности, значимыми людьми» [12]. Основой данного метода является идея о том, что несовпадение хронологического и психологического возраста испытуемого, субъективное представление о причинно-следственных связях жизненных событий и их значимости формирует системообразующие свойства личности [13].

Методики, используемые в каузометрическом анализе, могут быть различными, но все они помогают испытуемому в полной мере воссоздать свой жизненный путь и оценить свои жизненные перспективы. Для этого могут быть использованы глубинные интервью, экспериментальные методики, проективные техники, психотерапевтические ситуации и др. Совокупность полученных данных, конечно, будет носить достаточно субъективный характер, но это будет субъективность самого испытуемого. Она носит диагностический характер: то, как человек воспринимает и оценивает свою жизнь, имеет большое значение для определения его индивидуальных особенностей. Также А.А. Кроник, Е.И. Головаха и Р.А. Ахмеров проводили специальные методические эксперименты с целью продемонстрировать и доказать надежность каузометрического метода [14].

Параллельно с исследованиями, где применялся биографический метод, проводилась работа по усовершенствованию самого метода, уточнению его понятийного аппарата, усовершенствованию процедуры проведения. Многие авторы обращают особое внимание на соблюдение правил, которые повышают научный и исследовательский потенциал биографического метода. Например, Л. Готтшалк предлагает определять искренность интервьюера по пяти признакам, а Дж. Доллард автобиографические документы оценивает по семи критериям [15].

Н.А. Логинова в своих исследованиях указывает следующие принципы проведения биографического метода:

- комплексность процедуры, частичное дублирование информации разными методиками в целях повышения ее достоверности и надежности;
- методы должны отражать прошлое, настоящее и будущее изучаемого лица;
- начинать процедуру необходимо с более формальных методик, постепенно углубляясь в психологически содержательные и интимно-личностные;
- темпоральность, привязка всех данных к временным датам;
- сочетание качественных и количественных, описательных и формализованных методов обработки;
- сочетание синтетических и аналитических методик;
- сочетание структурной и генетической интерпретации;
- сотрудничество с изучаемыми лицами. Они занимают позицию эксперта собственного жизненного пути [16].

В методических рекомендациях предлагается учитывать особенности работы с интервью очевидцев и воспоминаниями современников. Предлагается обращать внимание на то, что «чем меньше промежуток времени между событиями и его письменной фиксацией, тем выше достоверность фактов; чем реже автор воспоминаний встречался с «персонажем», тем точнее он запомнил встречи и разговоры с ним; менее значительные по содержанию беседы передаются точнее, чем выдающиеся высказывания; к свидетельским показаниям профессиональных рассказчиков надо относиться более осторожно, чем к «наивным» свидетельствам» [17].

Каждый метод исследования имеет свои сильные и слабые стороны. Когда характеризуют биографический метод, то часто в качестве его недостатков упоминают субъективизм и, как результат, недостаточную достоверность, надежность и валидность.

Достоверность метода напрямую зависит от подлинности документов, получения информации от реальных очевидцев и участников событий. Повысить достоверность можно, учитывая особенности и закономерности функционирова-

ния биографической памяти, мотивов написания автобиографии и дневника, особенностей общения исследователя и героя.

Использование количественных показателей, например, данных контент-анализа, повышает надежность биографического метода. Также рекомендуется сравнивать данные биографирования с данными, полученными при помощи других методов исследования: наблюдений, экспериментов, тестов и др.

Для повышения валидности биографического исследования надо строго и последовательно опираться на концептуальный аппарат научной теории. Следует применять иллюстративные факты из личных документов, использовать контент-анализ, корреляционный метод, типологический анализ и т.д.

**Выводы.** Подводя итог всему вышесказанному, можно отметить, что наметилась устойчивая тенденция применения биографического метода в психологии. Он используется как в номотетическом, так и в идеографическом планах, а именно: как для определения общих закономерностей, построения теорий личности, так и для исследования уникальности конкретной личности. Развивается его теоретическая и методологическая основы, уссовершенствуются методы применения, повышается уровень научности, достоверности, валидности и надежности.

Биографический метод все шире применяется в психологии развития, социальной, дифференциальной и медицинской психологии, в прикладных областях (работа с персоналом, изучение личности преступника, сбор анамнеза).

Многолетнее сотрудничество ученых-психологов со специалистами из смежных наук значительно обогатило операциональный аппарат биографического метода. На данный момент в биографических исследованиях активно применяют: контент-анализ документов (автобиографий, дневников, мемуаров, писем, свидетельств), источниковедческий анализ, графические формы анализа жизненного пути, каузометрию, квази-экспериментальные методики, биографические анкеты и опросники и др.

Биографический метод состоятелен и уникален как в процессе исследования, так и в ходе усовершенствования личности, при активном ее участии как в качестве эксперта, так и автора своего жизненного пути.

#### Список литературы:

1. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва : Прогресс, 1990. 100 с.
2. Levinson D. Exploration in biography: evolution of the individual life structure in adulthood. *Further explorations in personality*. N.Y. : J. Wiley & Sons, 1981. С. 44–79.

3. Thomae H. Das Individuum und seine Welt. Gottingen–Toronto–Zurich, 1988. S. 51–69.
4. Мясищев В.Н., Феоктистова Е.П. Характер и прошлое (К вопросу о методике анамнеза). Педологические исследования. Москва–Ленинград, 1930. С. 142–169.
5. Норакидзе В.Г. Методы исследования характера. Тбилиси : Мецниереба, 1991. 292 с.
6. Гиндилис Н.Л. Пионеры просопографии в науке. *ВИЕТ*. 1991. № 1. С. 27–38.
7. Фрейд З. Леонардо да Винчи: воспоминание детства. Москва : Рудомино, 1991. 64 с.
8. Рыбников Н.А. Биографический метод в психологии. *Развитие личности*. 2010. № 2. С. 230–143.
9. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. Москва : Наука, 1977. 380 с.
10. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Москва : Педагогика, 1983. Т. 3. 365 с.
11. Логинова Н.А. Биографический метод в свете идей Б.Г. Ананьева. *Вопросы психологии*. 1986. № 5. 104–113.
12. Кроник А.А. Lifeline и другие. Новые методы психологии жизненного пути. Москва : Прогресс, 1993. 230 с.
13. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. Киев : Наукова думка, 1984. 209 с.
14. Кроник А.А., Ахмеров Р.А. Каузометрия. Москва : Смысл, 2003. 306 с.
15. Madge J. The tools of Social Science. N.Y., 1965. 362 p.
16. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности. Алматы : Казак университет, 2001. 172 с.
17. Логинова Н.А. Некоторые итоги развития биографического метода психологии в XX веке. *Методология и история психологии*. 2006. Том 1. Выпуск 2. С. 67–81.

#### **Dudal N.N. THE BIOGRAPHICAL METHOD IN PSYCHOLOGY: MAIN CHARACTERISTICS AND FEATURES**

*Two research approaches are traditionally used in psychological science: nomothetic and idiographic. Nomothetic (translated from Greek - to establish the law) is applied in traditional experimental researches and reveals general patterns and their variations. Idiographic (translated from the Greek – describing originality, peculiarities) is applied in the study of individuality, the purpose of which is to describe the characteristics of a particular person. The uniqueness of the biographical method lies in the fact that, if used correctly and based on the objectives of the study, it can be implemented in both cognition methods.*

*The main content of the research is the analysis of the main studies devoted to the biographical method.*

*The purpose of defining the content of the concept “biographical method” is realized, the main approaches to this method in modern psychology, as well as options and features of its application are highlighted. In the narrowest sense, the biographical method is understood as the usage of reference and biographical literature for data collection. This concept is also used to denote the technique and source of obtaining information for the purpose of further reconstruction of a person's life path or for realization of other tasks, for example, psychotherapeutic ones. And finally, in its broadest sense, this concept is used as a special conceptual approach based on the idea that the individual is an active subject of his life path and can be analyzed only through the history of its formation and development.*

*The article highlights and describes the main options for implementing the biographical method, their characteristic features, strengths and weaknesses. The article describes the principles of implementation of the biographical method presented in the studies of N.A. Loginova.*

*Considerable attention is paid to the methodological recommendations that must be taken into account when applying the biographical method. Ways to increase credibility, validity, reliability and scientific character of the biographical method are suggested.*

*This article will be interesting to specialists working in the field of the history of psychology, general psychology, developmental psychology, social psychology, personology, and historiography.*

**Key words:** *autobiography, biography, ideographic study, content analysis, causometry, personal documents, validity, reliability, credibility.*

## СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 159.9.072.43

DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/03>

*Дончев Ф.А.*

Житомирський державний університет імені Івана Франка

### ОСОБЛИВОСТІ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТРАНСГУМАНІСТІВ, ЯКІ ВЖИВАЮТЬ ПСИХОДЕЛІЧНІ ЗАСОБИ

*У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження проблеми Я-концепції в контексті трансгуманістів, які вживають психоделічні засоби. Головний аспект Я-концепції трансгуманістів, які вживають такі засоби, розуміється як складний і багатовимірний конструкт, що включає набір особистісних компонент. Розглядаються результати досліджень про особливості Я-концепції трансгуманістів, схильних до вживання таких засобів. Я-концепція розуміється як система усвідомлених і стійких уявлень індивіда про себе. Її диференціювання відбувається крізь призму цінностей суб'єкта, а також смисложиттєвих орієнтацій. В емпіричному дослідженні взяли участь 100 респондентів: 50 осіб експериментальної та 50 осіб контрольної групи. Виявлені відмінності як у системі цінностей, так і в системі смисложиттєвих орієнтацій. Визначено особливості поведінки трансгуманістів, які вживають психоделічні засоби. У дослідженні описано різні профілі Я-концепції та подано їх порівняння. Виявлено вплив зловживання психоделічними засобами на структуру Я-концепції. Ієрархія системи ціннісних орієнтацій респондентів експериментальної групи змінюється таким чином, що на перший план виходять цінності, які в тій чи іншій мірі зумовлені потягом до препаратів і пов'язаними з цим потягом цілями, завданнями, інтересами і засобами задоволення потреби в зміні свідомості. За результатами, отриманими в ході дослідження, можна дійти висновку стосовно того, що існують наочні відмінності в Я-концепції трансгуманістів, які схильні до вживання психоделічних засобів, і здорових людей. Відповідно до цього групова ієрархія цінностей у разі зловживання таким набором препаратів може характеризуватись явною орієнтацією на нижчі рівні загальної ціннісної системи суб'єкта, зниженням мотиваційного компонента діяльності, вітальні потреби виходять на перший план. Аналіз уявлень про реалізованість тих чи інших життєвих цінностей свідчить про некритичність їхнього самосприймання: зокрема, досліджувані схильні вважати себе здоровими, вільними у виборі життєвої стратегії, відповідальними, чесними, чуйними, акуратними та охайними. Також у респондентів експериментальної групи спостерігається високий рівень стресу і тривожності, що виявляється в напруженості, почутті страху, тривоги і хвилювання. Їхня поведінка характеризується суб'єктивними переживаннями, занепокоєнням і нервозністю.*

**Ключові слова:** психоделічні засоби, Я-концепція, трансгуманісти, ціннісні орієнтації, компоненти Я-концепції.

**Постановка проблеми.** Сьогодні вживання психоделічних засобів є одним з атрибутів самопрезентації для тих прошарків населення, які ідентифікують себе як творчих, креативних, прогресивних особистостей. Доступність окремих психоделічних засобів (мескалін, псилоцибін, ЛСД) у поєднанні з психологічною напруженістю та неорганізованістю дозвілля сприяють зростанню популярності цих препаратів та їх вживанню серед населення. Варто зазначити, що під категорією «психоделічні препарати» відповідно до норм FDA розуміються ті препарати, які викли-

кають зміну психічного стану, проте не викликають залежності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ієрархія системи ціннісних орієнтацій змінюється таким чином, що на перший план виходять цінності, які зумовлені потягом до препаратів і пов'язаними з цим цілями, завданнями, інтересами і засобами задоволення потреби в зміні свідомості [6]. Теоретико-методологічною основою дослідження стали принципи детермінізму, принцип єдності свідомості та діяльності, принцип розвитку, а також теоретичні поло-

ження, сформульовані в працях Б.Г. Ананьєва, Р. Бернса, Б.С. Братуся, Б.В. Зейгарник, І.С. Кона, Ч. Кулі, О.М. Леонтєва, Дж. Міда, А.А. Портнова, С.Л. Рубінштейна, В.В. Столина, Е. Еріксона. Інструментальною базою дослідження стали такі психодіагностичні методики: «Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д.О. Леонтєва, «Методика вивчення ціннісних орієнтацій» М. Рокича, колірний тест М. Люшера в інтерпретації Г.А. Амінева, психографічний тест В.Г. Леонтєва. У ході психодіагностичного дослідження для виявлення домінуючої спрямованості ціннісних орієнтацій використовувалася «Методика вивчення ціннісних орієнтацій» М. Рокича [5].

**Постановка завдання.** Метою дослідження є вивчення Я-концепції людей, котрі схильні до зловживання психоделічними препаратами, а саме ціннісно-сміслових орієнтацій і мотиваційної сфери. Ми припускаємо, що існують відмінності в Я-концепції трансгуманістів, які зловживають цими препаратами, та пересічними людьми, які не вживають ці препарати. Відмінності простежуються в мотиваційній сфері, а також у системах ціннісно-змістових орієнтацій. Феномен Я-концепції остаточно не вивчений і потребує уточнень. Існують об'єктивні підстави вважати, що порушення самосвідомості та самооцінки є одним із центральних місць у структурі особистісних порушень людей, які зловживають психоделічними препаратами. Свочасне виявлення порушень Я-концепції таких людей дозволить провести їх корекцію, що допоможе вирішити інтрапсихічні конфлікти і створить сприятливе підґрунтя для тривалої ремісії.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Пристрасть до психоделічних препаратів впливає на ціннісні орієнтації, мотиваційну структуру, систему взаємовідносин з оточуючими, позицію і статус у великих і малих соціальних групах та на інші соціально-психологічні характеристики, що визначають спосіб життя особистості в суспільстві. В осіб, які довгостроково приймають психоделічні препарати, змінюється як система ціннісних орієнтацій, так і загальна спрямованість особистості. Зміни відбуваються в матеріальній, економічній, правовій, моральній, етичній, духовній, політичній та інших системах цінностей.

У разі зловживання психоделічними засобами відбуваються помітні порушення в самооцінці, яка є одним із найважливіших компонентів системи Я-концепції особистості. Самооцінка трансгуманістів, які схильні до вживання психоделічних препаратів, страждає втратою пластичності,

гнучкості, адаптивності; вона нерідко неадекватно завищується або знижується, при цьому нормативні критерії високої самооцінки перебільшено ігноруються, і замість них виступають ті критерії, які панують у згаданих вище асоціальних групах, орієнтованих на зловживання психоделічними препаратами. Часто неадекватно підвищується рівень домагань, розвивається маніпулятивна поведінка, має місце зниження здатності перебудувати свої відносини у зв'язку з реальними обставинами, що змінюються, й узгодити особисті претензії до змінених, нерідко значно знижених можливостей. Слід наголосити, що неадекватна самооцінка в осіб, які зловживають психоделічними препаратами, важко піддається психологічній корекції [1], особливо в стадії ремісії, коли суб'єкт після перенесених загострень потрапляє у звичайне соціальне середовище (на роботу, в родину). Тоді відзначаються такі розлади, як псевдоаутичність, замкнутість, труднощі відновлення тісних контактів із тими соціальними групами, в яких особа перебувала раніше.

У разі зловживання психоделічними препаратами спотворюється весь життєвий шлях особистості. Особливо часто це спостерігається в тих випадках, коли згубна звичка глибоко вкоренилася і лікувально-профілактичні заходи не призводять до тривалої перерви між рецидивами. Порушення спрямованості особистості в разі зловживання препаратами тим більше небезпечні, що саме ця характеристика особи, як відомо, є системоутворювальним фактором для всієї структури особистості.

Проблема доступності психоделічних препаратів та їх популяризація серед неформальних субкультур і креативних груп, кількість яких зростає і далі, роблять натепер цю проблему особливо актуальною.

Практична значимість роботи полягає в тому, що сформульовані висновки можуть бути використані для вирішення практичних завдань у галузі загальної та клінічної (медичної) психології. Інформація, представлена в цій статті, може виявитися цікавою, пізнавальною і корисною для студентів, психологів і лікарів.

У дослідженні взяло участь 50 трансгуманістів у віці 18–60 років, які протягом останнього року стабільно вживають психоделічні препарати та які перебували чи знаходяться на лікуванні в наркологічному диспансері. Серед них 25 чоловіків і 25 жінок. Контрольну вибірку склали 50 осіб віком 18–60 років (25 чоловіків і 25 жінок), які не вважають себе трансгуманістами і не вживають психоделічні препарати.

Для перевірки значущості отриманих результатів ми застосували критерій  $\chi^2$  – Пірсона. Отримані результати дозволяють говорити про зміну ціннісної ієрархії у трансгуманістів, що зловживали психоделічними препаратами:  $\text{Chi-Square} = 38,35$   $\text{df} = 17$ ,  $p < ,001$ . Це свідчить про те, що відмінності між розподілами ознак у контрольній та експериментальній групах статистично значущі на 0,1% рівні достовірності.

Інтерпретуючи отримані результати, слід зазначити, що у пересічних людей основними цінностями-цілями є здоров'я, наявність хороших і вірних друзів, свобода, впевненість у собі й любов; а цінності-засоби, які вони використовують для досягнення цих цілей, – вихованість, чесність, самоконтроль, тверда воля і життєрадісність. Це свідчить про те, що найбільшою цінністю для них є їхні потреби та інтереси. Для них важливо бути здоровими (як фізично, так і психічно), мати улюблене заняття, розвиватися: постійно працювати над собою, вдосконалюватися, мати хороших і вірних друзів, духовну і фізичну близькість із партнером. Також для них важлива впевненість у собі, тобто внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів. Вибрані інструментальні цінності вказують на те, що для контрольної групи важливі хороші манери, щирість, самодисципліна, стриманість, почуття гумору, вміння настояти на своєму, не відступати перед труднощами.

У трансгуманістів, які зловживають психоделічними препаратами, основними цінностями-цілями є здоров'я, цікава робота, наявність хороших і вірних друзів, любов і щасливе сімейне життя, а цінності-засоби, які вони використовують для досягнення цілей – це акуратність, вихованість, чесність, відповідальність і старанність. Отримані дані вказують на те, що для таких трансгуманістів здоров'я має найбільш важливу цінність. Також для них важлива наявність цікавої роботи, любові, їм необхідна духовна і фізична близькість, емоційна підтримка. Для них важлива наявність друзів, вони потребують суспільства, бажають бути значущими. Для таких людей важливі акуратність, вміння утримувати речі в порядку, хороші манери, щирість, вміння тримати своє слово.

Цінності пізнання, творчості, краси природи і мистецтва, щастя інших і розваги займають в ієрархії здорових людей останні місця. Це свідчить про те, що в середньому по вибірці не є домінуючою потреба у творчій діяльності і приємне, необтяжливе проведення часу. Вони толерантно

ставляться до власних недоліків і недоліків інших. Найменш важливими цінностями трансгуманістів із такою залежністю є краса природи і мистецтва, пізнання, розваги, щастя інших і творчість.

Це може вказувати на те, що для респондентів не так важлива повнота та емоційна насиченість життя, можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуального розвитку. За явного зниження значущості цих вищих термінальних цінностей-цілей трансгуманісти, пристрасні до психоделічних препаратів, одночасно декларують значущість акуратності, вихованості, чесності й старанності, тобто соціально схвалюваних інструментальних цінностей. Важливим є те, що для них не такі важливі чуйність, раціоналізм, широта поглядів. Вони не можуть зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички. Їм не так важливо діяти самостійно, рішуче, настояти на своєму і не відступати перед труднощами.

Середньогрупова ієрархія цінностей у разі хронічного зловживання психоделічними препаратами характеризується явною орієнтацією на конкретні життєві цінності, зниженням мотиваційного компонента діяльності, вітальні потреби виходять на перший план. Аналіз уявлень про реалізованість тих чи інших життєвих цінностей свідчить про некритичність їхнього самосприйняття. Зокрема, досліджувані схильні вважати себе здоровими, вільними у виборі життєвої стратегії, відповідальними, чесними, чуйними, акуратними та охайними. Таким чином, можна говорити про характерне «зниження», тобто про зворотній розвиток ціннісної сфери особистості в разі зловживання психоделічними препаратами, що проявляється у формуванні орієнтації на нижчі рівні ціннісної системи. Таке «зниження» аналогічно описаному Б.С. Братусем поступового «сповзання» від вище розташованого до нижче розташованого ступеня смислової сфери, від «просоціального» до «вузько-групоцентричного» і далі до «вузько-егоцентричного» рівня системи особистісних смислів [3]. Смісложиттєві орієнтації нами було досліджено за допомогою методики «Тест смісложиттєвих орієнтацій» Д.О. Леонтьєва [5]. Наочно отримані результати представлені на рис. 1.

Виявлено достовірні відмінності в групах за шкалами «цілі в житті» ( $t_{\text{емп}} = 7,5$ ;  $p \leq 0,01$ ), «процес життя» ( $t_{\text{емп}} = 8,9$ ;  $p \leq 0,01$ ), «результативність життя» ( $t_{\text{емп}} = 4,8$ ;  $p \leq 0,01$ ), «локус контролю – я» ( $t_{\text{емп}} = 7,6$ ;  $p \leq 0,01$ ), «локус контролю – життя» ( $t_{\text{емп}} = 4,5$ ;  $p \leq 0,01$ ).



За результатами дослідження виявлено, що більшість трансгуманістів, які зловживають психоделічними засобами, вирізняються незадоволеністю прожитою частиною життя, а також і зрозумілою незадоволеністю своїм життям у цей час. Однак при цьому вони характеризуються браком осмислених цілей щодо його зміни в майбутньому. Це пов'язано з невірою у власну спроможність контролювати події свого життя і з переконаністю в безглуздість свідомого контролю над ним (шкали «локус контролю – я» і «локус контролю – життя»). Для визначення емоційного та мотиваційного стану респондентів, рівня їхньої активності, цілеспрямованості, домінуючих потреб та установок нами використаний колірний тест М. Люшера [2]. Отримані результати відображено в табл. 1.

Низький рівень гетерономності у респондентів контрольної групи свідчить про вираженість їхньої автономності, активності, ініціативності,

прагнення до успіху, домінування, самоствердження особистості. Отримані високі показники цього коефіцієнта у трансгуманістів, що зловживають препаратами, вказують на пасивність, схильність до залежного положення від оточуючих, спонтанності поведінки, сензитивності.

Ці особливості проявляються в підвищеній чутливості до подій, що відбуваються з ними. Такі люди мають підвищену тривожність, страх різноманітних випробувань. Їм властиві боязкість, уразливість, схильність до тривалого переживання минулих або майбутніх подій, почуття власної недостатності, занижений рівень домагань.

Також контрольна та експериментальна групи розрізняються за показником концентричності. У пересічних респондентів був відзначений низький рівень концентричності, який виказує ексцентричність суб'єкта. Іншими словами, це зацікавленість оточенням як об'єктом впливу або джерелом

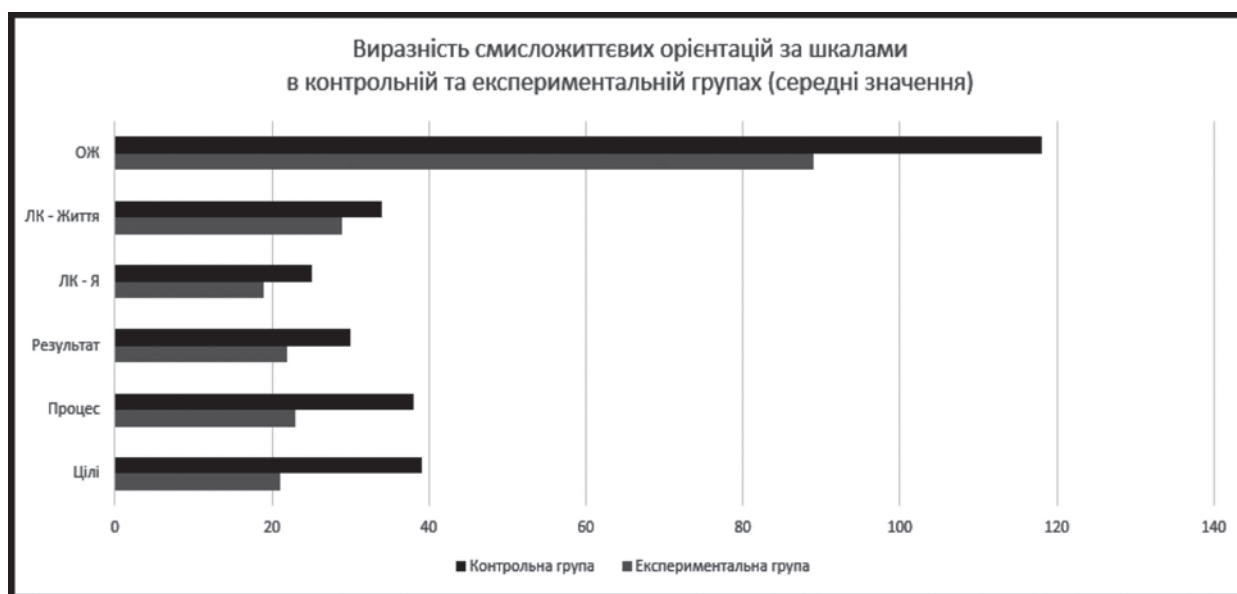


Рис. 1. Виразність смисложиттєвих орієнтацій за шкалами в контрольній та експериментальній групах (середні значення)

Таблиця 1

Показники тесту Люшера в контрольній та експериментальній групах

Коефіцієнти	Контрольна група	Експериментальна група	T-критерій	Зона значимості
Гетерономність	-0,7	0,4	3,1	$p \leq 0,01$
Концентричність	-0,1	0,5	2,8	$p \leq 0,01$
Баланс особистісних властивостей	1,2	2,7	3,4	$p \leq 0,01$
Баланс автономний	4	3	1,7	$p \leq 0,05$
Працездатність	18	18	0,4	$p \leq 0,05$
Стресовий стан	10	17	2,1	$p \leq 0,05$
Тривожність	17	41	3,4	$p \leq 0,01$

отримання допомоги. В осіб із пристрастю до психоделічних препаратів отримано високі значення цього показника.

Це свідчить про те, що випробовувані концентричні й зосереджені лише на своїх проблемах. Ці відмінності у прояві концентричності в контрольній та експериментальній групах статистично достовірні. Отримане емпіричне значення  $t_{\text{емп}} = 2,8$  знаходиться в зоні значущості ( $p \leq 0,01$ ).

Високі значення показників шкали «баланс автономний» отримано в обох групах випробовуваних, але у пересічних показники вище, ніж у контрольній групі. Це свідчить про те, що у таких людей спостерігається домінування тону симпатичної нервової системи, катаболічних обмінних процесів, тобто мобілізація всіх функцій і підготовка до активного захисту або втечі в ситуаціях небезпеки. Як у контрольній, так і в експериментальній групах отримано високий рівень працездатності. Це говорить про те, що ці люди вміють швидко включитися в роботу і виконувати її якнайкраще. У них активна життєва позиція, вони відповідально беруться за доручену справу.

Але слід зазначити, що для підтримки високої працездатності важлива наявність вольових якостей, цілеспрямованості, мотивації, а вказані характеристики в контрольній групі нижчі, ніж у здорових респондентів.

Отримано високі показники за шкалою «стресовий стан» в експериментальній групі. Це свідчить про те, що випробовувані перебувають у психічній напрузі, в ситуації стресу, не відчувають безпеки. Вони не здатні постійно підтримувати взаємини в бажаному стані, а також небажані обмеження з боку оточуючих. Можна припустити, що цьому сприяє проходження лікування в наркологічному диспансері. У контрольній групі показники за цією шкалою перебувають у межах норми. Отримане емпіричне значення  $t_{\text{емп}} = 2,1$  знаходиться в зоні невизначеності ( $p \leq 0,05$ ).

У респондентів експериментальної групи спостерігається високий рівень тривожності, що виражається в напруженості, почутті страху, тривоги та хвилювання. Їхня поведінка характеризується суб'єктивними переживаннями, занепокоєнням і нервозністю, яка може виникати у відповідь на стресову ситуацію. Такі досліджувані схильні сприймати загрозу своїй самооцінці та реагувати напруженим станом тривоги.

Середній рівень тривожності відзначений у контрольній групі. Це свідчить про природні особливості активної діяльності здорових людей.

Таким чином, ми можемо стверджувати, що виявлено достовірні відмінності за цією шкалою.

Отримане емпіричне значення  $t_{\text{емп}} = 3,4$  знаходиться в зоні значущості ( $p \leq 0,01$ ). Також для вимірювання мотивації нами використаний психографічний тест, розроблений В.Г. Леонт'євим [4]. Мотиви, спрямовані на здоров'я, роботу, сім'ю і досягнення успіху, в контрольній групі є стійкими. Більшість прагнень до цих параметрів прийшло зі сфери низької активності та спрямовано у сферу високої активності. Прагнення до досягнення успіху динамічне і має тенденцію розвитку. Прагнення до роботи перебуває в потенційному стані, тобто виявляється в недостатній активності в реалізації свого прагнення до діяльності.

В експериментальній групі в більш сприятливому становищі знаходиться прагнення до одужання. Зі споглядального, досить пасивного це прагнення поступово перетворюється в активне, дієве. Воно ще не перетворилося на таке, а існує як щойно намічена тенденція. Деяко по-іншому характеризується мотивація до роботи. Прагнення до цього мотиву прийшло зі сфери високої активності, але воно спрямовано до початку вихідної точки.

Цікаві мотиваційні характеристики виражені експериментальною групою в психографічному тесті щодо досягнення успіху. Прагнення до цього показника прийшло зі споглядальної сфери. Мотивація проявляється у вигляді бажання, але вона пасивна. У респондентів експериментальної групи є потенціал до роботи, але він не розвивається, оскільки випробовувані вважають, що досить продуктивно працюють. Прагнення до сім'ї перебуває у просторі падіння рівня мотивації, її розпаду. Мотивація щодо сім'ї має малу дієвість, активність. Виявлено достовірні відмінності в мотиваційній сфері в контрольній та експериментальній групах за силою ( $t_{\text{емп}} = 3,9$ ;  $p \leq 0,01$ ) і стійкістю ( $t_{\text{емп}} = 3,5$ ;  $p \leq 0,01$ ) мотивації. Відмінності, отримані за рівнем спонукання мотивації ( $t_{\text{емп}} = 2,3$ ;  $p \leq 0,05$ ), перебувають у зоні невизначеності.

За результатами дослідження встановлено, що трансгуманісти, які постійно вживають психоделічні препарати, мають зміни в ціннісно-смысловій і мотиваційній сферах. Мотивація таких трансгуманістів слабка, нестійка, пасивна, має малу дієвість та активність. Результати дослідження смисложиттєвих орієнтацій показали, що трансгуманісти з прихильністю до вживання психоделічних препаратів відрізняються явною незадоволеністю прожитою частиною життя, а також закономірною незадоволеністю своїм життям у цей час. Однак

при цьому вони характеризуються браком осмислених цілей щодо його зміни в майбутньому.

**Висновки.** На підставі проведеного дослідження можна зробити висновок про те, що існують відмінності в Я-концепції трансгуманістів, які вживають психоделічні засоби, і здорових людей, а саме: групова ієрархія цінностей у разі зловживання препаратами характеризується явною орієнтацією на нижчі рівні ціннісної системи, зниженням мотиваційного компонента діяльності, вітальні потреби виходять на перший план. Аналіз уявлень про реалізованість тих чи інших життєвих цінностей свідчить про некритичність

їхнього самосприйняття. Зокрема, досліджувані схильні вважати себе здоровими, вільними у виборі життєвої стратегії, відповідальними, чесними, чуйними, акуратними й охайними тощо. Також у респондентів експериментальної групи спостерігається високий рівень стресу і тривожності, що виражається в напруженості, почутті страху, тривоги і хвилювання. Їхня поведінка характеризується суб'єктивними переживаннями, занепокоєнням та нервозністю.

Це дослідження не є остаточним та відкриває нові можливості для більш поглибленого вивчення специфіки Я-концепції.

#### Список літератури:

1. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства. Москва : Просвещение, 2007. 251 с.
2. Аминев Г.А. Инструкция и интерпретация восьмицветового теста на основе математической обработки. *Математические методы инженерной психологии*. 2010. № 3. С. 19–24.
3. Братусь Б.С. Психологический анализ изменений личности при злоупотреблении сильнодействующими препаратами. Москва : Изд-во МГУ, 2009. 547 с.
4. Леонтьев В.Г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования. Новосибирск : Новосиб. полиграфкомбинат, 2002. 264 с.
5. Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентаций. Москва : Просвещение, 2006. 145 с.
6. Паюшина М.Н. Проявление психологических особенностей личности юношества в результате длительности употребления наркотических веществ. *Социальная политика и социология*. 2006. № 3. С. 72–78.

#### Donchev F.A. PECULIARITIES OF THE SELF-CONCEPT OF TRANSHUMANISTS WHICH USE PSYCHODELIC DRUGS

*The article presents the results of a theoretical and empirical study of the problem of self-concept in the context of transhumanists who use psychedelic drugs. The main aspect of the self-concept of transhumanists who use such means is understood as a complex and multidimensional construct that includes a set of personality components. The results of research on the features of the self-concept of transhumanists who are inclined to use such means are considered. Self-concept is understood as a system of conscious and stable representations of the individual about himself. Its differentiation occurs through the prism of the subject's values, as well as semantic life orientations. The empirical study involved 100 respondents: 50 experimental and 50 control groups. The revealed differences both in the value system and in the system of semantic life orientations. The features of the behavior of transhumanists who use psychedelic drugs have been determined. The study describes the different self-concept profiles and compares them. The influence of abuse of psychedelic drugs on the structure of the self-concept is revealed. The hierarchy of the system of value orientations of the respondents in the experimental group changes in such a way that the values that are, to one degree or another, conditioned by the desire to take medications and the goals, tasks, interests and means of satisfying the need for a change in consciousness associated with these aspirations, come to the fore. According to the results obtained in the course of the study, one can approach the statement of the conclusion that there are clear differences in the self-concept of transhumanists, who are prone to using psychedelic drugs, and healthy people. In accordance with this, the group hierarchy of values in the abuse of such a set of drugs, respectively, can be characterized by a clear orientation towards lower levels of the subject's general value system, a decrease in the motivational component of activity, and vital needs come to the fore. An analysis of ideas about the reliability of certain life values testifies to the uncritically of their self-perception – for example, the subjects are inclined to consider themselves healthy, free in choosing a life strategy, responsible, honest, responsive, neat and tidy. Also, the respondents of the experimental group have a high level of stress and anxiety, which is expressed in tension, feelings of fear, anxiety and excitement. Their behavior is characterized by subjective feelings, anxiety and nervousness.*

**Key words:** *psychedelic drugs, self-concept, transhumanists, value orientations, components of self-concept.*

**Дроздова М.А.**

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

## ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ УЯВЛЕНЬ МОЛОДІ ПРО БЛАГОПОЛУЧЧЯ НА РІЗНИХ СОЦІАЛЬНИХ РІВНЯХ

*У статті розглядається феномен соціальних уявлень молоді про благополуччя. Описуються результати авторського емпіричного онлайн-дослідження, проведеного серед студентів м. Чернігова (n=226) у червні 2021 р. Його метою було з'ясування психосемантичної специфіки соціальних уявлень про благополуччя на різних соціальних рівнях (людина – сім'я – місто – країна) і встановлення зв'язку між ними. У дослідженні використано асоціативний тест (зі стимулами: «благополучна людина», «благополучна сім'я», «благополучне місто», «благополучна країна») і метод шкалювання (оцінка благополуччя власного Я, сім'ї, міста, країни). Шляхом контент-аналізу отриманих асоціацій виокремлювалися смислові категорії з найбільшою частотою, які тлумачилися як соціальні уявлення. Стосовно поняття «Благополучна людина» виділені смислові групи: «Людина з певними особистісними особливостями»; «Щаслива людина»; «Здорова людина»; «Матеріально забезпечена людина». Поняття «Благополучна сім'я» представлено смисловими категоріями: «Позитивний соціально-психологічний клімат» (що включала підкатегорії: «Любов, дружба, повага»; «Взаєморозуміння, взаємодопомога та взаємопідтримка»; «Мир та злагода») і «Щастя та позитивні емоції». Поняття «Благополучне місто» знайшло відображення в смислових групах: «Чисте, красиве місто»; «Безпека та комфорт»; «Розвинуте місто»; «Робота й матеріальний добробут»; «Особливі мешканці міста». Щодо поняття «Благополучна країна» виокремлені категорії: «Соціально-економічна розвиненість»; «Ефективна влада та політика»; «Громадяни». Виявлено, що в оцінюванні благополуччя на рівнях Я – сім'я – місто – країна відсутні статеві відмінності. Натомість встановлено зворотний зв'язок між віком та оцінками благополуччя власної країни. Оцінка власного благополуччя пов'язана з оцінками благополуччя своїх сім'ї, міста, країни.*

**Ключові слова:** соціальні уявлення, молодь, благополуччя, благополучна людина, благополучна сім'я, благополучне місто, благополучна країна.

**Постановка проблеми.** У бурхливому ХХІ ст. проблема психологічного благополуччя є особливо актуальною. Незважаючи на прагнення всіх людей до благополуччя, останнє багато в чому є суб'єктивним поняттям (що, наприклад, знайшло відображення у відомому терміні «суб'єктивне благополуччя»). Саме тому, на наш погляд, виникає потреба в дослідженні соціальних уявлень про цей феномен. А оскільки життя людини відбувається на різних соціальних рівнях (від внутрішньоособистісного до макросоціального), доречним видається вивчення соціальних уявлень саме на цих рівнях, особливостей їхньої семантики та взаємозв'язку.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У вітчизняній та зарубіжній психології вже існують окремі напрацювання з даної проблематики, зокрема про благополуччя особистості та держав. Так, було з'ясовано, що уявлення про суб'єктивне благополуччя зумовлені рівнем його вираженості в особистості. Наприклад, люди з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя уявляють бла-

гополучну людину доброю, впевненою в собі, життєрадісною; такою, що слідкує і піклується про власне здоров'я, має міцну і благополучну сім'ю, займається саморозвитком і прагне бути значущою для близьких. Респонденти із середнім рівнем суб'єктивного благополуччя вважають, що для благополучної людини важливо отримати освіту, яка дозволить їй мати хороший матеріальний достаток і спілкуватися з друзями. Нарешті, особи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя благополучну людину описують як успішну й позитивну, що повинна постійно займатися саморозвитком і мати гарну роботу [2]. У дослідженні О. Машарської була визначена крос-культурна специфіка буденних уявлень про благополуччя. Зокрема, структура уявлень про благополуччя російських студентів утворена такими факторами, як: сфера сімейного життя; сфера навчання (освіти); власний престиж; альтруїзм; задоволеність стосунками з друзями, проведенням дозвілля та теперішнім; оптимізм; гроші; духовне задоволення. До структури уявлень про благополуччя

американських студентів увійшли фактори: збереження індивідуальності; фізичне та психічне здоров'я; проведення дозвілля; матеріальне становище; сфера сімейного життя; трудова діяльність; оптимізм; стосунки з друзями. Структуру уявлень щодо благополуччя білоруських студентів утворили: сфера професійного життя; матеріальне становище; стосунки з друзями; стан здоров'я; місце в суспільстві; духовне задоволення; альтруїзм; сфера навчання та освіти; оптимізм; проведення дозвілля; саморозвиток; задоволеність минулим [4]. О. Вернік і О. Павленко виявили трифакторну модель уявлень про благополуччя серед вітчизняної студентської молоді, що включала компоненти «задоволеності», «комфортності» та «правильності» власного життя [1].

Соціально-психологічні аспекти уявлень про благополуччя різних країн досліджувалися О. Дроздовим у контексті феномену масової геополітичної свідомості. З'ясувалося, що політико-економічна розвиненість/благополуччя є основним (найзначущім) критерієм категоризації геополітичних акторів і, відповідно, одним із базових конструктів буденних геополітичних ментальних карт українців. Також виявлено феномен ідеалізації низки країн світу (передусім західних) з точки зору їхнього благополуччя [3]. Натомість у вітчизняній психології бракує досліджень соціальних уявлень про благополуччя на інших соціальних (мікро- та мезо-) рівнях, а також їхнього зв'язку.

**Постановка завдання.** Відповідно, метою авторського дослідження стало виявлення психосемантичних особливостей соціальних уявлень студентської молоді про благополуччя на різних соціальних рівнях (людина – сім'я – місто – країна) і встановлення зв'язку між ними.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вибірку утворили 226 студентів Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка (85% – жінки, 15% – чоловіки). Переважання дівчат пояснюється фаховою спрямованістю респондентів, більшість із яких були студентами спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота» та «Філологія». Онлайн-анкета складалася із двох завдань. У першому (асоціативний тест) потрібно було підібрати по одній або по декілька асоціацій до понять: «*благополучна людина*», «*благополучна сім'я*», «*благополучне місто*», «*благополучна країна*». Виділені шляхом контент-аналізу смислові групи відповідей (із частотою не менше 10%) розглядалися нами як соціальні уявлення. Друге завдання передбачало суб'єктивне оці-

нювання (за 10-бальною шкалою) благополуччя власного Я / своєї сім'ї / ... міста / ... країни. Статистична обробка кількісних даних здійснювалася за допомогою програми SPSS v23. Дослідження проводилося в червні 2021 р.

Проаналізуємо результати, отримані за першим завданням.

**«БЛАГОПОЛУЧНА ЛЮДИНА».** Щодо цього поняття було отримано 366 асоціацій, більшість із яких утворили чотири основні смислові групи. Перша («*Людина з певними особистісними особливостями*», 30,9%) включала різні характеристики, які ми віднесли до таких підгруп: гармонійна («*гармонійна*», «*гармонія*», «*та, що знаходиться в гармонії з собою та світом*», «*душевний спокій*», «*людина, яка знайшла себе в житті, своє покликання та місце*» тощо); спрямована на розвиток («*самореалізована*», «*шукає себе або знайшла*», «*постійно займається саморозвитком*», «*інтелектуально та духовно розвинена*» тощо); інтелектуальні особливості та здібності («*розумна*», «*освічена*», «*різностороння*», «*не живе за шаблонами й зразками; в її житті обов'язково є місце для творчості в будь-якому її прояві*», «*вміння*» тощо); комунікативні та морально-етичні риси («*добра*», «*тактовна*», «*толерантна*», «*вихована*», «*чуйна*», «*щира*», «*привітна*», «*справедлива*», «*з високими моральними якостями*» та ін.). Отже, згідно з опитаними, щоб вважатися благополучною, людині потрібно перебувати в гармонії з собою та світом, реалізуватися в житті й мати необхідні для цього інтелектуальні, комунікативні та морально-етичні характеристики. Напевно, ці властивості, на думку респондентів, дозволяють почуватися комфортно, затишно (на самоті й у соціумі), самодостатньо, тобто господарем власного життя.

Другу смислову групу («*Щаслива людина*», 23,5%) утворили асоціації «*щаслива (людина)*», «*щастя*», «*задоволена життям*», «*радісна*» та ін.). Такі уявлення, мабуть, закономірні, оскільки уособлюють існуючий стереотип: людина, в якій все добре, яка користується певними благами, є щасливою.

До третьої групи («*Здорова людина*», 16,9%) увійшли відповіді: «*здорова*», «*здоров'я*», «*фізично здорова*», «*психічно здорова*», «*адекватна*», «*без шкідливих звичок*» тощо). Люди завжди цінували здоров'я. Та в умовах коронавірусної пандемії воно є актуальним для осіб будь-якого віку. Мабуть, саме тому частині респондентів благополучна людина уявляється здоровою.

Нарешті, четверта група («*Матеріально забезпечена людина*», 10,7%) вміщувала такі асоціації:

«гроші», «багата», «забезпечена», «матеріальна забезпеченість», «має будинок, де жити», «достаток», «зі стабільним прибутком», «має їжу та житло» тощо. Як бачимо, частина респондентів благополуччя людини пов'язує з матеріальним добробутом. Зважаючи на складну економічну ситуацію в Україні, це видається логічним.

На рівні тенденції ми виділили смислову категорію «**Має близькі стосунки**» (6,3%), куди були долучені асоціації на зразок: «сімейна людина», «сім'я», «любов», «кохана», «успішна в особистому житті», «батько», «мама», «з повної сім'ї». Дивним видається те, що таких асоціацій замало. Виходить, наявність близьких стосунків робить людину благополучною лише в уявленні невеликої кількості досліджуваних. Навіть матеріальні цінності важать більше, ніж сімейні. На наш погляд, це частково продиктовано поширенням серед сучасної молоді західних індивідуалістичних стереотипів, за якими життєві успіх та благополуччя пов'язані передусім із власним «Я».

**«БЛАГОПОЛУЧНА СІМ'Я».** Більшість з отриманих 396-ти асоціацій ми розподілили за двома основними смисловими групами. У першій («**Позитивний соціально-психологічний клімат**», 50,5% відповідей) було виділено кілька підкатегорій. Це: «Любов, дружба, повага» (15,7%), яка містила асоціації типу: «любов», «любляча», «кохання», «дружба», «дружня», «взаємоповага», «повага»; «Взаєморозуміння, взаємодопомога та взаємопідтримка» (14,6%; «взаєморозуміння», «розуміння», «порозуміння», «взаємодопомога», «підтримка», «взаємопідтримка» тощо); «Мир та злагода» (11,1%; «мир», «злагода», «спокій», «гармонійна», «без сварок», «не має фізичного та психічного насильства»; «конфлікти розв'язуються» та ін.). Також сюди було віднесено асоціації, які не ввійшли до жодної підгрупи, але стосувалися різних (загальних) аспектів позитивного психологічного клімату (9,1%), як-от: «довіра», «міцна», «із сімейними традиціями», «відданість», «повна щирості», «де кожен цінує один одного», «родина, де панує приємна атмосфера», «з гарними психологічними умовами життя», «нерозлучність», «згуртована», «проводять час разом». Отже, для багатьох представників опитаної молоді найвагомішим критерієм оцінки рівня благополуччя сім'ї є позитивна психологічна внутрішньосімейна атмосфера. А оскільки вона не в останню чергу залежить від суб'єктивних чинників (особистісних особливостей членів сім'ї), припускаємо, що молодь вбачає в тому числі й себе відповідальною за благополуччя власної родини.

Другу категорію («**Щастя та позитивні емоції**», 13,4%) утворили асоціації: «щаслива», «щаслива сім'я», «щастя», «радість», «сміх», «радість та сміх за столом», «веселоці», «щира посмішка», «сім'я, що задоволена» тощо. Тобто частина опитаних переконана, що атрибутом сімейного благополуччя виступає позитивний емоційний фон (це фактично поєднує дану смислову категорію з попередньою).

Ряд категорій було виділено на рівні тенденції. Зокрема, «**Матеріально забезпечена**» (8,3%), до якої ввійшли: «достаток», «заможна», «забезпеченість грошима», «забезпечена сім'я», «фінансове благополуччя», «гроші», «сім'я зі стабільним заробітком» та ін. Такий результат ми оцінюємо позитивно. Він свідчить про усвідомлення/відчуття значною частиною молоді того, що гроші (при всій значущості їх) не є критерієм справжнього благополуччя. Проте можна стверджувати: економічні умови життя вітчизняних громадян «провокують» важливість для низки опитаних матеріальних цінностей, аби почуватися благополучною сім'єю. Іншу категорію на рівні тенденції («**Повна**», 7,1%) утворили асоціації: «повна сім'я», «повна», «з мамою і татом», «мати, батько, дитина», «сім'я, де двоє батьків». Зважаючи на те, що суттєвий відсоток вітчизняних родин – не повні за своїм складом (батьки розлучені, діти виховуються матір'ю-одиначкою, або ж одружені пари за різних обставин живуть без дітей), певна частина опитаних стурбована цим фактом і уявляє благополучну родину саме повною за складом. Дивує, що лише 5,1% досліджуваних благополучною вважають здорову, а також без шкідливих звичок сім'ю. І це тоді, коли світ загалом і Україна зокрема переживає COVID-пандемію, коли проблеми екології та залежностей набувають неабиякої актуальності! Можливо, для більшості молоді ці проблеми є другорядними, зважаючи на вік і притаманні йому загалом задовільне фізичне здоров'я, життєву безтурботність, легкість ставлення до ряду важливих для старшого покоління речей.

**«БЛАГОПОЛУЧНЕ МІСТО».** Більшість з отриманих 394-х асоціацій розподілені нами за п'ятьма основними смисловими категоріями. Першу («**Чисте, красиве місто**»; 22,8%) утворили відповіді: «чисте місто», «чистота», «охайне», «не засмічене», «прибране», «чистота на дорогах, у парках, скверах», «гарне місто», «красиве», «естетика», «яскраве», «зелене», «місто із зеленими парками» тощо. Отже, частина респондентів прагне жити в доглянутому, прибраному місті.

А тому є надія, що молодь загалом намагатиметься не забруднювати навколишнє середовище, слідкуватиме за його чистотою і прищеплюватиме любов до охайності своїм майбутнім дітям. До другої категорії (**«Безпека та комфорт»**, 18,8%) ввійшли асоціації: *«безпечне», «безпека», «низький рівень злочинності», «без злодіїв», «мирне», «з налагодженою системою охорони мешканців», «відсутність наркоманів, безхатків та алкозалежних», «малий рівень аварій», «взагалі немає корупції», «спокійне», «затишок», «комфортне»* та ін. Як бачимо, частині опитаних не байдужі актуальні соціальні проблеми – високий рівень злочинності, різні види адиктивної поведінки тощо, які, мабуть, вони бажають розв'язати, тим самим посприявши безпечному й комфортному проживанню в благополучному місті.

Третя категорія (**«Розвинуте місто»**, 18,5%) представлена асоціаціями на зразок: *«розвинене», «місто, яке розквітає, процвітає», «яке постійно покращується», «з гарними дорогами», «з розвиненою інфраструктурою», «безліч локацій», «оснащене лікарнями, дитсадками, культурними установами, громадськими центрами», «високий рівень медицини, освіти», «з масою розваг для туристів», «є університети, які випускають гарних спеціалістів», «наявність парків, закладів харчування, театрів»*. Наявність таких відповідей не дивує, адже молодь хоче жити в облаштованому місті, з усім необхідним для людей, де можна цікаво і весело провести дозвілля.

До четвертої смислової категорії (**«Робота й матеріальний добробут»**, 11,9%) ми віднесли асоціації: *«робочі місця», «нормальні (високі) зарплати, пенсії», «адекватна комуналка», «багате», «забезпечене», «місто з високим економічним розвитком», «місто, де люди можуть прогудувати власну родину», «місто, яке має мінімальну кількість безробітних громадян», «мало безхатніх»* тощо. Мабуть, ці асоціації продиктовані складним матеріальним становищем вітчизняних громадян, інфляцією, безробіттям, що стало ще актуальнішим у ситуації COVID-пандемії.

Нарешті, п'ята смислова категорія (**«Особливі мешканці міста»**, 10,4%) містить ті чи інші характеристики населення. Серед них нами були виділені асоціації, що описують передусім емоційний стан людей (*«щасливі люди», «радісні люди», «мешканці задоволені, як влаштоване місто»* тощо) та їхні особистісні особливості, більшою мірою комунікативні й морально-етичні риси (*«ввічливість», «інтелігентні мешканці», «толерантні люди», «культурні люди», «повага*

*до оточення», «люди поважають місто та людей у ньому», «один одному готові допомогти», «відповідальні мешканці», «місто, мешканці якого повністю дотримуються правил і вказівок закону та моралі», «розуміння між усіма мешканцями міста, взаємодія та кооперація»* та ін.). Цікаво, що суб'єктивний чинник, на думку опитаних, відіграє меншу роль у забезпеченні благополуччя міста, ніж об'єктивні. Також майже не зустрічалися відповіді, пов'язані з відповідальністю влади та власне громадян за благоустрій міста. Гадаємо, молодь керується соціальними стереотипами: *«Влада лише краде, обдурює, прагне нажитися»* і *«Моя хата з краю»*. Такі результати вважаємо негативними, адже доки ми будемо керуватися екстернальними очікуваннями (нехай хтось за нас зробить місто благополучним), навряд чи спроможемося навести лад у власному місті.

Турбує й те, що у переважній більшості досліджуваних рідне місто не асоціюється з благополуччям. Траплялися лише поодинокі відповіді такого роду (3,6%; *«Чернігів», «моє місто», «рідне місто», «те, в якому я живу»*). Напевно, молодь бачить навколо себе ще багато нерозв'язаних нагальних проблем, що не дозволяють вважати свій населений пункт благополучним.

**«БЛАГОПОЛУЧНА КРАЇНА»**. Загалом тут отримано 363 асоціації. Більшість їх ми розподілили за трьома основними категоріями. Першу (**«Соціально-економічна розвиненість»**, 35,5%) утворили відповіді: *«розвинена», «процвітаюча», «соціально та економічно стабільна», «гідна заробітна плата», «робочі місця», «фінансово спроможна», «заможна», «високий ВВП», «високий рівень життя», «високо розвинена інфраструктура», «де люди живуть у достатку», «в якій можна жити, а не виживати», «країна, яка може задовольнити всі медичні, соціальні, фінансові потреби людини», «де працюють усі соціальні інститути», «та, в якій на високому рівні медицина, освіта», «розвиток науки»* тощо. Оскільки таких відповідей понад третину, можна припустити, що багато респондентів проєктують життя у своїй країні, не позбавлене соціальних та економічних труднощів, на уявлення щодо благополуччя країни. Фактично тут має місце своєрідна аперцепція, коли соціальні уявлення (очікування) опитаних зумовлені фрустрованими соціально-економічними потребами.

Друга категорія (**«Ефективна влада та політика»**, 19,8%) містила відповіді: *«демократична», «не покинута своїм лідером», «нормальна влада, яка не краде, розвиває країну»,*

«розумна влада», «справедливість та чесність із боку влади до кожного громадянина», «захист громадян», «справедливі закони», «гуманна політика», «всі системи управління працюють на покращення життя громадян», «має добросовісний парламент», «правова країна», «є свобода слова», «захищена від посягань знахабнелих сусідів», «незалежна» та ін. Мабуть, у цих асоціаціях частково відбивається непросте політичне становище в сучасній Україні та світі.

Третя категорія («**Громадяни**», 10,2%) представлена асоціаціями: «сильна нація», «щасливе суспільство», «де живуть щасливі люди», «задоволені люди», «благополучні люди», «високий освітній рівень населення», «висококваліфіковані спеціалісти», «країна, населена патріотами та людьми, які прагнуть до розвитку країни і самих себе», «з європейським менталітетом і консервативними цінностями» тощо. Нашу стурбованість тут викликає кілька моментів. По-перше, порівняно з іншими двома категоріями, ця є значно меншою у відсотковому значенні. Отже, виходить, що найвагомішими критеріями благополуччя в уявленні опитаних постають саме соціально-економічний та політичний розвиток, а не благополуччя громадян або їхня активність. По-друге, серед вищезгаданих характеристик переважали «щасливі / задоволені (тобто емоційно позитивні)» та «патріотично налаштовані» громадяни. І лише кілька стосувалося тих особливостей, які реально допоможуть зробити країну благополучною, – рівень освіти, кваліфікації, прагнення до розвитку країни. Тобто спостерігаємо пасивну громадську позицію молодих респондентів – нехай країна буде благополучною, однак такою її повинні зробити політики, фінансисти, хто завгодно, але не пересічні люди.

Ще кілька смислових категорій виділено на рівні тенденції. Зокрема, це «**Безпека та комфорт**» (9,1%). Сюди віднесено відповіді за типом: «безпечна», «безпека», «немає грабіжників (крадіїв)», «без корупції», «без стихійних лих», «комфортне проживання (життя)», «спокій», «де все для людей», «де мешканці не страждають», «де хочеться залишитися». Отже, ряд респондентів благополуччя країни пов'язує з безпечним і комфортним проживанням її мешканців. Це логічно, оскільки одним із критеріїв, за якими визначають розвинені, благополучні країни світу (а такі рейтинги встановлюються щорічно), є критерій захищеності та безпеки їхніх громадян, зокрема низький рівень корупції та бандитизму в державі. Іншою такою категорією стала «**Мир, відсут-**

**ність війни**» (7,4%): «мирна», «мир», «мирне небо над головою», «без війни», «вільна від загарбників», «щоб закінчилася війна, всі будуть щасливі» тощо. Напевно, такі відповіді пояснюються важкими внутрішньо- та зовнішньополітичними реаліями нашої держави. Дивує, однак, що їх замало! Припускаємо, що це пов'язано і з багаторічною тривалістю війни в Україні (люди до всього звикають), і з відсутністю військових дій на території Чернігівщини (де проводилося дослідження).

Аналіз середніх значень, отриманих за результатами другого завдання, показав, що всі поняття, окрім «благополуччя моєї країни», були оцінені вище за середній рівень. При цьому найвище респонденти оцінили «моє благополуччя» ( $7,7 \pm 1,8$ ) та «благополуччя моєї сім'ї» ( $7,8 \pm 2,0$ ). Ймовірно, такі результати – наслідок ефекту соціальної бажаності. Натомість «благополуччя моєї країни» уявляється посереднім ( $5,1 \pm 2,0$ ). Цікаво, що найбільший розкид оцінок стосувався благополуччя країни та сім'ї. Мабуть, це тому, що, по-перше, всі сім'ї – різні, з різними проблемами, конфліктами, матеріальним становищем (звідси й різні оцінки благополуччя в кожній сім'ї); по-друге, оцінка благополуччя власної країни визначається світоглядно-ідеологічними чинниками, які можуть суттєво відрізнятись в опитаних. Зазначимо, що «благополуччя мого міста» було оцінене вище ( $6,8 \pm 1,9$ ), ніж «благополуччя моєї країни». Гадаємо, це тому, що місто – конкретна локація (респонденти можуть безпосередньо спостерігати та «відчувати на собі» його інфраструктуру, соціально-політичне життя тощо), тоді як країна «в цілому» – більш абстрактне поняття (яке неможливо відчутися та оцінити, керуючись лише власним досвідом).

За U-критерієм Манна-Уїтні статевих відмінностей в уявленнях молоді про благополуччя на досліджуваних рівнях виявлено не було. Разом із тим результати кореляційного аналізу показали статистично вірогідний зворотний зв'язок між віком опитаних і оцінкою ними «благополуччя моєї країни» ( $r = -0,202$  при  $p \leq 0,01$ ). Отже, чим старші люди, тим критичніше вони сприймають соціально-політичну й економічну ситуацію в країні (внаслідок життєвого досвіду, більшої реалістичності мислення тощо); натомість більш молоді опитані схильні до певної ідеалізації навколишнього світу. Також було отримано статистично вірогідні кореляційні зв'язки між оцінкою власного благополуччя та шкалами: «благополуччя моєї сім'ї» ( $r = 0,678$  при  $p \leq 0,001$ ), «благополуччя мого міста (села, селища)» ( $r = 0,347$  при



$p \leq 0,001$ ), «благополуччя моєї країни» ( $r = 0,264$  при  $p \leq 0,01$ ). На наш погляд, це є ілюстрацією взаємовпливу оптимістичних установок респондентів – «якщо у мене все добре, то добре й навколо мене».

**Висновки.** В уявленнях сучасних студентів благополучна людина постає щасливою, здоровою, матеріально забезпеченою, гармонійною, спрямованою на розвиток, з розвиненими інтелектуальними, комунікативними та морально-етичними характеристиками особистості. Благополучна сім'я вбачається передусім з позитивним психологічним кліматом, де кожен почувається щасливим і задоволеним.

Благополучне місто видається молоді чистим та красивим, розвиненим, безпечним і комфортним для проживання, матеріально облаштованим, а його мешканці мають певний набір особистісних характеристик, серед яких переважають кому-

нікативні та морально-етичні риси. При цьому рівень благополуччя міста передусім асоціюється з об'єктивними чинниками.

Благополуччя країни молоді перш за все пов'язує зі здобутками в соціально-економічній і політичній сфері та частково з певними особистісними особливостями громадян. Безпека, комфорт і мир як складники благополуччя уявляються важливими лише певній частині респондентів.

Оцінки благополуччя на рівнях Я – сім'я – місто – країна не залежать від статі. Разом із тим існує зворотний зв'язок між віком та оцінками благополуччя власної країни. Оцінка власного благополуччя пов'язана з оцінками благополуччя своєї сім'ї, міста, країни.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в з'ясуванні крос-культурних особливостей соціальних уявлень молоді про благополуччя, а також особистісних чинників цих уявлень.

#### Список літератури:

1. Вернік О.Л., Павленко О.В. Особливості уявлень про благополуччя в студентській молоді. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2020. Том. VII: Екологічна психологія. Вип. 49. С. 23–34.
2. Гафурова Т.Р., Курлина К.В., Кочетова В.И. Особенности представлений о субъективном благополучии в зависимости от его уровня. *European research*. 2016. № 3 (14). С. 100–106. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-predstavleniy-o-subektivnom-blagopoluchii-v-zavisimosti-ot-ego-urovnya/viewer> (дата обращения: 02.08.2021).
3. Дроздов О.Ю. Психологія масової геополітичної свідомості : автореф. дис. ... докт. психол. наук : 19.00.11. Київ, 2016. 34 с.
4. Машарская О.С. Кроскультурные различия социальных представлений студентов о благополучии : автореф. дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Курск, 2012. 20 с.

#### **Drozdova M.A. THE PECULIARITIES OF YOUTH'S SOCIAL REPRESENTATIONS ABOUT WELL-BEING AT DIFFERENT SOCIAL LEVELS**

*The youth social representations about well-being are considered in the article. The results of the author's empirical online study conducted among students of Chernihiv (n = 226) in June 2021 are described. The aim of the study was to clarify the psychosemantic specifics of social representations about well-being at different social levels (person – family – city – country) and to establish a link between them. The associative test (with stimuli: "prosperous person", "prosperous family", "prosperous city" and "prosperous country") and the scaling method (assessment of the well-being of one's Self, family, city and country) were used in the research. By content analyzing the obtained associations, the semantic categories with the highest frequency were singled out and then these categories were interpreted as social representations. Regarding the concept of "Prosperous person" there are such semantic groups as "A person with certain personal characteristics"; "Happy person"; "Healthy person" and "Financially secure person". The concept of "Prosperous family" is represented by the following semantic categories. They are "Positive social and psychological climate" (which included subcategories: "Love, friendship, respect"; "Mutual understanding, mutual assistance and mutual support"; "Peace and harmony") and "Happiness and positive emotions". The concept of "Prosperous city" is reflected in the semantic groups such as "Clean, beautiful city"; "Safety and comfort"; "Developed city"; "Work and material well-being" and "Special residents of the city". The concept of "Prosperous country" consists of below mentioned categories. They are "Social and economic development"; "Effective government and politics" and "Citizens". It has been found that there are no gender differences in the assessment of well-being at the levels Self – family – city – country. Instead, there is an inverse relationship between age and assessments of country's well-being. Evaluating your own well-being is related to evaluating the well-being of your family, city and country.*

**Key words:** social ideas, youth, well-being, prosperous person, prosperous family, prosperous city, prosperous country.

*Дьоміна Г.А.*

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

*Мельничук О.Б.*

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГІВ-ПСИХОСОМАТОЛОГІВ

*Професійну діяльність психолога-психосоматолога можна віднести до психологічно важких видів сучасної діяльності, враховуючи всесвітню пандемію і зростання нестабільного психічного стану населення. Тому, синдром професійного вигорання серед психологів є актуальною проблемою сьогодення. Дослідженням цієї проблеми в Україні займаються не так давно, в результаті чого вагомих і глибоких емпіричних даних не вистачає в сучасній психологічній науці. Кожен науковець, вивчаючи цю тему, усвідомлює її актуальність та практичне значення для сучасної науки і практики (професійної діяльності). У статті наголошено на актуальності проблеми професійного вигорання психолога-психосоматолога. Здійснено аналіз сутності синдрому професійного вигорання як емоційного стану (переживання емоційного дискомфорту). Проаналізовано підходи науковців до факторів впливу на появу професійного вигорання. За допомогою комплексу емпіричних психодіагностичних методів досліджено рівень розвитку та особливостей прояву професійного вигорання психосоматологів в умовах карантинних заходів. Дослідження проводилося за допомогою батареї психодіагностичних методик: «Методики діагностичного анкетування К. Маслач – Maslach Burnout Inventory (МБІ)»; методики «Дослідження синдрому вигорання» Дж. Грінберга; Методики діагностики емоційного вигорання В.В. Бойка; методики «Визначення психічного “вигорання” О.О. Рукавішнікова». За результатами теоретичного і емпіричного дослідження зауважено, що успішність професійної діяльності психолога тісно взаємопов'язана з рівнем прояву синдрому професійного та емоційного вигорання, а також впливає на самопочуття фахівця допомагаючої професії та неминуче відображається на його стосунках з оточуючими, сім'єю. Виявлено та підкреслено необхідність подальшого вивчення професійного та емоційного вигорання фахівця психологічної сфери діяльності в реаліях сьогодення, а також обґрунтовано важливість психопрофілактичних та ресурсних заходів з психологами-психосоматологами, які вже мають чіткі ознаки професійного та емоційного вигорання.*

**Ключові слова:** синдром професійного вигорання, синдром емоційного вигорання, фактори професійного вигорання, психолог, психосоматолог.

**Постановка проблеми.** В умовах сучасної соціально-політичної ситуації у країні особливої уваги потребують питання, що пов'язані з емоційно-психологічним станом психологів, оскільки від цього залежить ефективність виконання ними компетенцій, що є вкрай важливим у професійній діяльності. Особливо це важливо для тієї категорії психологів, що працюють із психосоматикою клієнтів під час карантинних заходів.

Аналіз літературних джерел показав, що активно досліджувалася проблема професійного та емоційного вигорання працівників системи охорони здоров'я, педагогів, психологів, соціальних працівників, менеджерів, військових та представників комунікативних професій загалом, але проблематика професійного вигорання у представ-

ників, що працюють з психосоматикою клієнта, є недостатньо висвітленою, хоч і актуальною.

Отже, важливого теоретичного та прикладного значення набуває поглиблене дослідження умов, особливостей професійної діяльності та проблематики професійного вигорання психологів, що працюють із психосоматикою, а також обґрунтування чинників їх професійного вигорання.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Загальне вивчення феномену професійного вигорання було розпочато у другій половині ХХ століття та не втрачає актуальності та необхідності й у сьогоденні. З плином часу змінювалося тлумачення поняття професійного вигорання та підходи до його вивчення. Схематично можна виділити такі періоди дослідження феномену професійного вигорання:

I. Донауковий період, період описового осмислення: період до 1974 р., який репрезентовано описами проявів вигорання у художній літературі, біографічних та автобіографічних матеріалах.

II. Період початку наукового осмислення: дослідження феномену професійного вигорання бере початок у 1974 р. У наукових працях американського психіатра, основоположника клінічного підходу Г.Дж. Фройденберґера (H.J. Freudenberg) з'явився термін «вигорання», який тлумачили з позицій теорії стресу. Цей термін було запропоновано для характеристики психологічного стану здорових людей, які активно спілкуються з хворими клієнтами. На ранніх етапах дослідження цей термін визначався як стан втоми, виснаження з відчуттям власної непрофесійності та непотрібності, а список професій, які можуть бути схильними до емоційного вигорання, був незначним: медичні співробітники різних установ і різноманітних громадських добродійних організацій та товариств. У тому ж році С.Дж. Гінсбург вивчав хронічний стрес адміністраторів, який теж назвав «вигоранням персоналу».

У 1976 р. К. Маслач (C. Maslach), авторкою перших валідних та надійних методик психодіагностики феномену вигорання (burnout), було започатковано соціально-психологічний підхід, відповідно до якого вигорання тлумачиться як порушення психіки у межах норми, як стан із симптомами емоційного, розумового та фізичного виснаження. Тобто, burnout – результат проблем суб'єкта, що виникли у взаєминах у процесі професійної діяльності, стрижнем яких є криза ставлень до неї, а не психопатологічний синдром [10, с. 205–206]. Таке тлумачення професійного вигорання вивело його дослідників за межі професій «суб'єкт-суб'єктного» типу, адже взаємини колег та керівників з підлеглими функціонують практично в усіх видах професійної діяльності. У 1982 р. завдяки Р. Швабу список професій, схильних до професійного вигорання, розширюється [11]. Відтепер до групи фахового ризику належать: учителі, політики, менеджери, поліцейські, юристи.

III. Аналітико-експериментальний період (середина 1980-х рр. – 1992 р.). Зазначений період характеризується вивченням професійного вигорання як комплексу взаємопов'язаних симптомів та характеристик, розробкою відповідного психодіагностичного інструментарію; визначились нові підходи до його феноменології: результативний, процесуальний, синтетичний.

IV. Сучасний період. Період від початку 1992 р. до сьогоднішнього дня. Професійне вигорання

вивчає широке коло дослідників і міжнародних організацій; синдром вигорання вноситься до «Міжнародної статистичної класифікації хвороб і споріднених проблем охорони здоров'я».

Зауважимо, що, хоча вважається, що період наукового вивчення феномена вигорання почався у 1974 р., вітчизняні вчені почали його дослідження ще у 20-х рр. ХХ ст., а зарубіжні – у 50-х рр. ХХ ст. Так, група науковців на чолі з А.С. Шафрановою (1923–1925 рр.) вивчала розвиток та динаміку працездатності педагогічних працівників і охарактеризувала ряд умов та латентні особистісні фактори (чинники), які яскраво впливають на формування та розвиток «психічної втоми». З 1956 р. теоретичним підґрунтям переважної більшості досліджень вигорання стала теорія стресу Г. Сельє, яку розвинули його послідовники. Так, загальний адаптаційний синдром вивчали Р.С. Лазарус, Р.Г. Розенман, М. Фрідман тощо, «ларвовану депресію» («депресію виснаження»), яку часто тлумачать як синдром вигорання, – Д. Бек, П. Кіельхольц та інші науковці.

Використання багатьма авторами поняття «професійне вигорання» підкреслює роль професійної діяльності у виникненні названого феномену та його негативний вплив на рівень і показники працездатності особистості, задоволеності фахівців роботою та взаєминами в колективі. Окрім того, слід зазначити, що в психології існує досить поширений підхід, згідно з яким усі перераховані вище терміни використовуються як синоніми.

Зазначимо, що саме такий термін, як професійне вигорання, і використовується більшістю українських організаційних психологів (Т.В. Грубі, Т.В. Зайчикова, Л.М. Карамушка, Ю.Г. Ковровський тощо) у процесі дослідження цього явища. Аналіз різнопланової літератури показав, що на сучасному етапі розвитку наукової думки феномен вигорання досліджується в психології стресу та стресових станів (як результат стресу), в межах психології професійної діяльності фахівця (як форма професійної деформації) та екзистенційної психології (як стан фізичного і психічного виснаження). Останнє може виникати в результаті довготривалого перебування в негативних, емоційно напружених ситуаціях або обставинах. Також це можливо у молодого фахівця, який не використовує у своїй роботі супервізію, інтервізію та особисту терапію.

За останні 45 років було видано близько трьох тисяч публікацій з питань емоційного вигорання та виділено близько ста симптомів, пов'язаних з емоційним вигоранням закордонними психологами.

Дослідження синдрому «професійного вигорання» не оминають проблеми встановлення та класифікації детермінаційного ряду, тобто системи тих факторів, що гальмують розвиток феномену. Серед різноманітних соціально-психологічних та особистісних чинників Н.Є. Водоп'янова, А.А. Серебрякова, О.С. Старченкова виокремлюють три основні групи, що містять ризик синдрому «вигорання»: особистісні, ситуативні і професійні [2]. Особистісні детермінанти – незахищеності, соціально-економічної нестабільності, соціальної та міжособистісної ізоляції; неконструктивні моделі поведінки; висока мотивація влади; слабка «Я-концепція», низька професійна мотивація. Ситуативні чинники – соціальне порівняння й оцінка інших, несправедливість, нерівність взаємин, негативні, напружені або «холодні» стосунки з колегами і підлеглими тощо. Професійні фактори – когнітивно складні комунікації, емоційно насичене ділове спілкування, необхідність постійного саморозвитку і підвищення професійної компетентності, адаптація до нових людей, змінні професійні ситуації, пошук нових рішень, самоконтроль і вольове рішення, нецікава робота, відсутність готових рішень, необхідність творчого пошуку тощо.

Отже, синдром «професійного вигорання» – один із проявів стресу, з яким стикається людина у власній професійній діяльності. Цей термін – загальна назва наслідків тривалого робочого стресу і певних видів професійної кризи. Певний ряд чинників і факторів можуть спричинити виникнення у фахівця певний неприємний та тривожний стан емоційного напруження, фізичного та психічного виснаження, професійних стресів тощо.

Будь-який негативний та руйнівний вплив професійної діяльності на особистість працівника (фахівця) може довести до появи та розвитку такого феномену, як професійне вигорання. Внаслідок чого поступово відбувається розчарування та зневіра в професії, зменшується професійна та особиста мотивація, з'являються невротичні поведінкові реакції, психічні функціональні розлади, дисбаланс та різні психосоматичні захворювання. Синдром професійного вигорання зазвичай виникає на тлі глибокого стресу, а також унаслідок накопичення негативних емоцій, завмирання і призводить до емоційного виснаження особистості і фахівця.

Дослідженням проблематики професійного вигорання та гармонізації професійної діяльності психолога на теренах нашої держави займаються Н.М. Булатевич, Н.В. Грисенко, Е.Л. Носенко,

Ю.П. Жогно, О.М. Знанецька, Л.М. Карамушка, Т.В. Зайчикова, К.О. Малишева та інші науковці.

Так, Т.В. Зайчикова [5] виокремила три групи детермінант професійного вигорання – соціально-економічні, соціально-психологічні та індивідуально-психологічні. Крім того, К.О. Малишева [6] вивчила три групи критеріїв розвитку вигорання – індивідуальні, організаційні та чинники, пов'язані зі специфікою професійних взаємостосунків.

Отже, до індивідуальних факторів виникнення професійного вигорання належать: загальні соціально-демографічні характеристики (стать, вік, професійна освіченість, досвід і стаж професійної діяльності), особистісні характеристики фахівця (конфліктність, витривалість, локус-контроль, емоційність, стиль подолання фруструючої ситуації, стриманість, продуктивність самооцінки тощо) [5; 6; 8]. Також була встановлена залежність інтенсивності професійного вигорання від особливостей життєвих стратегій працівника.

**Постановка завдання.** Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні фактори професійного вигорання психологів що працюють з психосоматикою. Завдання дослідження: вивчити основні підходи до вивчення феномену професійного вигорання у психологічній науці; здійснити теоретичний аналіз основних груп факторів, що зумовлюють професійне вигорання у психологів та емпірично дослідити особливості проявів професійного вигорання у психологів (психосоматологів). У реалізації мети статті використано комплекс методів дослідження: теоретичні (аналіз психологічної літератури; систематизація, узагальнення, структурування даних) задля з'ясування сутності професійного вигорання як феномена та виявлення теоретичних підходів до пояснення його чинників; емпіричні з метою дослідження рівня та особливостей прояву професійного вигорання у психологів-психосоматологів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Теоретичний матеріал дослідження може стати корисним у розробці та модернізації курсів «Організація психологічної служби», «Психологія стресу», «Психологія професійного становлення особистості», «Практикум з розвитку та збереження психологічного здоров'я» тощо. Практичне значення дослідження полягає в розширенні уявлень про наукову проблему, а також у розробці моделі чинників професійного вигорання психологів, що працюють із психосоматикою.

Під час нашого дослідження ми врахували, що під час психологічного консультування психолог

враховує тісний зв'язок між психічним станом людини та його фізичними проявами у різних симптомах. Психосоматичні симптоми виникають, коли емоції та слова не проговорюються, коли асоціальні думки, фантазії, прагнення переходять у несвідоме, а потім впливають на загальний стан організму людини у вигляді конкретних симптомів: головний біль, кашель, свербіж тощо. Це, в свою чергу, впливає на психоемоційний стан фахівця психолога-психосоматолога, що може призвести до професійного вигорання.

Серед розглянутих факторів (Т.В. Зайчикової [5] та К.О. Малишевої [6]), що гіпотетично в комплексі можуть призвести до професійного вигорання психолога-психосоматолога, ми виділили такі типи чинників:

- Біологічні – включають такі фактори навколишнього середовища, як температура, освітлення, волога, задуха тощо;

- Медичні – стан здоров'я фахівця, загострення хронічних захворювань під дією факторів навколишнього середовища та психологічного стресу;

- Психологічні – пристосування особистості до умов діяльності, високого рівня відповідальності;

- Соціальні – пристосування до умов нового для особистості соціального інституту, комунікація з іншими членами колективу, конфлікти в колективі, несхвальне відношення сім'ї та близьких до діяльності фахівця;

- Матеріальні – недостатнє грошове забезпечення, відсутність власного житла та/або відсутність можливості винаймати орендоване житло/кабінет.

Це далеко не повний список стресогенних факторів, які, крім того, посилюються постійним тиском та вимогливістю з боку адміністрації, необхідністю засвоєння нових положень та кваліфікаційних вимог до діяльності. Зміст та умови професійної діяльності, особливості її об'єкта та організації трудового процесу визначають характер функціонального стану організму людини та як результат – ефективність і якість її професійної та кваліфікованої діяльності.

За умов ускладнення змісту і процесу професійної та кваліфікованої діяльності людини погіршується діяльність системи управління, що призводить до виникнення вірогідних патологій, відхилень, ексцесів, порушень, збоїв. Імовірність виникнення відхилень та патологій у процесі професійної діяльності значно зростає, коли людина знаходиться в особливих, незвичних умовах із високою вірогідністю стресових станів.

Професійне вигорання виникає при певних умовах: коли внутрішні й зовнішні вимоги постійно переважають над психологічними і матеріальними ресурсами, через що у фахівця надання психологічних порушується стан рівноваги та балансу функціонування систем управління власною діяльністю.

На розвиток та формування у працівника професійного вигорання впливає комплекс та певне поєднання детермінант, що є взаємопов'язаними, хоча умовно й розподіляються на три групи – професійні, організаційні, індивідуальні.

Доведено, що професійне вигорання є винятково небезпечним, оскільки впливає на всі сфери життєдіяльності людини та без проведення профілактичної роботи здатне швидко прогресувати. Синдром вигорання проявляється перш за все в ситуаціях, коли потрібна міжособистісна взаємодія. Професія психолога в цьому аспекті найбільш показова [4]. Дослідження останніх років показали, що феномен «професійне вигорання» має яскраві негативні наслідки не лише на професійну діяльність фахівця, а й негативно впливає на різні сфери життя особистості: на сімейні стосунки, особисті взаємини тощо. Починаються з'являтися конфліктні ситуації не тільки зі співробітниками, але й удома, в сім'ї [3; 9]. Крім цього, наслідки синдрому вигорання проявляються не тільки на рівні окремого співробітника, але і на рівні всієї організації в цілому. Синдром вигорання має ряд певних, задалегідь визначених ознак та характеристик:

- психофізичні прояви – відчуття сталої втоми вранці та протягом певного часу, зниження сприйняття і реактивності у зв'язку зі змінами зовнішнього середовища, загальна слабкість, зниження рівня активності;

- соціально-психологічні прояви – байдужість, апатія, нудьга, смуток, пасивність, безініціативність, хаос і депресія (знижений емоційний тонус, відчуття пригніченості), підвищена роздратованість та нестриманість поведінкових реакцій на незначні події тощо;

- поведінкові прояви – почуття марності, скептицизм, невіра в поліпшення, зниження енергії та ентузіазму до професійної діяльності та праці взагалі, байдужість до результатів, апатія, зловживання алкоголем, збільшення кількості часу паління, застосування слабких наркотичних засобів [1].

На момент написання статті науковцями було виділено понад 100 факторів синдрому професійного вигорання, причому, вони виникають поступово – збільшуючись у прогресії. Саме така

особливість і ускладнює постановку правильного діагнозу для лікування або корекції. Синдром трансформується і може об'єднувати декілька стадій, які характеризуються різким переходом від звичайної втоми до розчарування, апатії та навіть повної втрати інтересу та зацікавленості до своєї професійної діяльності, яка раніше надихала. Також психологічні дослідження в різних країнах світу демонструють те, що синдром емоційного вигорання проявляється і у студентів старших курсів [10].

Найпопулярнішими є такі три стадії досліджуваного синдрому:

1. Невротична реакція, стан виснаження нервової системи, знижена інтелектуальна й фізична працездатність.

2. Спостерігається невротичний розвиток, різка зміна поведінки щодо своєї роботи аж до огиди. Людина стає асоціальною, звичайна розмова часом стає неможливою.

3. Стійкі зміни особистості, які можуть перетворюватися на професійну деформацію. Симптомами є жорсткість, агресія та хамство [1].

Прояви симптомів будь-якої із стадій професійного та емоційного вигорання мають негативний вплив на професійну діяльність психолога. До ефективних психодіагностичних методик виявлення професійного та емоційного вигорання, що можуть використовуватись психологами належать: «Методика діагностичного анкетування К. Маслач – Maslach Burnout Inventory (МВІ)»; методика «Дослідження синдрому вигорання» Дж. Грінберга; Методика діагностики емоційного вигорання В.В. Бойка; методика «Визначення психічного “вигорання” О.О. Рукавішнікова»; методика «Оцінка власного потенціалу “вигорання” Дж. Гібсона»; методика «Синдром “вигорання” в професіях системи “людина-людина” Г.С. Нікіфорова» тощо. Для дослідження професійного вигорання психологів, що працюють із психосоматикою клієнта, нами було використано перші чотири методики.

Узагальнивши результати за трьома зазначеними показниками за Методикою діагностичного опитування К. Маслач (МВІ) (рівень емоційного виснаження, рівень деперсоналізації, рівень редукції особистих досягнень) ми отримали такі результати стосовно загального рівня вигорання:

– Низький рівень вигорання було виявлено у 16,67% респондентів;

– Середній рівень вигорання було виявлено у 33,33% досліджуваних;

– Високий рівень було виявлено у 50% від загальної кількості учасників дослідження.

Окрім того, за результатами наведеного опитування можна стверджувати, що найпоширенішим фактором професійного вигорання є деперсоналізація, оскільки високий рівень деперсоналізації виявлено у 66,67% опитаних психологів.

Також було використано методику «Дослідження синдрому вигорання» Дж. Грінберга, яка дає змогу визначити рівні прояву синдрому: високий, середній та низький.

– Низький рівень прояву синдрому вигорання було виявлено у 50% респондентів;

– Середній рівень прояву синдрому вигорання було виявлено у 25% від загальної кількості опитаних;

– Високий рівень прояву синдрому вигорання було виявлено так само у 25% опитаних психологів (психосоматологів).

Така відмінність результатів дослідження за діагностичним опитувальником К. Маслач (МВІ) та за методикою «Дослідження синдрому вигорання» Дж. Грінберга може бути зумовлена як індивідуальними особистісними властивостями учасників дослідження, так і різними фазами формування «емоційного вигорання». Ця методика дає змогу встановити, на якій фазі формування «емоційного вигорання» (на першій – «напруження», на другій – «резистенції» чи на третій – «виснаження») перебуває психолог. Визначити ці фази нам допомогла популярна психодіагностична методика «Діагностика рівня емоційного вигорання» В.В. Бойко. Ця методика є найбільш комплексною і максимально потенційною щодо детального й системного аналізу міри вираженості 20 симптомів синдрому «вигорання».

Теоретично, зважаючи на симптоматику, можна засвідчувати, що вираженість першої фази вигорання за методикою В.В. Бойко «напруження» є тотожною до «рівня редукції професійних досягнень» за К. Маслач; другої фази «резистенції» – до «рівня емоційного виснаження»; а вираженість третьої фази «виснаження» – до «рівня деперсоналізації» за К. Маслач.

Проаналізувавши окремо кожну відповідь, було виявлено, що ті 50% психологів, у яких було виявлено низький рівень прояву вигорання, мають несформовані фази напруження та резистенції або ж знаходяться у фазі їх формування.

Для більш точних даних була використана діагностика О.О. Рукавішнікова на Визначення психічного «вигорання». Вона дає повноцінну можливість дослідити та виявити прояви досліджуваного феномену за такими основними ознаками: психоемоційне виснаження; особистісне віддалення; професійна мотивація.

Теоретично можна стверджувати, що показник «психоемоційне виснаження» за методикою О.О. Рукавішнікова відповідає показнику «емоційне виснаження» за методикою К. Маслач, показник «особистісне віддалення» – показнику «деперсоналізація», а показник «професійна мотивація» – показнику «редукція особистих досягнень».

Узагальнивши результати за трьома зазначеними показниками методики (рівень емоційного виснаження, рівень деперсоналізації, рівень редукції особистих досягнень), ми отримали такі результати стосовно загального індекса вигорання:

– Вкрай низький загальний індекс вигорання було виявлено у 8,33% від загальної кількості опитуваних;

– Низький загальний індекс вигорання було виявлено у 8,33% від загальної кількості опитуваних;

– Середній загальний індекс вигорання – у 33,33% від загальної кількості;

– Високий загальний індекс вигорання – у 33,33% від загальної кількості;

– Вкрай високий загальний індекс вигорання було виявлено у 16,67% від загальної кількості опитаних психологів, що працюють із психосоматикою клієнтів.

Результати проведених психодіагностичних методик та психодіагностичної бесіди з респондентами показали, що психологи, які мають синдром професійного та емоційного вигорання на високому рівні, схильні робити велику кількість помилок у консультуванні, в результаті чого можуть надавати клієнтам неякісну психотерапевтичну допомогу. Загалом результати теоретичного і емпіричного дослідження дають змогу стверджувати, що синдром професійного та емо-

ційного вигорання негативно впливає на відчуття задоволеності від професійної діяльності та знижує якість надання психолого-консультативних послуг населенню психосоматологом.

**Висновки.** Для узагальнення результатів ми порівняли результати всіх трьох зазначених вище методик (К. Маслач, Дж. Грінберга, О.О. Рукавішнікова). Низький рівень вигорання було виявлено у 16,67% досліджуваних (К.Маслач); Низький рівень прояву синдрому вигорання було виявлено у 50% респондентів (Дж. Грінберг); Низький (вкрай низький + низький) загальний індекс вигорання було виявлено у 16,67% досліджуваних (О.О. Рукавішніков). Середній рівень вигорання було виявлено у 33,33% респондентів (К.Маслач); Середній рівень прояву синдрому вигорання було виявлено у 25% досліджуваних (Дж. Грінберг); Середній загальний індекс вигорання було виявлено у 33,33% опитаних (О.О. Рукавішніков). Високий рівень було виявлено у 50% досліджуваних (К. Маслач); Високий рівень прояву синдрому вигорання було виявлено у 25% опитаних (Дж. Грінберг); Високий (вкрай високий + високий) загальний індекс вигорання було виявлено у 50% від загальної кількості учасників дослідження.

Отже, найбільш однорідними є результати, отримані за показниками середнього рівня вигорання, а найбільш численними – результати, отримані за показниками високого рівня вигорання психологів. Тож можна стверджувати, що проблематика професійного вигорання актуальна для більшості психологів-психосоматологів, а отже, існує необхідність у розробці профілактичних заходів та обов'язкове запровадження в професійну діяльність фахівця особистої терапії, супервізії та інтервізії.

#### Список літератури:

1. Білера Н.В. Основні напрями профілактики синдрому професійного вигорання у військовослужбовців. Медицина третього тисячоліття : матеріали міжвузівської конференції молодих вчених та студентів, Харків : ХНМУ, 22–24 січня 2018 р. С. 285.

2. Водопьянова Н.Е. Синдром профессионального выгорания в управленческой деятельности. *Вестник СПбГУ*, 2008. Сер. 6. Вып. 2. № 13, с. 83–91.

3. Дьоміна Г.А. Конфлікт як причина посттравматичного стресу. Пост-травматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни : міжнародне науково-практичне видання. Варшава-Київ : ПАН Гнозис, 2018. Том I, с. 225–234.

4. Дьоміна Г.А. Психологічні особливості розвитку вольових якостей майбутніх фахівців соціальної сфери. *Вісник інституту розвитку дитини*. Серія: Філософія. Педагогіка. Психологія : Збірник наукових праць. Київ, 2014. Вип. 31, с. 118–123.

5. Зайчикова Т.В. Чинники прояву та передумови формування синдрому «професійного вигорання» у вчителів. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць. Київ, 2020. Вип. 11 (56), с. 57–56.

6. Малишева К.О. Синдром емоційного вигорання психолога-консультанта: психологічні чинники, профілактика та корекція : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2003, 16 с.

7. Мельничук О.Б. Основи психоконсультування та психокорекції Навчальний посібник для студентів подвійних спеціальностей із спеціальністю «Практична психологія» та спеціалізацією «Соціально-психологічна реабілітація». Київ : Каравела, 2015. 390 с.
8. Domina G. Conflicts as a cause of post-traumatic stress. *European Humanities Studies: State and Society. Europejskie Studia Humanistyczne: Państwo i Społeczeństwo. Poland-Ukraine*, 2018. Issue 1(I), pp. 78–88.
9. Melnychuk O. The psychological peculiarities of the emotional intelligence of future social sphere professionals. *The advanced science journal*, 2015, pp. 107–112.
10. Schaufeli, W.B. Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 2009. Vol. 14. № 3, pp. 204–220.
11. Schwab, R.L. Perceived role conflict, role ambiguity, and teacher burnout. *Educational Administration Quarterly*, 1982. Vol. 18 (1), pp. 60–74.

### **Domina G.A., Melnychuk O.B. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF PROFESSIONAL BURNOUT OF PSYCHOLOGISTS-PSYCHOSOMATOLOGISTS**

*The professional activity of a psychologist-psychosomatologist can be attributed to psychologically difficult modern activities, considering the global pandemic and the growth of unstable mental state of the population. Therefore, the syndrome of burnout among psychologists is an urgent problem today. This problem has been studied in Ukraine not so long ago, as a result, significant and deep empirical scientific evidence data are lacking in modern psychological science. Every researcher, studying this topic, is aware of its relevance and practical significance for modern science and practice (professional activity). The article emphasizes the urgency of the problem of professional burnout of a psychologist-psychosomatologist. The essence of the syndrome of professional burnout as an emotional state (experiencing emotional discomfort) is analyzed. The approaches of scientists to the factors influencing the appearance of occupational burnout are analyzed. With the help of a set of empirical psychodiagnostic methods the level of development and peculiarities of the manifestation of professional burnout of psychosomatologists are investigated in the conditions of quarantine measures. The study was conducted using a battery of psychodiagnostic techniques: “Methods of diagnostic questionnaire by K. Maslach – Maslach Burnout Inventory (MBI)” ; the method of “Study of burnout syndrome” by J. Greenberg; Methods of diagnosing emotional burnout by V.V. Boiko; the method of “Determination of mental burnout” by O.O. Rukavishnikov. According to the results of theoretical and empirical research, it is noted that the success of a psychologist’s professional activity is closely related to the level of professional and emotional burnout, as well as affects the well-being of the helping profession and inevitably affects his relationships with others, family. The need for further study of professional and emotional burnout of a specialist for psychological assistance to the population in the current realities of today is identified and emphasized, and the importance of psychoprophylactic and resource measures with psychologists-psychosomatologists, who already have clear signs of professional and emotional burnout, is presented an argument for.*

**Key words:** burnout syndrome, emotional burnout syndrome, burnout factors, psychologist, psychosomatologist.



**Крутолевич А.Н.**

Гомельський державний університет імені Франциска Скорины

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ВОЗБУДИМОСТЬ БОЛЬНЫХ ШИЗОФРЕНИЕЙ И ИХ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ

*Незважаючи на багаторічний період досліджень шизофренії, актуальність вивчення проблеми симптоматики і факторів, що впливають на розвиток даного розладу, зберігається. У дослідженні вивчається питання взаємозв'язку некерованої емоційної збудливості і соціально-психологічної адаптації хворих на шизофренію. Хворим на шизофренію властиві неадекватні й бурхливі емоційні реакції з незначних приводів. Збуджений стан, високий рівень імпульсивності з проявами ворожості у ставленні до інших викликає у багатьох людей страх і відстороненість. Неадекватні та імпульсивні реакції є специфічними для даного захворювання, хворі на шизофренію у випадках зляканої перебігу стають егоцентричними, байдужими до оточуючих, до самих себе і своєї долі, розвивається апатія. У пацієнтів з шизофренією частіше спостерігаються виражена емоційна амбівалентність і парадоксальність емоційних реакцій. Це пояснюється генетичними, нейрофізіологічними, нейрохімічними та соціально-психологічними факторами. У дослідженні взяли участь 30 хворих на шизофренію і 30 здорових осіб. Було проведено кореляційний аналіз параметрів і порівняльний аналіз даних емоційної збудливості та соціально-психологічної адаптації двох груп (хворі на шизофренію і психічно здорові люди).*

*Дослідження показало, що хворі на шизофренію мають високий рівень емоційної збудливості та дезадаптивності і низький рівень адаптивності.*

*Порівняльний аналіз даних досліджуваних параметрів двох груп показав, що хворі на шизофренію мають достовірно вищий рівень емоційної збудливості, дезадаптивності і більш низький рівень адаптивності, ніж здорові особи.*

*Кореляційний аналіз виявив достовірний негативний взаємозв'язок між адаптивністю особистості і рівнем соціально-психологічної адаптації ( $r=-0,53$ ,  $p=0,003$ ).*

**Ключові слова:** хворі на шизофренію, соціально-психологічна адаптація, дезадаптивність, адаптивність, емоційна збудливість.

**Постановка проблеми.** Число пациентов с психическими расстройствами в Республике Беларусь, подлежащих обязательному диспансерному наблюдению, выросло на 39% по сравнению с 2000 годом и составило в 2015 году 18 071 человек. Незначительно возросло количество больных шизофренией, подлежащих обязательному диспансерному наблюдению. Так, в 2000 году таких пациентов было 1 305, а в 2015 году – 1 375 человек. По данным Всемирной организацией здравоохранения, в 2019 году в мире насчитывалось более 20 миллионов человек, больных шизофренией. Риск заболеть в течение жизни составляет от 0,5 до 1,6%. В мире шизофренией болеет примерно 1% взрослого населения. Всего в Республике Беларусь насчитывается около 80 000 больных шизофренией.

Всемирная организация здравоохранения указывает на то, что определенные психосоциальные факторы (конфликтная атмосфера в семье, психотравмирующая ситуация, низкий уровень поддержки со стороны семьи и близких людей) с

одной стороны, повышают риск развития данного заболевания, с другой стороны – показали себя как защитные факторы (например, социальная поддержка и низкая критичность со стороны членов семьи, поведенческие стратегии в совладании со стрессом) и должны учитываться при составлении программ медикаментозного и психотерапевтического лечения. Так, являются актуальными и входят в практическую деятельность клинических психологов психообразовательные мероприятия для родственников больных шизофренией, тренинги по освоению социальных и коммуникативных компетенций, навыков самообслуживания и самообеспечения [1]. В аналитическом обзоре 27 исследований Heissen et al. проанализировали эффективность тренингов на овладение социальными навыками в рамках медикаментозного и психотерапевтического лечения. В обзоре статей по эффективности тренингов социальных компетенций больных шизофренией Kern et al. поднимают вопрос об эффективности таких тренингов. Авторы обзора пришли к выводу о неоднозначных

оценках и необходимости дальнейшего более детального изучения факторов (когнитивные способности больных шизофренией, негативная и позитивная симптоматика, хроническое или эпизодическое протекание болезни) и условий проведения (частота и длительность встреч, в рамках клиники или вне ее стен, индивидуальные или групповые тренинги), влияющих на эффективность данных встреч [2].

Таким образом, проблема качественной социальной и психологической реабилитации, деинституализации и социально-психологической адаптации больных шизофренией не утратила своей актуальности.

**Анализ последних публикаций и исследований.** Для шизофрении характерны расстройства мышления, речи, эмоций, поведенческих реакций и психической активности, а для психических функций специфична дискордантность – дисгармоничность и несогласованность. Значительные изменения затрагивают эмоционально-волевую сферу: обеднение эмоциональных реакций может наблюдаться в начале заболевания, либо прогрессировать от приступа к приступу; больные шизофренией в случаях злокачественного течения становятся эгоцентричными, равнодушными к окружающим, к самим себе и своей судьбе, развивается апатия. Чаще наблюдаются выраженная эмоциональная амбивалентность и парадоксальность эмоциональных реакций.

Эмоциональному состоянию и эмоциональным реакциям больных шизофренией уделяется большое внимание в научных исследованиях. Эмоциональная сфера больных шизофренией рассматривается в контексте многих факторов: эмоциональный контакт с членами семьи, а именно – «expressed emotion», и риск рецидива; когнитивные функции больных шизофренией во взаимосвязи с эмоциональным состоянием во время общения с людьми. Так мета-анализ с включением 27 исследований по изучению «expressed emotion» и риска рецидива больных шизофренией показал, что риска развития рецидива на 30% ниже (65% против 35%), если члены семьи менее критичны и не показывают чрезмерную эмоциональную вовлеченность в общении с больными шизофренией [3]. В исследовании говорится о «нейрокогнитивной чувствительности» больных шизофренией, которая негативно связана с протеканием мыслительных операций и наблюдалась у больных шизофренией во время их общения с членами семьи и критическим отношением последних [4].

Больным шизофренией свойственны неадекватные и бурные эмоциональные реакции по незначительным поводам, которые могут возникнуть в любое время болезни, и связаны с проблемами их адаптации. Возбужденное состояние, высокий уровень импульсивности с проявлениями враждебности в отношении других, вызывает у многих людей страх и отстраненность. Неадекватные и импульсивные реакции являются специфическим для данного заболевания психопатологическим фактором, который был выделен наряду с другими факторами (негативная симптоматика, позитивная симптоматика, дезорганизованное поведение и мышление) [5]. В научных исследованиях указывается на недостаток умения распознавать и проявлять эмоции. Такого рода нарушения эмоциональной сферы в большинстве исследований связывают с гемодинамической дисфункцией определенных структур мозга и повышенным уровнем дофамина. Визуализационные методы исследования позволили более точно установить структуры мозга, которые непосредственно связаны с неадекватностью эмоциональных реакций, и это: миндалевидное тело, парагиппокампальная извилина, правая верхняя лобная извилина [6, 7].

Низкая способность человека к пониманию желаний, намерений и поведения других людей также связана со сниженной гемодинамической активностью медиальной префронтальной коры, префронтальной коры, миндалевидного тела, нижней теменной доли [8].

Таким образом, больных шизофренией характеризуют специфические нарушения эмоциональной сферы (неадекватные и бурные реакции, сниженная способность распознавать и проявлять эмоции), которые связаны как с определенными социально-психологическими факторами (конфликтность и критичность членов семьи), так и с дисфункцией структур мозга.

**Формулирование целей и задач статьи.** Основной целью является изучение связи неуправляемой эмоциональной возбудимости больных шизофренией и уровнем их социально-психологической адаптации.

Прежде всего, была поставлена задача по выявлению уровня неуправляемой эмоциональной возбудимости и социально-психологической адаптации больных шизофренией, затем проведен сравнительный анализ относительно изучаемых параметров двух групп респондентов: психически здоровые лица и больные шизофренией. В заключение проводится корреляционный анализ по определению характера связи вышеуказанных

параметров в групі осіб з діагнозом «шизофренія». Першу групу учасників дослідження представили 30 пацієнтів з діагнозом «параноїдна шизофренія» в віці від 18 до 55 років. Всі пацієнти на момент проведення дослідження проживали на території психоневрологічного дому-інтернату. В дослідженні прийняли участь пацієнти в стані стійкої лікарської ремісії, підтвердженої лікувальними діями лікарів, при відсутності на момент дослідження продуктивної психотичної симптоматики та коморбідних розладів, в тому числі органічного ураження головного мозку, незалежно від його етіології та ступеня вираженості когнітивного зниження за органічним типом. На участь в дослідженні пацієнтами було дано добровільне згоду в поєднанні з вираженою мотивацією та адекватним ставленням до виконання запропонованих психологічних методик. Групу порівняння склали 30 психічно здорових осіб в віці від 18 до 55 років (студенти заочної форми навчання). За віковими характеристиками та статевому складу група порівняння була порівнянимою з групою пацієнтів.

**Изложение основного материала.** Для дослідження використовувалися наступні методики: методика експрес-діагностики неуправляемої емоційної збудливості, автор В.В. Бойко. Данна методика дозволяє визначити рівень неуправляемої емоційної збудливості. Кількість баллів менше 5 вказує на низький рівень імпульсивності, 5–9 баллів – на наявність імпульсивності та від 10 до 12 баллів вказує на високий рівень імпульсивності, який супроводжується неуправляемою емоційною збудливістю та може бути неприємним для партнера.

Опитувальник для визначення рівня соціально-психологічної адаптації розроблений Карлом Роджерсом та Розалін Даймонд, адаптований А.К. Осницьким. Данна методика виявляє ступінь адаптованості-деадаптованості особистості в соціальному середовищі. Деадаптована особистість передбачає наявність емоційного дискомфорту, низького рівня самоприйняття та прийняття інших, наявність вираженого бажання домінувати, сильної залежності від інших та вираженого екстернального локусу контролю.

За шкалою «Неуправляема емоційна збудливість» у хворих шизофренією отримані наступні дані:  $x_{\min} = 9$ ,  $x_{\max} = 13$ , середнє арифметичне  $M = 11,62$ , при стандартному відхиленні  $S = 1,36$ . Даний рівень емоційної

збудливості вказує на те, що у опитаних пацієнтів з діагнозом «шизофренія» високий рівень неуправляемої емоційної збудливості. За шкалою «Адаптивність» для пацієнтів з діагнозом «шизофренія» були отримані наступні дані:  $x_{\min} = 7$ ,  $x_{\max} = 18$ , середнє арифметичне  $M = 13,30$ , при стандартному відхиленні  $S = 2,8$ . За шкалою «Деадаптивність» у хворих шизофренією були отримані наступні дані:  $x_{\min} = 24$ ,  $x_{\max} = 37$ , середнє арифметичне  $M = 29,20$ , при стандартному відхиленні  $S = 3,3$ .

Отримані дані вказують на те, що хворі шизофренією мають високий рівень неуправляемої емоційної збудливості та деадаптивності та низький рівень адаптивності.

З метою виявлення достовірних відмінностей щодо параметрів соціально-психологічної адаптації (деадаптивності та адаптивності) та неуправляемої емоційної збудливості пацієнтів з діагнозом «шизофренія» та психічно здорових осіб розраховано критерій U-Манна-Уїтні щодо вказаних параметрів. Статистичний критерій U-Манна-Уїтні використовується для оцінки відмінностей між двома незалежними вибірками. Він дозволяє виявити відмінності в значенні параметра між малими вибірками.

Середній ранг адаптивності пацієнтів з діагнозом «параноїдна шизофренія» склав 16,41, середній ранг деадаптивності – 45,59. Психічно здорові особи показали більш високий рівень адаптивності та невисражену деадаптивність (середній ранг адаптивності психічно здорових осіб склав 46,41, середній ранг їх деадаптивності – 15,59). Такі відмінності середніх рангів достовірні, так критерій U-Манна-Уїтні  $U_{\text{адап}} = 1500$  при  $p = 0,000$  та  $U_{\text{деадап}} = 1500$  при  $p = 0,000$ .

Достовірними є відмінності для параметра «неуправляема емоційна збудливість» хворих шизофренією та психічно здорових осіб критерій U-Манна-Уїтні  $U_{\text{емоц. возб.}} = 5500$  при  $p = 0,000$ . Середній ранг неуправляемої емоційної збудливості для хворих шизофренією склав 47,31, для психічно здорових осіб – 16,20.

Розрахунок критерію U-Манна-Уїтні дозволяє зробити висновок про те, що хворі шизофренією мають достовірно більш виражену неуправляему емоційну збудливість, менш виражену адаптивність та більш виражену деадаптивність в порівнянні з психічно здоровими особами.

С целью выявления характера взаимосвязи параметров социально-психологической адаптации (адаптивности и дезадаптивности) и неуправляемой эмоциональной возбудимости проведен корреляционный анализ по Спирмену.

Корреляционный анализ показал наличие взаимосвязи дезадаптивности (адаптивности) и эмоциональной возбудимости больных шизофренией, так как коэффициент корреляции адаптивности и неуправляемой эмоциональной возбудимости  $r=-0,53$  при  $p=0,003$ . коэффициент корреляции дезадаптивности и неуправляемой эмоциональной возбудимости  $r=0,136$  при  $p=0,407$ . Это указывает на то, что данные по шкале «неуправляемая эмоциональная возбудимость» опрошенных пациентов с диагнозом «шизофрения» обратно пропорционально связана с данными по шкале «адаптивность» и не связана с данными по шкале «дезадаптивность». Адаптивность обратно пропорционально связана с дезадаптивностью личности больного шизофренией ( $r=-0,40$  при  $p=0,001$ ).

**Выводы и перспективы исследования.** Социально-психологическая адаптация характеризует процесс вхождения и принадлежности личности к социальному окружению, усвоению ее сложившихся норм, отношений и правил, а также занятию определенного места в структуре отношений. Данное исследование показало, что больные шизофренией имеют низкий уровень социально-психологической адаптации и более высокий уровень неуправляемой эмоциональной возбудимости в сравнении со здоровыми лицами.

Как показало исследование, неуправляемая эмоциональная возбудимость связана только с

адаптивностью личности больного шизофренией и совсем не связана с его дезадаптивностью. Такую специфическую взаимосвязь можно объяснить тем, что неуправляемая эмоциональная возбудимость и проблемы с регуляцией эмоций являются потенциальными условиями дискомфорта взаимодействия с социальным окружением и снижает адаптацию личности больного шизофренией.

Возможным объяснением сниженной адаптивного ресурса личности могла быть, выявленная в других исследованиях, непосредственная обратная связь между эмоциональной нестабильностью и симптоматикой шизофренией. Данная связь была описана в мета-анализе 123 исследований (1980–2016 гг.) и в среднем составила – 0,17. Таким образом, эмоциональная нестабильность связана с ростом симптоматики шизофрении, что может привести к нарушению адаптации [9]. В свою очередь, проявление позитивной и негативной симптоматики приводит к снижению адаптационных способностей больных шизофренией. Предиктивная значимость позитивной и негативной симптоматики в снижении адаптации наряду с факторами «социальная интеграция», «работа», «нарушения памяти» была описана в лонгитюдном исследовании Lecomte et al. [10].

Исследование показало, что адаптация больных шизофренией связана с их эмоциональной возбудимостью. Однако, как показал анализ научных исследований, процесс адаптации больных шизофренией представляет собой сложную систему нейрофизиологических, когнитивных и поведенческих факторов.

#### Список литературы:

1. Heinszen, R.K., Liberman, R.P., Kopelowicz, A. Psychosocial skills training for Schizophrenia: lessons from the laboratory. *Schizophrenia Bulletin*. 2000. Vol. 26. № 1. P. 22–46.
2. Kern, R.S., Glynn, R.S., Horan, W.P., Marder, S.R. Psychosocial Treatments to Promote Functional Recovery in Schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*. 2009. Vol. 35, № 2. P. 347–361.
3. Butzlaff, R.L., Hooley, J.M. Expressed emotion and psychiatric relapse: a meta-analysis. *Arch Gen Psychiatry*. 1998. № 55(6). P. 547–552.
4. Rosenfarb, I.S., Nuechterlein, K.H., Goldstein, M.J., Subotnik, K.L. Neurocognitive vulnerability, interpersonal criticism, and the emergence of unusual thinking by schizophrenic patients during family transactions. *Arch Gen Psychiatry*. 2000. № 57(12). P. 1174–1179.
5. Emsley, R., Rabinowitz, J., Torrey, M. The factor structure for the PANSS in recent-onset psychosis. *Schizophrenia Research*. 2003. № 61. P. 47–57.
6. Li, H., Chan, R., McAlonan, G.M., Gong, Q. Facial emotion processing in schizophrenia: a meta-analysis of functional neuroimaging data. *Schizophrenia Bulletin*. 2010. № 36(5). P. 1029–1039.
7. Ciompi, L. The Key Role of Emotions in the Schizophrenia Puzzle. *Schizophrenia Bulletin*. 2015. № 41(2). P. 318–322.
8. Brunet-Gouet, E., Decety, J. Social brain dysfunctions in schizophrenia: a review of neuroimaging studies. *Psychiatry Research*. 2006. № 148(2–3). P. 75–92.
9. De Sousa, P., Sellwood, W., Griffiths, M., Bentall, R.P. Disorganisation, thought disorder and socio-cognitive functioning in schizophrenia spectrum disorders. *The British Journal of Psychiatry*. 2019. № 214. P. 103–112.

10. Lecomte, Y./Stip, E., Caron, J., ,Renaud, S/ An exploratory study of adaptation of people with schizophrenia *Santé mentale au Québec*. 2007. № 32(1). P. 137–158.

**Krutolevich H.N. EMOTIONAL EXCITEMENT OF PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA AND THEIR SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION**

*Despite the long-term period of schizophrenia research, the relevance of studying the problem of symptoms and the development of factors of this disorder remains. This study examines the relationship between uncontrolled emotional excitability and socio-psychological adaptation of patients with schizophrenia.*

*Patients with schizophrenia are characterized by inadequate and violent emotional reactions on minor occasions. An excited state, a high level of impulsivity with manifestations of hostility towards others, causes fear and detachment in many people. Inadequate and impulsive reactions are specific to this disease, patients with schizophrenia in cases of a malignant course become egocentric, indifferent to others and to themselves and their fate, apathy develops. In patients with schizophrenia pronounced emotional ambivalence and paradoxical emotional reactions are more often observed. This is due to genetic, neurophysiological, neurochemical and socio-psychological factors.*

*The study involved 30 patients with schizophrenia and 30 healthy people. A correlation analysis of the parameters and a comparative analysis of the data on emotional excitability and socio-psychological adaptation of two groups (patients with schizophrenia and mentally healthy people) were carried out. The study showed that patients with schizophrenia have a high level of emotional excitability and maladaptivity and a low level of adaptability.*

*A comparative analysis of the data of the studied parameters of the two groups showed that patients with schizophrenia have a significantly higher level of emotional excitability, maladaptation and a lower level of adaptability than healthy individuals.*

*Correlation analysis revealed a significant negative relationship between the adaptability of the individual and the level of socio-psychological adaptation ( $r=-0,53$ ,  $p=0,003$ ).*

**Key words:** *patients with schizophrenia, socio-psychological adaptation, maladaptivity, adaptivity, emotional excitability.*

**Купчишина В.Ч.**

Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького

**Білецька Т.В.**

Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького

## ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ОСОБИСТІСНОЇ АМБІВАЛЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ-ПРИКОРДОННИКІВ

*У статті презентовано результати теоретичного та емпіричного аналізу особливостей прояву особистісної амбівалентності майбутніх офіцерів-прикордонників. Підкреслено, що особиста амбівалентність – це властивість, притаманна кожному індивіду, яка проявляється в одночасній чи послідовній подвійності взаємовиключно діючих з певною силою, протилежних сторін мотивів, емоцій, когніцій, поведінки. Її поширення у свідомості молоді формує певні суперечності на шляху її соціалізації та інтеграції у соціум. Визначено фактори, що прямо чи опосередковано детермінують поширення амбівалентності: особистісно-психологічні, соціально-психологічні, демографічні. Презентовано критерії та показники прояву особистісної амбівалентності, зокрема: організованість діяльності, ціннісно-смилова організація особистості, рішучість, самостійність, наполегливість, прив'язаність, страх, стабільність настрою, агресивність, самовладання, щирість, вольові дії тощо.*

*Визначено методики дослідження особливостей прояву особистісної амбівалентності. У результаті проведеного дослідження, респондентами якого виступили курсанти першого та четвертого курсів (загальна кількість опитаних – 47 осіб) спеціальності 053 Психологія НАДПСУ імені Богдана Хмельницького було вивчено рівень довіри та схильність до агресії. Виявлено, що найбільші показники у курсантів першого курсу предметної та емоційної агресивності, натомість у випускників найвищим є показник самоагресії, а серед соціальних інститутів, які користуються найбільшим рівнем довіри у курсантів виявилися сім'я та навчальна група. Підкреслено, що вчасно виявлені страхи курсантів, особисті проблеми та взаємини в межах курсантського колективу, що детермінують поширення серед них девіації можуть бути відкоригованими та виправленими за допомогою кваліфікованих фахівців, а також психопрофілактичних, психодіагностичних заходів.*

**Ключові слова:** амбівалентність, особистісна амбівалентність, афіліація, юнацький вік, офіцери-прикордонники.

**Постановка проблеми.** Трансформаційні процеси, започатковані в українському суспільстві в кінці ХХ – на початку ХХІ ст. детермінували зміни не лише на рівні базових соціальних інститутів, таких як економіка, політика, культура тощо, але й суттєво вплинули на сформовані історично традиційні ідентифікаційні схеми, систему ціннісних орієнтацій особистості та на її поведінкові стратегії. Як наслідок, масова та індивідуальна свідомість більшості сучасних українців характеризується суперечливими оцінками соціальних подій, неінституціоналізованими соціальними установками, схильністю до різних форм девіації. Найбільш вразливою в цьому контексті соціальною групою є молодь. Останній, зважаючи на суперечливі, часто кризові соціально-політичні та соціально-економічні процеси, дедалі складніше реалізувати себе в обраних соціальних

ролях, досягати професійної реалізації та соціального успіху загалом. Поширення амбівалентності у свідомості молоді формує певні суперечності на шляху її соціалізації та інтеграції в соціум. У зв'язку із цим існує потреба у теоретичному та емпіричному аналізі феномену амбівалентності, впливу останньої на формування особистості майбутніх офіцерів-прикордонників.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасній психології появу перших наукових розвідок, присвячених проблемі амбівалентності фіксуємо в середині ХХ ст. Серед західних вчених цей феномен досліджували Е. Дюркгейм, Р. Мертон, З. Фрейд, К. Юнг. Пізніше вплив амбівалентності на свідомість та поведінку вивчали західні та вітчизняні науковці Л. Божович, Т. Зелінська, В. Кравченко, М. Савчин, М. Томчук, С. Томчук, С. Шевченко та інші дослідники. Аналіз наукових

добробків у цій сфері дає змогу вести мову про відсутність досліджень, присвячених аналізу змістових аспектів і складових феномену амбівалентності, її впливу на формування особистості в процесі її професійної підготовки.

**Постановка завдання.** Метою дослідження є аналіз впливу амбівалентності на формування особистісних установок та поведінки майбутніх офіцерів-прикордонників.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Досліджуючи людину на різних етапах її розвитку, більшість науковців підкреслює, що амбівалентність особистості виступає базисним новоутворенням її особистісного розвитку. Так, Л. Божович під час вивчення юнацького віку зазначає, що «особистісна амбівалентність носить як конструктивний, гармонійний, так і деструктивний, дисгармонійний характер (розбалансованість, дезінтеграція протилежностей у негативну спрямованість)». На думку вченого, цей феномен особливо активно та гостро проявляється у ранньому юнацькому віці та детермінує виникнення інтенсивної амбівалентності особистості [1, с. 113]. До того ж, для цього періоду її формування властивою і досить поширеною є агресивність.

Серед факторів, що прямо чи опосередковано впливають на її виникнення та поширення, відзначимо такі: особистісно-психологічні, соціально-психологічні, демографічні. Досить часто прикладами їх проявів є поведінка членів родини, однолітків, референтного оточення, героїв кінофільмів, різноманітних ігор. Факторами впливу можуть бути також як зовнішні (ситуативні), наприклад, вплив кліматичних умов, температура навколишнього середовища, велике скупчення людей, дискомфорт, зазіхання на особистий простір, вороже соціальне середовище, біль, виникнення стресової ситуації, очікування помсти за власні агресивні дії, вживання алкоголю, сексуальне збудження тощо), так і внутрішні (особистісні) чинники, серед яких: високий рівень тривожності та депресії, підвищена емоційна реактивність, негативна афективність, завищена самооцінка, низький рівень розвитку інтелекту, антисоціальна спрямованість особистості, схильність приписувати оточуючим агресивні наміри, тощо» [8, с. 165–166].

У юнацькому віці важливим є також оцінка особистості іншими, прийняття/неприйняття групою однолітків, оточенням, адже саме в цей період активно розвивається і формується система цінностей особистості, що відповідає у більшості випадків усталеним суспільним нормам

і зразкам; особистісна рефлексія (самопізнання та визначення власного місця у світі); статево-рольова ідентифікація, закріплення гендерних норм, ролей і правил поведінки; почуття дорослості, прагнення до афіліації, тощо [6, с. 129]. Аналізуючи умови формування останньої, більшість дослідників узагальнюють чинники афіліації особистості за переліченими нижче критеріями: необхідність порівнювати себе з іншими, мінімізувати почуття невпевненості; потреба в емоційній підтримці; потреба в отриманні схвалення, уваги; прагнення отримати позитивну стимуляцію завдяки цікавому живому спілкуванню [4, с. 52–53].

Як уже нами зазначалося, дослідженню амбівалентності як соціально-психологічному феномену присвячена значна кількість наукових робіт, серед них розвідки Т. Зелінської. Дослідницею подано авторське визначення особистої амбівалентності – це властивість, притаманна кожному індивіду, яка проявляється в одночасній чи послідовній подвійності взаємовиключно діючих з певною силою, протилежних сторін мотивів, емоцій, когніцій, поведінки [2, с. 12–13].

Досліджуючи особистісну амбівалентність майбутніх офіцерів-прикордонників, відзначимо наявність їх переживань щодо майбутнього, які певним чином відображаються на їхньому психічному та фізичному здоров'ї. До факторів, що детермінують поширення амбівалентності, можемо уналежнити складну економічну ситуацію, реформи в освіті, наявність пандемії COVID-19, введення карантинних заходів, взаємини з оточенням, особистісні вікові зміни тощо. Мінімізувати вплив означених факторів можливо за умови посилення ролі соціальної підтримки особистості.

Характеризуючи професійну діяльність майбутніх офіцерів-прикордонників, необхідно враховувати також вплив внутрішніх і зовнішніх факторів. Вони по-різному можуть відобразитися на перебігу їх оперативно-службової діяльності, психічному здоров'ї, зокрема провокувати високу внутрішню напругу, залежність від шкідливих звичок, медичних препаратів, комп'ютерних ігор тощо. У зв'язку з цим у психологічній науці за останній період фіксуємо появу нових дефініцій: гнівоголізм (пристрасть до розрядки афекту спалахами необґрунтованого гніву), працеголізм (пристрасть до самореалізації через нехтування відпочинком, родиною), сексоголізм (часта зміна партнера, педофілія, насильство), шопінгоманія (пристрасть до безсистемного скуповування нових речей без урахування їх необхідності),

міфоманія (брехня), ігроманія, любовна залежність (нав'язливість щодо одної людини, в яку особистість закохалася однобічно), комп'ютерна залежність, геймеризм тощо.

Вивчення таких психічних явищ виокремила та описала у своєму дослідженні Т. Лук'яненко. Нею було визначено та проаналізовано такі їх рівні, як: конкордантно-збалансований низький, дискордантно-незбалансований середній та дискордантно-дезінтегрований високий. На думку науковця, низький рівень особистісної амбівалентності характеризується збалансованістю виявів позитивних і негативних реакцій особистості з позитивною спрямованістю. Високому і низькому рівням особистісної амбівалентності властива негативна стійка спрямованість особистості (пристрасть до паління, алкоголю, агресії, небезпечних розваг) [5, с. 26].

Враховуючи, що велику кількість часу майбутні офіцери-прикордонники проводять, спілкуючись один з одним, з викладачами, курсовими офіцерами, керівництвом факультетів, Академії, в межах цієї комунікації часто виникають різноманітні непорозуміння. І саме від викладачів та офіцерів залежить, наскільки швидко та своєчасно вони помітять, відреагують на зміну в настроях курсантів, групи, їхню поведінку, взаємини. Аналіз досвіду та якості діяльності науково-педагогічного та офіцерського складу Академії засвідчив той факт, що військовослужбовці та працівники закладу різними способами намагаються формувати психологічно-сприятливий, позитивний клімат у групі не лише під час освітнього процесу, але й поза його межами, надають перманентну емоційну підтримку. Це, своєю чергою, сприяє налагодженню комунікативного процесу, вмотивованості курсантів до навчання та швидкому вирішенню проблемних моментів.

Значну роль у вирішенні питань щодо вияву та усунення інфантильних залежностей належить психологу. Саме він на професійному рівні забезпечує кваліфіковану допомогу у розумінні сутті проблеми, залежності та її наслідків для особистості. Визнаємо, що деякі конфліктні ситуації, наявність залежностей курсанти намагаються вирішити самотужки, але не завжди зустрічають підтримку та віру в них з боку соціального оточення.

Для детального вивчення проявів особистісної амбівалентності особистості у психології існує ряд методик, технік, опитувальників тощо. У таблиці презентовано найбільш валідні та надійні психодіагностичні методики аналізу амбівалентності (див. табл. 1).

Аналіз наукових результатів вивчення особистісної амбівалентності засвідчив різноманітність її критеріїв. Так, Р. Ассаджолі, В. Іванніков, Т. Огден, В. Семиченко до них уналежнюють здатність особистості до саморегуляції та рівень її індивідуального розвитку, агресивність, прив'язаність, самоактуалізацію, віру в себе, настрій, страх тощо [4, с. 55].

У межах дослідження ми оперували такими критеріями та показниками прояву особистісної амбівалентності: організованість діяльності (здатність особистості до структурування, відокремлення головного від другорядного у своїх вчинках); ціннісно-смілова організація особистості (прояви етичних і особистісних цінностей на етапі свого розвитку); усвідомлення сенсу життя взагалі та конкретної діяльності зокрема; рівень організованості життя; відповідність поведінки ціннісним і розумовим орієнтирам тощо); рішучість (здатність особистості до швидкої оцінки ситуації, вибір та реалізація оптимального для себе варіанту поведінки); самостійність (ступінь незалежності особистості від сторонніх впливів, а також рівень вмінь, навичок та знань, які необхідні для досягнення поставленої мети), наполегливість (стійкість прийнятої власної поведінки), прив'язаність, страх, стабільність настрою, агресивність; самовладання, щирість, вольові дії тощо.

Оперуючи ними, ми можемо дослідити професійне самовизначення особистості, рівень розвитку її вольових якостей та особливості особистісної амбівалентності. Отримані результати дадуть нам можливість переглянути вимоги, які висуваються до офіцера-прикордонника, зафіксувати якість їх проявів, що посилить ефективність системи їх професійної підготовки.

У межах дослідженнями нами було реалізовано вивчення таких особистісних проявів майбутніх офіцерів-прикордонників як: 1) оцінювання агресивної поведінки курсантів (опитувальник Л. Почебута «Тест агресивності»); 2) довіра до себе у курсантів 1 курсу (Рефлексивний опитувальник «Довіра до себе» Т. Скрипкіна) [9, с. 98–102].

У дослідженні взяли участь курсанти першого курсу (25 осіб) і четвертого курсу (22 особи), які навчаються за спеціальністю 053 «Психологія» Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Проведене емпіричне дослідження щодо вивчення інтенсивності деяких проявів особистісної амбівалентності майбутніх офіцерів-прикордонників дало змогу отримати наступні результати.



**Методики дослідження особливостей прояву особистісної амбівалентності  
у майбутніх офіцерів-прикордонників**

<b>Предмет оцінювання</b>	<b>Методики дослідження</b>
Ступінь агресивності та її форми	Вивчення показників та форм агресії за методикою А. Басса та А. Даркі (адаптація О. Осницького) Оцінювання агресивності в стосунках (тест А. Ассінгера) Опитувальник тесту агресивності (Л. Почебута)
Самооцінювання	Методика дослідження самооцінювання (С. Будассі) Методика самооцінки особистості Дж. Менестера та Р. Корзіні Методика «Оцінювання, самооцінювання амбівалентності» Т. Зелінської
Локус контролю	Опитувальник рівня суб'єктивного контролю (Є. Бажина, Є. Голинкіна, А. Еткінд)
Оцінювання трьох компонентів (передбачуваності, надійності та єдності (тотожності) міжособистісної довіри	Методика міжособистісної довіри (Р. Левицький, М. Стівенсон, Б. Банкер) Методика довіри/недовіри особистості собі, іншим людям, світу (А. Купрейченко)
Вольова організація особистості	Методика дослідження вольової організації особистості А. Хохлова Методика розвитку організації В. Зигерта, Л. Ланга (модифікація Л. Карамушки)
Оцінювання загальної довіри до себе, людей і людства загалом, рефлексивність	Методика «Віра в людей» (М. Розенберг) Рефлексивний опитувальник «Довіра до себе» Т. Скрипкина Опитувальник Т. Пауелла «Як я турбуюсь про себе» (з адаптацією І. Михайлової) Опитувальник «Амбівалентність соціальної установки» А. Хурсак Методика вивчення довіри до себе (Н. Астаніна) Методика оцінювання рефлексивності (А. Карпов) Рефлексивний опитувальник рівня довіри до себе (А. Купрейченко) Опитувальник Дж. Коутса «Майбутнє людства» (з модифікацією Т. Зелінської)
Навчальна діяльність особистості	Методика мотивації професійної діяльності К. Замфіра Методика вивчення мотивів навчальної діяльності у модифікації А. Реана,
Особливості прояву гендерних ролей	Опитувальник «Жіноча/чоловіча амбівалентність» Т. Зелінської Шкала соціального інтересу особистісної значущості рис Д. Кренделла
Міжособистісні стосунки	Методика формально-динамічних показників товарищескості О. Саннікової Методика діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні В. Бойко Діагностики рівня полікомунікативної емпатії І. Юсупова
Здатність до лідерства	Методика здатності до лідерства Р. Немова

Так, згідно з опрацьованими даними тестування, за опитувальником Л. Почебута, у курсантів по-різному проявляється агресивність за всіма шкалами агресивної поведінки (див. табл. 2).

Як демонструють дані Табл. 2, найбільші показники у курсантів першого курсу предметної та емоційної агресивності, натомість у випускників (курсанти четвертого курсу) найвищим є показник самоагресії.

Рефлексивний опитувальник «Довіра до себе» Т. Скрипкина надав можливість проаналізувати рівень довіри до себе. Курсантам було запропоновано бланк із визначеними твердженнями щодо трьох сфер життєдіяльності особистості та необхідно було відповісти на запитання: «У якій мірі я довіряю собі за кожною із зазначених сфер життєдіяльності: 1) сім'я; 2) навчальна діяльність; 3) сфера соціальних контактів». При цьому,

ступінь довіри за трьома сферами курсант повинен оцінити за наступними класифікаторами: 1 – довіряю; 2 – частково довіряю; 3 – не довіряю. Ключ до інтерпретації результатів діагностики дав змогу виявити психологічні особливості довіри до себе, що проявляються на внутрішньо особистісному рівні і розкривають зміст довіри особистості до себе [3, с. 138–41].

Аналіз отриманих результатів продемонстрував, що серед курсантів першого та четвертого курсів найвищим є рівень довіри сім'ї – 40% опитаних, навчальній групі – 30%, а от сфера соціальних контактів отримала досить низькі показники – 10%. Такі результати дослідження виявили наявність проблемних моментів у життєдіяльності курсантів. Враховуючи це, професійна психологічна допомога, особливо першокурсникам, які проходять процес адаптації, враховуючи специфіку навчального

## Прояви агресивності у майбутніх офіцерів-прикордонників

Шкала агресивної поведінки	Курсанти 1 курсу	Курсанти 4 курсу
Вербальна агресивність (ВА)	20%	10%
Фізична агресивність (ФА)	10%	5%
Предметна агресивність (ПА)	25%	30%
Емоційна агресивність (ЕА)	25%	20%
Самоагресія (СА)	20%	35%

закладу, може здійснюватися через систематичні консультації та бесіди, в основі яких – позитивні, гуманістичні, оптимістичні погляди К. Роджерса. Згідно з його концепцією, психолог надає клієнту можливість вільного вибору щодо особистісних змін завдяки самоактуалізації.

Отже, амбівалентність особистості за умови детального вивчення її особливостей та проявів дасть змогу особистості подолати труднощі соціальної реалізації, що забезпечить її ефективне функціонування в сфері професійної зайнятості.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Знання про специфіку амбівалентності особистості надають можливість краще зрозуміти ті проблемні питання, які існують і будуть виникати в її життєдіяльності, сприятимуть збалансованості суперечностей, що в подальшому забезпечить формування цілеспрямованості, психологічної стійкості, професійної реалізації тощо.

Діагностичний інструментарій засвідчив різноманітність методів і засобів діагностування

проявів особистісної амбівалентності загалом і курсантів зокрема. Вчасно виявлені їхні страхи, проблеми в особистому житті та у функціонуванні курсантського колективу, відхилення в поведінці можуть бути відкориговані та виправлені за допомогою кваліфікованих фахівців. Доцільним у цьому контексті є також використання різноманітних психопрофілактичних, психодіагностичних заходів (бесіди, перегляди наукових, художніх та документальних фільмів, читання художньої літератури, прийоми арт-терапії тощо).

Проведений аналіз виявлення та характеристики особливостей особистісної амбівалентності особистості майбутніх офіцерів-прикордонників не вичерпує всіх аспектів означеної проблеми. Перспективи подальших розвідок вбачаємо в дослідженні особливостей функціонування особистісної амбівалентності впродовж наступних життєвих періодів офіцерів-прикордонників, що й буде предметом нашого подальшого наукового пошуку.

## Список літератури:

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности : избр. психол. труды. Воронеж, 1995. 352 с.
2. Зелінська Т.М. Психологія особистісної амбівалентності в юнацькому віці : автореф. дис. ... д. психол. наук : 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія : Національний пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2014. 46 с.
3. Кравченко В.Ю. Довіра до себе у вимірі життєдіяльності особистості у юнацькому віці. *Молодий вчений*. № 3 (18). 2015. С. 138–141.
4. Купрій Т.Г. Соціальна афіліація студентської молоді як чинник організаційного розвитку вищої школи. 2016, № 3 (15). С. 51–62.
5. Лук'яненко Т.Н. Психологічні особливості дискордантної амбівалентності особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2001. № 1. С. 25–26.
6. Павелків Р.В. Вікова психологія : підручник. Вид. 2-е, стер. Київ : Кондор, 2015. 469 с.
7. Терещенко К.В. Афіліація персоналу як соціально-психологічний чинник організаційного розвитку освітніх організацій. *Актуальні проблеми психології : зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ : А.С.К., 2011. Т. I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. 2011. Вип. 32. С. 227–232.
8. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.
9. Фетіскін Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Соціально-психологічна діагностика розвитку особистості і малих груп. Москва, 2002. С. 98–102.
10. Шастко І.М. Науково-теоретичне вивчення проблеми переживання амбівалентності особистості. *«Молодий вчений»*. Серія: Психологічні науки, № 5 (69), травень, 2019. С. 76–78.

**Kupchyshyna V.Ch., Biletsky T.V. PECULIARITIES OF MANIFESTATION OF PERSONAL AMBIVALENCE OF FUTURE BORDER OFFICERS**

*The article presents the results of theoretical and empirical analysis of the peculiarities of the manifestation of personal ambivalence of future border guards. It is emphasized that personal ambivalence is a property inherent in each individual, which is manifested in the simultaneous or sequential duality of mutually exclusive with a certain force, opposite sides of motives, emotions, cognitions, behavior. It's spread in the minds of young people forms certain contradictions on the way to its socialization and integration into society. Factors that directly or indirectly determine the spread of ambivalence are identified: personal-psychological, socio-psychological, demographic. Criteria and indicators of personal ambivalence are presented, in particular: organization of activity, value-semantic organization of personality, determination, independence, persistence, attachment, fear, stability of mood, aggression, self-control, sincerity, volitional actions, etc.*

*Methods of research of features of display of personal ambivalence are defined. As a result of the research, the respondents of which were first and fourth year cadets (total number of 47 respondents), specialty 053 Psychology of the Bohdan Khmelnytsky NADPSU, the level of trust and propensity to aggression was studied. It was found that the first rates of first-year cadets are subject to emotional and emotional aggression, while graduates have the highest rate of self-aggression, and among the social institutions that enjoy the highest level of trust in cadets were family and study group. It is emphasized that the cadets' fears, personal problems and relationships within the cadet team, which determine the spread of deviations among them, can be corrected and corrected with the help of qualified specialists, as well as psychoprophylactic, psychodiagnostic measures.*

**Key words:** ambivalence, personal ambivalence, affiliation, adolescence, border guards.

**Леонова І.М.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЖІНОК ІЗ РІЗНИХ СОЦІАЛЬНИХ ГРУП

*У статті наведено результати емпіричного дослідження соціально-психологічних властивостей особистості жінок із різних соціальних груп, а також проведений порівняльний аналіз цих властивостей.*

*Розглянуті такі загальні тенденції, де показники спонтанної агресивності, депресивності, комунікабельності й емоційної лабільності перебувають на середньому рівні для всіх шести жіночих груп. Показники екстраверсія-інтроверсія та маскуліність-фемінність знаходяться в полюсі інтроверсії та фемінності, тоді як невротичність, роздратованість, врівноваженість, реактивна агресивність і відкритість мають різні показники залежно від групової приналежності.*

*Виявлено, що:*

**1. Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території,** мають андрогенний тип гендерної приналежності, емоційно стабільні, стримані, мають контроль поведінки, в міру відкриті, комунікативні, сором'язливі, з наявністю невеликої тривожності, скутості й невпевненості в собі, що є наслідком труднощів у соціальних контактах.

**2. Релігійні жінки** – фемінні, невротичні, емоційно нестійкі з прихильністю до афективних і пасивно-оборонного типу реагувань, тривожні, скуті, невпевнені в собі, інтровертні, з проявами депресивних станів, що безпосередньо впливає на їх труднощі в спілкуванні й взаєминах з оточуючим середовищем і на переживання відчуття самотності.

**3. Жінки, які перебувають у виправній колонії,** – андрогенні, але з прихильністю до маскуліності, домінанті, психопатичні, емоційно нестійкі, зі схильністю до афективних реагувань та агресивної поведінки.

**4. Жінки-переселенки з тимчасово окупованої території** – фемінні, самокритичні, прагнуть до довірливо-відвертих взаємодій з оточуючими, уразливі до стрес-факторів, мають невелику невпевненість у собі, песимістичний настрій і пасивність у діяльності.

**5. Жінки-інваліди** – фемінні, емоційно нестабільні, вразливі щодо стрес-факторів, з агресивною поведінкою, з прагненням до домінування.

**6. Жінки-киянки** – андрогенні, але більш схильні до фемінності, у стресових ситуаціях можуть мати як стійкість, так і пасивно-оборонний тип характеру (тривожність, скутість, невпевненість), оптимістичні й активні, з прагненням до домінування з наявністю агресивної поведінки.

*Порівнюючи характеристики властивостей особистості жінок із різних соціальних груп, було статистично встановлено значуща відмінність між жіночими групами.*

**Ключові слова:** самотність, соціальні жіночі групи, внутрішні стани, соціально-психологічні чинники, індивідуальні особливості, емоційні відношення.

**Постановка проблеми.** Питання жіночої самотності й нині є актуальним і популярним. Гостроту проблеми самотності сучасної жінки надає її усвідомлення групової приналежності (наприклад, релігійні, внутрішньо переміщені особи (переселенці), ув'язнені тощо), об'єктивні та суб'єктивні чинники, які безпосередньо впливають на переживання цього почуття. Соціально-психологічні властивості особистості жінки є одним із чинників, що сприяє активному залученню особистості до спілкування і взаємодії з оточуючими, до сус-

пільних процесів формуючи певні взаємовідносини із соціумом, а також сприяє успішній соціальній адаптації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій за проблематикою.**

Аналіз сучасної наукової літератури показує наявну значну кількість досліджень, присвячених висвітленню психології жінок у психологічному плані ця проблематика пов'язана з іменами Р.А. Dykstra і Т. Fokkema [15], О.В. Срібна [10], Є.В. Кулаєва [5], Ж.В. Пузанова [6; 7], В.Ібрутман [2],

О.В. Візгіна [3], М.Г. Панкратов [2; 3], С.Н. Єніклопов [2] тощо.

У середині нашого сторіччя роботою Дж. Мак й А. Шеріф було розпочато дослідження соціально-психологічних функцій статево-рольових стереотипів. Де суттєвий вклад у дослідженнях особливостей жінок, стереотипів жіночності (фемінінності), процесу статевої соціалізації й системі диморфізму надали роботи вчених Б.Г. Аманьєва [1], Ж.Г. Дусказієва [4], Л.Г. Степанова [11].

Щодо західних науковців Л. Kohlberg і Е.Е. Массобу [16], А. Bandura і Р.Н. Walters [13; 11], Л. Weitzma [17], то за допомогою їх спрямованих зусиль у психологію впроваджується теорія статевої соціалізації де акцент ставиться на соціальному навчінні (формування психологічної статі, статева роль) у процесі виховання.

Дослідниця Н.В. Шітова [12] у своїй роботі приділяла особливу увагу соціально-психологічним особливостям жінок, де вважала, що жіноча самотність надає негативний вплив на комунікацію і самооцінку, підвищуючи рівень тривоги. Також вона виділяла типи суб'єктивного сприймання жінками самотності – негативне і позитивне, активне і пасивне.

Важливо відзначити, що зарубіжні науковці J.T. Сасіорро і Л.С. Hawkley [14] встановили, що переживання самотності не тільки породжує безліч проблем у соціальній сфері, а й загострює вікові і особистісні зміни, проявляючись у дезадаптації, та у погіршенні психічного стану здоров'я людини.

Також соціально-психологічним особливостям самотніх жінок, а саме формування статусу і образу-Я у соціумі, у своїх роботах приділяли особливу увагу науковці Н.П. Романова [8], В.І. Сіляєва [9].

Отже, ми бачимо, що проблематика психології жінок більш зосередження на гендерному аспекті, статево-рольових аспектах, на формуванні я-концепції, виділенню типів суб'єктивного сприймання самотності жінками тощо. Але незважаючи на розробленість проблеми, відкритим залишаються питання саме соціально-психологічних властивостей жінок з різних соціальних груп, які сприяють появі почуття самотності.

**Постановка завдання.** Мета дослідження – виявлення та порівняння соціально-психологічних особливостей жінок з різних соціальних груп.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження.**

Дослідження жіночої самотності нерозривно пов'язане з аналізом індивідуально-особистісних та соціально-психологічних чинників, які впли-

вають на рівень формування самотності у жінок, які перебувають у різних соціальних групах. Тому для розуміння найхарактерніших особливостей, і більшої уяви про особистість самотньої жінки враховуючи її приналежність до певної групи, ми виявили середні значення показників, які пов'язані з переживанням почуття самотності.

Зазначимо, що у нашому дослідженні середні значення представлені «медіаною» (середнє значення для вибірки) в таблицях і графіках кожної соціальної групи жінок окремо. Першим кроком статистичної обробки даних була перевірка даних на нормальність. Для цього ми використали критерій Колмогорова-Смірнова (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test), до шкал усіх методик, які були проведені у ході дослідження. Спираючись на узагальнюючий показник Asymp. Sig. (2-tailed), який нижче 0,05 по кожному з показників, ми можемо стверджувати, що розподіл даних ненормальний. Отже, для подальшої обробки даних був використан непараметричний метод обробки даних, а саме непараметричний критерій Манна-Уїтні, окрім критерію t - Стюдента для виявлення статистично значущих відмінностей показників між шістьма групами респондентів. Це дало можливість побачити рівень вираженості (дотримуючись норм в методиках) того, чи іншого показника, в кожній досліджуваній групі жінок окремо. А також отримати переважно статистично значущі відмінності в показниках між усіма групами в цілому якщо такі є.

У ході аналізу одержаних результатів «Соціально-психологічні особливості особистості жінок і їх поведінки, що сприяють появі почуття самотності (самотність як сутнісна особистісна характеристика)» за методикою Фрайбурзький особистісний опитувальник F P I (форма В), були отримані такі середні значення (медіана), які представлені в таблиці 1.

Аналізуючи отримані показники досліджуваних шістьох жіночих груп (табл. 1) по Фрайбурзькому особистісному опитувальнику F P I (форма В) ми бачимо такі загальні тенденції – показники спонтанної агресивності, депресивності, комунікабельності та емоційної лабільності перебувають на середньому рівні для всіх досліджуваних. Показники екстраверсія-інтроверсія і маскуліність-фемініність знаходяться у полюсі інтроверсії і фемінінності, тоді як невротичність, роздратованість, врівноваженість, реактивна агресивність та відкритість мають різні показники в залежності від групової приналежності, дательніше ці відмінності ми опишемо нижче.

**Порівняння середніх показників станів та властивостей особистості жінок з різних соціальних груп за Фрайбурзьким особистісним опитувальником F P I (форма В)**

Медіана	Невротичність	Спонтанна агресивність	Депресивність	Роздратованість	Комунікабельність	Врівноваженість	Реактивна агресивність	Сором'язливість	Відкритість	Екстраверсія / інтроверсія	Емоційна лабільність	Маскулінність / фемінність
Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території	6,5	3,5	5	3,5	6	6	5	7	5	4	5	4
Релігійні жінки	8	4	6	7	6	6	4	7,5	5	2	5	3
Жінки, які перебувають у виправній колонії	6	5	6	7	6	5	7	6	5	4	6	4
Жінки-переселенки з тимчасово окупованої території	4,5	4	5	5	6	3,5	4	6	8	4	4,5	2
Жінки-інваліди (глухонім)	5	5	6	5,5	6	3	7	6	5	5	6,5	3
Жінки-киянки	5	5	5	6	6	7	7	7	6	5	6	3

**Перша група. Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території,** мають такі показники – високий рівень має шкала сором'язливості ( $M=7$ ), середній рівень спостерігається за шкалами: невротичність ( $M=6,5$ ), депресивність, комунікабельність ( $M=6$ ), врівноваженість ( $M=6$ ), реактивна агресивність ( $M=5$ ), відкритість ( $M=5$ ), екстраверсія/інтроверсія ( $M=4$ ), емоційна лабільність ( $M=5$ ) та маскулінність/фемінність ( $M=4$ ). Низькі показники за шкалами: спонтанна агресивність ( $M=3,5$ ), роздратованість ( $M=3,5$ ).

**Друга група. Релігійні жінки** мають високі показники з шкалами: невротичність ( $M=8$ ), роздратованість ( $M=7$ ), сором'язливість ( $M=7,5$ ), середній рівень показників за шкалами: депресивність ( $M=6$ ), комунікабельність ( $M=6$ ), врівноваженість ( $M=6$ ), відкритість ( $M=5$ ), емоційна лабільність ( $M=5$ ), спонтанна агресивність ( $M=4$ ), реактивна агресивність ( $M=4$ ). А також вражений полюс (низький рівень) інтроверсії і фемінності.

**Третя група. Жінки, які перебувають у виправній колонії,** мають високі показники за шкалами: роздратованість ( $M=7$ ) і реактивна агресивність ( $M=7$ ). Середні показники за шкалами: невротичність ( $M=6$ ), спонтанна агресивність ( $M=5$ ), депресивність ( $M=6$ ), комунікабельність ( $M=6$ ), врівноваженість ( $M=5$ ), сором'язливість ( $M=6$ ), відкритість ( $M=5$ ), емоційна лабільність ( $M=6$ ), також середній полюс спостерігається за показниками екстраверсія/інтроверсія і маскулінність/фемінність ( $M=4$ ).

**Четверта група. Жінки-переселенки з тимчасово окупованої території,** мають високі показники за шкалою відкритості ( $M=8$ ), а низькі за шкалами: врівноваженість ( $M=3,5$ ) та маскулінність/фемінність ( $M=2$ ). Середні показники за шкалами: невротичність ( $M=4,5$ ), спонтанна агресивність ( $M=4$ ), депресивність ( $M=5$ ), роздратованість ( $M=5$ ), комунікабельність ( $M=6$ ), реактивна агресивність ( $M=4$ ), сором'язливість ( $M=6$ ), емоційна лабільність ( $M=4,5$ ), екстраверсія/інтроверсія ( $M=4$ ).

**П'ята група. Жінки-інваліди (глухонімі),** мають високий рівень показника за шкалою реактивна агресивність, середні показники по шкалам: невротичність ( $M=5$ ), спонтанна агресивність ( $M=5$ ), депресивність ( $M=6$ ), роздратованість ( $M=5,5$ ), комунікабельність ( $M=6$ ), сором'язливість ( $M=6$ ), відкритість ( $M=5$ ), екстраверсія/інтроверсія ( $M=5$ ), емоційна лабільність ( $M=6,5$ ). Низький рівень спостерігається за шкалами: врівноваженість ( $M=3$ ), маскулінність/фемінність ( $M=3$ ).

**Шоста група. Жінки-киянки** мають високі показники за шкалами: врівноваженість ( $M=7$ ), реактивна агресивність ( $M=7$ ), сором'язливість ( $M=7$ ), середні показники за шкалами: невротичність ( $M=5$ ), спонтанна агресивність ( $M=5$ ), депресивність ( $M=5$ ), роздратованість ( $M=6$ ), комунікабельність ( $M=6$ ), відкритість ( $M=6$ ), також середній полюс спостерігається за екстраверсією/інтроверсією і емоційною лабільністю.

Таблиця 2

## Порівняльна характеристика властивостей особистості жінок з різних соціальних груп за методом U-критерій Манна – Уїтні

Групи	Невротичність	Спонтанна агресивність	Репресивність	Розратованість	Комнікабельність	Врівноваженість	Реактивна агресивність	Сором'язливість	Відкритість	Екстраверсія/інтроверсія	Емоційна лабільність	Маскулінність/фемінність
1 и 2	0,001 (,001)	-	0,01 (,013)	0,001 (,000)	0,01 (,005)					0,001 (,000)		0,01 (,015)
1 и 3	-	0,001 (,000)	0,001 (,000)	0,01 (,002)	-	0,01 (,005)	0,001 (,000)	-	-	-	-	-
1 и 4	0,001 (,000)	-	-	0,05 (,021)	0,001 (,000)	0,01 (,005)	0,01 (,002)	-	0,01 (,006)	-	-	0,001 (,000)
1 и 5	0,01 (,013)	0,01 (,002)	0,05 (,036)	-	0,001 (,000)	0,01 (,004)	0,001 (,000)	-	-	-	-	-
1 и 6	-	0,001 (,000)	0,05 (,049)	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2 и 3	0,001 (,001)	0,001 (,000)	-	-	0,01 (,002)	0,05 (,027)	0,001 (,000)	0,001 (,001)	-	0,01 (,003)	-	0,01 (,004)
2 и 4	0,001 (,000)	-	-	-	-	0,01 (,009)	-	0,05 (,033)	0,001 (,000)	0,001 (,000)	-	-
2 и 5	0,001 (,000)	0,01 (,012)	-	0,01 (,004)	-	0,01 (,005)	0,001 (,000)	0,001 (,001)	-	0,001 (,000)	-	-
2 и 6	0,01 (,003)	0,01 (,002)	-	-	-	0,05 (,027)	0,05 (,035)	-	0,01 (,014)	0,001 (,000)	-	-
3 и 4	0,001 (,000)	0,001 (,000)	0,001 (,000)	-	0,001 (,000)	-	0,001 (,000)	-	0,001 (,000)	-	-	0,001 (,000)
3 и 5	0,01 (,010)	0,05 (,020)	0,05 (,019)	-	0,001 (,000)	-	-	-	-	-	-	-
3 и 6	-	0,05 (,036)	0,01 (,010)	-	0,05 (,032)	0,001 (,000)	-	0,01 (,008)	0,001 (,000)	0,001 (,000)	-	-
4 и 5	0,05 (,022)	0,05 (,020)	-	-	-	-	0,001 (,000)	-	0,01 (,011)	-	-	0,01 (,012)
4 и 6	-	0,01 (,002)	-	-	-	0,001 (,000)	0,001 (,001)	-	0,05 (,034)	0,001 (,001)	-	0,05 (,018)
5 и 6	-	-	-	-	-	0,001 (,000)	0,05 (,047)	0,01 (,009)	-	0,01 (,005)	-	-

Критерій U Манна-Уїтні для незалежних виборок у дужках, рівень значущості t критерій, де 0,050 – 95%; 0,010 – 99%; 0,001 – 99,9%

По шкалі маскулінність/фемінність показник має низький рівень ( $M=3$ ), що вказую на полюс фемінності.

За методом попарного порівняння Мана-Уїтні було визначено статистично значущих відмінностей властивостей особистості жінок з різних соціальних груп, які представлені в таблиці 2.

Стосовно статистично значущих відмінностей показників між жіночими групами, ми отримали таку картину:

1. *Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території* мають статистично значущі вищі показники «невротичності» в порівнянні з жінками-переселенками з тимчасово окупованої території та жінками-інвалідами і нижчі показники в порівнянні з релігійними – жінками. Показники «спонтанної агресивності» в них значимо нижче ніж у жінок-киянок, жінок, які перебувають у ВК і жінок –інвалідів. Рівень «депресивності» у них значимо нижче, ніж у релігійних жінок, які перебувають у ВК і жінок –інвалідів. «Роздратованість» значимо нижче в порівнянні з релігійними жінками, які перебувають у ВК і жінками-переселенками з тимчасово окупованої території. Показник «врівноваженості» значимо вище, ніж у жінок, які перебувають у ВК, жінок-переселенок з тимчасово окупованої території і жінок –інвалідів. «Реактивна агресивність» значимо нижче, ніж у жінок, які перебувають у ВК і жінок – інвалідів та вище ніж у жінок-переселенок. Рівень «відкритості» значимо нижче ніж у жінок-переселенок з тимчасово окупованої території. Також жінки які проживають на тимчасово окупованій території статистично значимо більше екстравертовані, ніж релігійні жінки, і значно більш маскулінні в порівнянні з релігійними-жінками і жінками-переселенками.

2. *Релігійні жінки* мають статистично значущі вищі показники «невротичності» і «інтроверсія» в порівнянні з іншими групами жінок, «врівноваженість» у порівнянні з жінками, які перебувають у ВК, жінок-переселенок з тимчасово окупованої території і жінок-інвалідів. Показники «спонтанна агресія» і «реактивна агресія» в них значимо нижче у порівнянні з жінками, які перебувають у виправній колонії і жінками-інвалідами, а ось «роздратованість» значно вище ніж у жінок – інвалідів.

3. *У жінок, які перебувають у виправній колонії*, статистично значимо вище показники «реактивна агресія» і «спонтанна агресія» ніж у жінок, які проживають на тимчасово окупованій

території, релігійних-жінок і жінок-переселенок з тимчасово окупованої території.

4. *У жінок-переселенок з тимчасово окупованої території* значно вище «відкритість», ніж у представниць інших груп, а «спонтанна агресія» і «реактивна агресія» значимо нижче у порівнянні з жінками-киянками, жінками-інвалідами і жінками які перебувають у ВК. Респондентки цієї групи найбільше фемінні, ніж жінки: які проживають на тимчасово окупованій території, киянки, інваліди, і які перебувають у ВК.

5. У групі *жінок-інвалідів* статистично значимо нижче показник «невротичність», ніж у жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, релігійних і які перебувають у ВК, але вище ніж у жінок-переселенок. Показник «спонтанна агресія» вище за жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, релігійних-жінок і жінок-переселенок з тимчасово окупованої території. «Депресивність» вище ніж у жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, а «роздратованість» нижче за релігійних-жінок. Показник «врівноваженість» статистично значимо нижче, а «реактивна агресивність» вище у порівнянні з жінками: які проживають на тимчасово окупованій території, киянками, релігійними. Статистично значимо нижче показник «сором'язливість», у порівнянні з киянками і релігійними жінками. Вони менш «відкриті», але більш «маскулінні», ніж жінок-переселенок з тимчасово окупованої території. «Екстравертованість» статистично вище в них за релігійних-жінок.

6. *Жінки-киянки* статистично мають нижчий показник «невротичність» у порівнянні з релігійними жінками. Показник «спонтанна агресія» статистично значимо вище, ніж у жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, релігійних-жінок, жінок-переселенок з тимчасово окупованої території. «Врівноваженість» статистично значимо вище ніж у жінок: які перебувають у ВК, інвалідів, переселенок, релігійних. Показники: «реактивна агресія» вище, ніж у жінок-переселенок з тимчасом окупованої території; «сором'язливість» вище, ніж у жінок, які перебувають у ВК і жінок-інвалідів; «відкритість» вище ніж у релігійних-жінок і жінок, які перебувають у ВК, і нижче у порівнянні з жінками-переселенками з тимчасово окупованої території. У представниць цієї групи більш виражена «екстраверсія» у порівнянні з іншими групами, крім жінок, які перебувають на тимчасово окупованій території. Також вони більше «маскуліні» у порівнянні з групою жінок-переселенок.



**Висновки.**

У ході аналізу отриманих результатів було виявлено, що:

– *жінки, які проживають на тимчасово окупованій території* - в міру відкриті, комунікативні. Їх сором'язливість супроводжується тривожністю, скутістю, невпевненістю у собі, що є наслідком труднощів в соціальних контактах. Завдяки емоційної стабільності, вони стримані, вміють контролювати свою поведінку. За гендерною приналежністю, їм притаманний андрогенний тип.

– *релігійні жінки* – невротичні зі значними соматичними порушеннями, досить емоційно нестійкі з прихильністю до афективних реагувань. У життєвих стресових ситуаціях вони схильні до пасивно-оборонного типу реагувань з наявністю тривоги, скутості, невпевненості у собі, що безпосередньо впливає на їх труднощі у спілкуванні і взаєминах з оточуючим середовищем. Виражена інтровертованість робить їх закритішими від оточуючих, що безпосередньо відбивається на депресивному стані, наслідком якого є поява відчуття самотності. За гендерною приналежністю, їх психічна діяльність переважно протікає по жіночому типу.

– *жінкам, які перебувають у виправній колонії* властиво: нестійкий емоційний стан з схильністю до афективних реагувань, високий рівень психопатизації з агресивним відношенням до соціального оточення, прагнення до домінування у соціальній групі, що зумовлено вимушеною соціальною ізоляцією і внутрішнім перебуванням у закритій соціальній групі з певними обмеженнями і правилами. За гендерною приналежністю, їх психічна діяльність протікає по змішаному типу, де переваги немає.

– *жінкам-переселенкам з тимчасово окупованої території* притаманні фемінні прояви за гендерною приналежністю. Вони достатньо уразливі до стрес-факторів, які виникають в звичайних життєвих обставинах. Цьому сприяє невпевненість у собі, песимістичній настрій і пасивність у діяльності. Але вони прагнуть до довірливо-відвертих взаємодій з оточуючим середовищем за наявності в собі високого рівня самокритичності.

– *жінки-інваліди* вразливі щодо стрес-факторів, тому їм притаманні емоційно нестабільні прояви й агресивна поведінка щодо соціального оточення, таким чином вони намагаються відстояти свою позицію – домінування. Але за гендерною приналежністю, їх психічна діяльність переважно протікає по жіночому типу.

– *жінкам-киянкам* притаманна стійкість до стрес-факторів у звичайних життєвих ситуаціях,

вони впевнені в собі, оптимістичні та активні. Їх прагнення до домінування, має вигляд агресивної поведінки щодо соціального оточення. А з другого боку, реакція на звичайні стресові життєві ситуації може мати пасивно – оборонний тип характеру, проявляючись у тривозі, скутості, невпевненості, впливаючи на утруднення соціальних контактів. За гендерною приналежністю, їх психічна діяльність переважно протікає по жіночому типу.

**У ході порівняння характеристик властивостей особистості жінок з різних соціальних груп було статистично встановлено значуща відмінність, де виявлено що:**

– *жінки, які проживають на тимчасово окупованій території* більш екстравертовані, ніж релігійні жінки. Стійкіші до стрес-факторів у звичайних життєвих ситуаціях, оптимістичні, активні і впевнені в собі, ніж групи жінок, які: перебувають у ВК, жінок-переселенок з тимчасово окупованої території і жінок-інвалідів. Мають вище рівень невротизації особистості ніж жінки-переселенки та жінки-інваліди. В порівнянні з групою жінок-переселенок з тимчасово окупованої території, жінки, які проживають на тимчасово окупованій території, більш схильні до домінування і агресивних проявів щодо соціального оточення. Також вони мають більш маскуліні прояви психічної діяльності, ніж релігійні-жінки і жінки-переселенки.

– *релігійні-жінки* у порівнянні з іншими жіночими групами, більш схильні до розвитку невротичного синдрому астеничного типу, який супроводжується значними соматичними порушеннями і захисним песимізмом. Їх підвищений рівень невротизма є наслідком сприймання навколишнього світу як небезпечний, використовуючи кардинально інші стратегії в боротьбі з занепокоєнням в порівнянні з людьми у яких низький рівень невротизма. Вони пильні щодо виникнення потенційної шкоди у своїх взаєминах. Постійно перевіряють навколишній простір на виявлення можливих ускладнень. Можуть моментами відмовлятися від сприйняття реальності на догоду формування захисної поведінки в разі виявлення небезпеки. Крім того в них знижується рівень орієнтації особистості на інтеграцію з іншими людьми, від чого зростає бажання закритися від оточення. У складних життєвих ситуаціях вони більш стійкі до стрес-факторів, з неагресивною моделлю поведінки, ніж жінки, які: перебувають у ВК, переселенки з тимчасово окупованої території і інваліди. Але слід зазначити, що агресивність сприяє особистої цілеспрямованості і захищає

особистісні межі людини, виступаючи захисним механізмом. Тому, коли релігійні жінки подавляють свої агресивні прояви прагнучи до духовності високої моралі, вони відчувають більшу роздратованість, яка супроводжується нестійким емоційним станом у порівнянні з жінками-інвалідами, яким властиво достатньо агресивно відстоювати свою позицію.

– *жінкам, які перебувають у ВК* у порівнянні з іншими жіночими групами, найбільше властиві прояви психопатизації екстратенсивного і інтро-тенсивного типу, що створюють передумови для імпульсивної агресивної поведінки. Їх прагнення до домінування і самоствердження у закритій соціальній групі, умовлено вимушеною соціальною ізоляцією з певними правилами і обмеженнями, які впливають на агресивні прояви щодо соціального оточення. Причиною психопатичного розвитку особистості часто є тривалість впливу несприятливих соціальних факторів, в нашому випадку це є вимушений соціально закритий обмежений заклад – виправна колонія.

– *жінки-переселенки з тимчасово окупованої території* більш відкриті до стосунків із соціальним оточенням, де вони прагнуть до довірливо-відкритої взаємодії, водночас маючи високий рівень самокритичності. На відміну від інших жіночих груп, їм властиві більш жіночі (фемінні) прояви у поведінці. У зв'язку з виниклими діями на тимчасово окупованій території Донбасу, які стали поштовхом до переселення, в них зросла стійкість до стресу, де вони набули здібність більше контролювати свій емоційний стан вибираючи неагресивні моделі поведінки в той, чи іншій життєвій ситуації у порівнянні з жінками киянками, інвалідами, і жінками, які перебувають у ВК.

– *жінки-інваліди* мають нижче рівень невротизації особистості на відміну від жінок, які про-

живають на тимчасово з окупованій території, які перебувають у ВК і релігійних. Але у життєвих стресових ситуаціях вони більш схильні до імпульсивно-агресивної поведінки, з активно-захисним типом реагування щодо оточення, з вираженим прагненням до домінування, у порівнянні з іншими жіночими групами, окрім жінок, які перебувають у ВК. Крім того, вони впевненіші в собі, ніж киянки і релігійні жінки, і більш спрямовані на інтеграцію з оточуючими. У порівнянні з жінками, які проживають на тимчасово окупованій території, їм більше властиво переживати пригнічений стан із депресивними епізодами. Вони більш закриті у стосунках з оточуючими людьми з наявністю більш чоловічих якостей і форм поведінки у житті, ніж жінки-переселенки.

– *жінки-киянки* на відміну від релігійних жінок, більш емоційно стабільні, з позитивним мисленням і суб'єктивно-позитивною оцінкою своєї значущості. Їх стійкість до стрес-факторів у звичайних життєвих ситуаціях, робить їх впевненими, активними і оптимістичними на фоні жіночих груп. Вони більш домінантні і агресивні у своїх проявах з наявністю імпульсивної поведінки у соціальному оточенні, ніж релігійні жінки, переселенки і жінки, які проживають на тимчасово окупованій території. Але в них більше сором'язливості, яка супроводжується тривогою, ніж у жінок у жінок, які перебувають у ВК і у жінок-інвалідів. У порівнянні з іншими жіночими групами, вони більше орієнтовані на зовнішній світ, на будівництво довірливо-відвертих стосунків у взаємодії з навколишнім середовищем, але в порівнянні з жінками-переселенками, вони все ж таки не настільки відкриті з оточуючими, тим самим піклуючись про свою особистісну безпеку. На відміну від жінок-переселенок, їм властиві, як жіночі, так і чоловічі прояви у поведінці.

#### Список літератури:

1. Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. Москва : Педагогика, 1996. 170 с.
2. Брутман В.И., Панкратова М.Г., Ениклопов С.Н. Некоторые результаты социологического и психологического обследования женщин, отказавшихся от новорожденных детей. *Вопросы психологии*. 1994. № 5. С. 31–36.
3. Визгина А.В., Пантелеев С.Р. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин. *Вопросы психологии*. 2001. № 3. С. 91–100.
4. Дусказиева Ж.Г. Гендерная психология : учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2010. 108 с.
5. Кулаева Е.В. Самоопределение женщин с различными типами гендерной идентичности : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Ярославль, 2009. 191 с.
6. Пузанова Ж.В. Философское одиночество и одиночество философа. *Вестник РУДН. Серия Социология*. 2003. № 4–5. С. 47–58.
7. Пузанова Ж.В. Антропология одиночества. *Социальная антропология на пороге XXI века*. Москва, 1998. 355 с.

8. Романова Н.П. Социальный статус одиноких женщин в современном российском обществе: теоретико-методологический анализ : дисс. ... д-ра социолог. наук : 22.00.04 ; Бурятский гос. ун-т. Улан-Удэ, 2006. 322 с.
9. Сіляєва В.І. Психологічне вивчення та корекція образу Я у самотніх жінок : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 ; Таврійський національний ун-т ім. В.І. Вернадського. Сімферополь, 2004. 193 с.
10. Срібна О.В. Психологічні особливості самовизначення сучасної жінки. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України ; за ред. С.Д. Максименка. Київ : Інституту психології імені Г.С. Костюка, 2017. Т. VI. Вип. 13. С. 276–285.
11. Степанова Л.Г. Актуальные проблемы гендерной психологии : курс лекций. Минск : БГПУ, 2009. 68 с.
12. Шитова Н.В. Социально-психологические особенности одиноких женщин : дисс. ... кад. психол. наук : 19.00.05 ; Воронежский экономическо-правовой ин-т. Воронеж, 2009. 189 с.
13. Bandura A., Walters R. H. Social learning and personality development. N.Y., 1965. 329 p.
14. Cacioppo J.T., Hawkley L.C. Loneliness. *Handbook of individual differences in social behavior*. New York : Guilford, 2009. P. 227–240.
15. Dykstra P. A., Fokkema T. Social and Emotional Loneliness Among Divorced and Married Men and Women: Comparing the Deficit and Cognitive Perspectives. *Basic and Applied Social Psychology*. 2007. Vol. 29. 2007. P. 1–12. DOI: <https://doi.org/10.1080/01973530701330843>.
16. A cognitive developmental analysis of children's sex-role concepts and attitudes. The development of sex differences / eds. L.A. Kohlberg, E.E. Maccoby. Stanford University Press, 1966. 24 p.
17. Weitzman L. Sex role socialization: A focus on women. V. 12. Palo Alto, Cal., 1979. 105 p.

### Leonova I.M. SOCIO-PSYCHOLOGICAL PROPERTIES OF WOMEN'S PERSONALITY FROM DIFFERENT SOCIAL GROUPS

*The article presents the results of an empirical study of socio-psychological properties of the personality of women from different social groups, as well as a comparative analysis of these properties.*

*The following general trends are shown, where the indicators of spontaneous aggression, depression, sociability and emotional lability are at an average level for all six female groups. The indicators of extraversion-introversion and masculinity-femininity are in the pole of introversion and femininity, while neuroticism, irritability, balance, reactive aggression and openness have different indicators depending on group affiliation.*

*It was found that: 1. women living in the temporarily occupied territory – have an androgenic type of gender, emotionally stable, restrained, have behavioral control, moderately open, communicative, shy, with a little anxiety, awkwardness and insecurity, which is a consequence of difficulties in social contacts; 2. religious women – feminine, neurotic, emotionally unstable with a commitment to affective responses and passive-defensive type of responses, anxious, shackled, insecure, introverted, with manifestations of depressive states, which directly affects their difficulties in communication and relationships with others. environment and the experience of loneliness; 3. women who are in a correctional colony – androgenic, but with a tendency to masculinity, dominant, psychopathic, emotionally unstable with a tendency to affective reactions and aggressive behavior; 4. Immigrant women from the temporarily occupied territory – feminine, self-critical, strive for trusting and frank interactions with others, vulnerable to stressors, have little self-doubt, pessimism and passivity in activities; 5. women with disabilities – feminine, emotionally unstable, vulnerable to stressors, with aggressive behavior; with a desire for dominance; 6. Kyiv women – androgenic, but more prone to femininity, in stressful situations can have both resilience and passive – defensive type of character (anxiety, stiffness, insecurity), optimistic and active with a desire to dominate with aggressive behavior.*

*Comparing the personality characteristics of women from different social groups, a significant difference was statistically found between female groups.*

**Key words:** *loneliness, social female groups, internal states, socio-psychological factors, individual features, emotional relations.*

**Орловська О.А.**

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

## ПРОБЛЕМА ДІЯЛЬНОСТІ В ЮРИДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

*У статті розглянуто проблему діяльності в юридичній психології. Діяльність визначено як явище із сукупністю взаємопов'язаних елементів, що утворюють структуровану систему.*

*Виокремлено основні напрями діяльності в юридичній психології: як принцип єдності свідомості, поведінки і діяльності (свідомість є визначальною для поведінки і діяльності, а разом з тим, останні є умовою для її виникнення та існування; поведінка і діяльність планується з конкретною метою); як правопорушна активність (діяльність як суто людська діяльність, що пов'язана із порушенням законів, має дестабілізуючий та руйнівний характер); як правоохоронна активність (діяльність як форма людської активності, проте з боку охорони законів та права, контролю людської діяльності як правопорушної активності). Найбільшу увагу приділено діяльності, яка здійснюється як форма активності в юридичній системі, зокрема, в межах процесуальної практики.*

*Відзначено, що поняття «діяльність» є одним із центральних у юридичній психології. Виокремлено такі види діяльності у розгляді справи в суді: пізнавальна (ретельне вивчення деталей, висування можливих версій, визначення конкретної норми закону, вивчення особистості учасників процесу), конструктивна (уявне представлення перебігу подій та їх результатів, прогнозування, планування і прийняття рішення), комунікативна (встановлення психологічного контакту, управління спілкуванням з боку слідчого, здійснення психологічного впливу, одержання необхідної інформації в процесі спілкування), посвідчувальна (використання способів фіксації, що відіграють доказову роль, їх оцінка, перевірка та демонстрація, верифікація), виховна (сприяння виправленню і перевихованню злочинців, виховання всіх громадян держави для дотримання законів і моральних норм поведінки, демонстрація судового процесу як взірця неухильного дотримання норм закону). Визначено ключові характеристики кожної діяльності та їхнє значення для системи процесуальної практики.*

*Визначено, що єдність форм діяльності утворює функціональну систему, суб'єкти якої функціонують в системі дотримання законодавства, прав та відповідальності.*

**Ключові слова:** діяльність, юридична психологія, судочинство, пізнавальна діяльність, конструктивна діяльність, комунікативна діяльність, посвідчувальна діяльність, виховна діяльність.

### Постановка проблеми в загальному вигляді.

Проблема діяльності у психології має значну історію дослідження. У радянський час вивчення проблеми діяльності було сконцентровано передусім у області загальної та вікової психології, а пізніше стало ядром дослідження інших вузькоспеціалізованих напрямів, таких як психологія праці, організаційна психологія, психологія діяльності, зокрема і в особливих умовах. Також проблема діяльності певною мірою досліджується і в межах юридичної психології. Тут діяльність розглядається як активність різних суб'єктів процесуальної та непроцесуальної системи.

### Аналіз останніх досліджень та публікацій.

Діяльність у різних її формах є одним із поширених понять в юридичній діяльності. Діяльність як явище в юридичній психології розглядалася науковцями в різноманітних аспектах, зокрема

поглиблено досліджувалися основні характеристики діяльності у роботах як закордонних, так і вітчизняних науковців. Слід відзначити висновки, що зробили у своїх працях В. Бедь, Г. Гордієнко, С. Гусарєв, А. Дулов, Е. Клапаред, А. Коні, В. Коновалова, О. Ліпман, Л. Лодій, С. Максименко, К. Марбе, В. Медведєв, Г. Мухіна, О. Ратінов, О. Скакун, А. Столяренко, М. Цвік, В. Шепітько, Х. Штельцер, В. Єлпатьєвський.

**Постановка завдання.** Метою статті є розгляд проблеми діяльності через деякі форми активності суб'єктів юридичної практики.

**Виклад основного матеріалу.** Для початку дамо визначення юридичній психології та окреслимо її загальні складові.

Юридична психологія – це прикладна наука і галузь знань, що виникає на межі психології та правознавства у другій половині XIX століття

і вміщує коло питань, що стосуються психологічних явищ, пов'язаних із правом у координатах системи «людина – суспільство – право» [2]. Оскільки людина є учасником економічних, виробничих, службових та інших суспільних відносин, то вона стає стороною правових відносин у всій їхній багатоманітності (кримінальних, цивільних та інших) у зв'язку з фактами юридичного значення. Фахівці з юридичної психології вирішують психологічні проблеми, що виникають у професійній діяльності юриста: щодо правової соціалізації особистості, факторів і умов формування правосвідомості і причини її деформації, щодо психологічних аспектів криміналізації особистості, механізмів злочинної поведінки і особистості злочинця, щодо психологічних питань перевиховання правопорушників [4]. Розвиток юридичної психології зумовлений тим, що галузь має відповідати на виклики сьогодення, а отже – й постійно розвиватися, розробляти рекомендації для здійснення більш ефективної правотворчої, правозастосовної, правоохоронної діяльності, а напрями її розвитку мають корелюватися із особливостями правової системи держави.

Завдання юридичної психології розділяють на загальні та одиничні, в межах яких визначають такі:

1) вивчення психології особи юриста (слідчого, прокурора, судді, адвоката тощо) і його діяльності, психологічних особливостей юридичної процедури;

2) розгляд психологічної ефективності дії норм права, правотворчого процесу;

3) дослідження психологічної структури злочину та особи правопорушника, формування антисоціальної установки і методів попереджувальної діяльності;

4) вивчення шляхів формування психічної діяльності учасників судочинства з метою найбільш оптимального виконання завдань правосуддя;

5) розгляд психологічних основ проведення окремих процесуальних дій з метою найефективнішого здійснення пізнавальної діяльності та її організації;

6) дослідження психологічних закономірностей пенітенціарної діяльності з метою розроблення системи заходів, що сприяють корекції поведінки засуджених;

7) створення рекомендацій щодо навчання і виховання працівників правозастосовних органів, спрямованих на формування професійно необхідних якостей;

8) розроблення практичних рекомендацій для юристів щодо здійснення правотворчої, правозастосовної та правоохоронної функцій;

9) забезпечення правозастосовної практики психологічним знанням, розроблення методик психологічної діагностики та судово психологічної експертизи;

10) аналіз психологічних характеристик правового виховання громадян з метою розроблення методів профілактичної діяльності щодо окремих осіб і груп населення [3, с. 8–9]. Ми бачимо, що поняття «діяльність» як активність різних сторін і в різних формах фігурує в більшості завдань юридичної психології.

У реалізації завдань повинні враховуватися певні вимоги:

– по-перше, юридична психологія має надати соціально-психологічну «фотографію» стану і динаміки державно-правових явищ;

– по-друге, її дослідження мають встановлювати «діагноз» розвитку психологічного аспекту правових явищ;

– по-третє, юридична психологія вивчає психологічні фактори, що впливають на державні та правові процеси [7, с. 5–6].

Юридична психологія містить дві великі складові. Загальна частина включає предмет і завдання юридичної психології, історію розвитку, набір методів, зв'язок з іншими науками, а також основи загальної і соціальної психології, правосвідомість, психологію юридичної праці та психологію правовідносин у сфері підприємництва. Особлива частина містить дисципліни більш вузького спрямування, як-от: психологія потерпілого, психологія неповнолітнього, кримінальна психологія, слідча психологія, психологія судового розгляду кримінальної справи, виправно-трудова психологія, адаптація особистості звільненого до умов нормального життя, судово-психологічна експертиза [7, с. 5–6]. Проблема діяльності більшою мірою цікавить нас як складова особливої частини.

Окремим розділом в юридичній психології є *методи*, які використовуються для реалізації завдань галузі. Методи юридичної психології можна розділити на декілька категорій згідно з метою дослідження: методи наукового пізнання, методи вивчення особистості в юридичній діяльності, методи психологічного впливу на особистість та методи судово-психологічної експертизи [5, с. 10]. Окрім загальнонаукових методів, як-от: спостереження, експеримент, синтез, аналіз, індукція, дедукція, конкретизація, узагальнення

тощо, незамінними є методи вивчення особистості: спостереження, бесіда, біографічний метод, метод узагальнення незалежних характеристик, метод вивчення процесу та результатів слідчої й судової діяльності, експериментальний метод та інші. Також для юридичної психології є характерним використання методів психологічного впливу на особистість з метою її виховання чи перевиховання, стимулювання до законотворчої поведінки, надання допомоги у відновленні в пам'яті певної інформації, мотивування до відвертості, ефективного проведення експертного дослідження, адаптації особи до обставин нормального існування в умовах звичайного соціального середовища [5, с. 11].

Розглянемо явище діяльності в координатах юридичної психології.

*Діяльність у юридичній психології* ми визначаємо як явище із сукупністю взаємопов'язаних елементів, що утворюються в структуровану систему. Діяльність містить складові, які відповідають етапам процесу її здійснення. Дослідник С. Ніколаєнко зазначає, що перед початком діяльності визначається ціль, що є уявним образом майбутнього бажаного результату діяльності. «Сам процес діяльності визначається як сукупність дій, що спрямовуються на досягнення мети або на зміну стану предмета діяльності» [6, с. 92]. Кожна дія має таку саму структуру, як і діяльність узагалі, але спрямовується на конкретне завдання. Здійснюючи діяльність, суб'єкт використовує такі засоби: набутий досвід, знання, вміння і навички, норми поведінки, що становлять його підготовленість до цієї діяльності [6, с. 92].

У сучасній юридичній психології проблема діяльності розробляється трьома напрямками:

- у контексті принципу єдності трьох компонентів: свідомості, поведінки та діяльності;
- як різновид правопорушної активності, насамперед у вигляді злочинної діяльності;
- як різновид правоохоронної активності, передусім у вигляді оперативно-службової діяльності органів та підрозділів внутрішніх справ [4, с. 311].

Перший принцип базується на ідеї, що свідомість є визначальною для поведінки і діяльності, а разом з тим, останні є умовою для її виникнення та існування. Дослідники С. Максименко та В. Медведєв пояснюють цей принцип наступним чином: поведінка і діяльність людини керуються свідомістю, завдяки ній діяльність планується з конкретною метою; однак в окремих випадках поведінка та діяльність може бути частково або повністю неусвідомленою [4, с. 311].

Другий принцип зосереджує увагу на суто людській діяльності, що пов'язана із порушенням законів. Так, злочинна діяльність загалом є дестабілізуючою, носить руйнівний характер і тільки в окремих випадках може мати позитивну складову, наголошують дослідники.

Третій принцип розкриває діяльність також як форму людської активності, проте з боку охорони законів та права, контролю людської діяльності як правопорушної активності.

Згідно із зазначеним, ми бачимо, що одним із центральних понять в юридичній психології є діяльність як явище у всій його різноманітності. Найбільшою мірою нас цікавить діяльність, яка здійснюється як форми активності в юридичній системі, зокрема, форми діяльності в межах процесуальної практики. Розглянемо деякі форми такої діяльності.

У межах судової діяльності (у розгляді кримінальних справ) досліджуються закономірності, пов'язані із психічною діяльністю осіб, які беруть участь у розгляді справи. Можемо виділити конструктивний та пізнавальний види діяльності. Дослідник В. Бедь наголошує: «Головний вид діяльності в суді – конструктивний, сутність якого міститься в прийнятті рішень у разі виникнення спірних питань і винесення вироку» [1, с. 260]. Проте конструктивному виду тут передують пізнавальний вид. Сутність пізнавального виду діяльності судового процесу полягає у вивченні і оцінці зібраної і проведеної в процесі попереднього слідства інформації.

**Пізнавальна діяльність** суду є складним процесом, який містить чимало аспектів і складається з:

- по-перше, ретельного вивчення усіх деталей, джерел доказових фактів та оцінки усіх обставин матеріалів кримінальної справи до суду;
- по-друге, висунання інших можливих версій, пояснення фактів, приділення уваги до раніше не врахованих у ході попереднього слідства причин, що може поставити під сумнів попередню версію слідства. Це робиться з метою уникнення помилкового судового рішення;
- по-третє, зіставлення моделі події і конкретної норми кримінального закону. Для цього необхідно глибоко проаналізувати злочин, уявно відтворити факти і обставини, порівняти їх із різноманітними нормами закону, тобто вивчити доказові факти та їх джерела;
- по-четверте, вивчення особистості підсудного, потерпілих, свідків, інших причетних осіб [1, с. 260–263].

Об'єктом пізнання є злочин, пізнавальна діяльність відбувається в процесі взаємодії між слідчим

(суддею) і особою, яка вчинила злочинне діяння та слідчим (суддею) і речами, що причетні до скоєного злочину. Характер взаємодії може бути безпосередній, коли здійснюється пряма взаємодія на особу, яка вчинила злочин, свідків, потерпілих, та опосередкований, коли відбувається отримання інформації про дії особи через матеріальні об'єкти. Пізнавальну діяльність здійснює насамперед слідчий (суддя), і вона має такі особливості, за визначенням В. Коновалової та В. Шепітько:

- ретроспективний характер діяльності (здійснюється після вчинення злочинної події);
- пізнання провадиться у формі доказування (за допомогою кримінально-процесуальних засобів);
- така діяльність здійснюється спеціальними суб'єктами (дознавач, слідчий, прокурор, суддя);
- пізнання здійснюється з метою одержання інформації, що має значення для встановлення істини у справі;
- засоби здійснення діяльності визначено у кримінально-процесуальному законі.

Оскільки в суді розглядається уже скоєна подія, то в процесі пізнавальної діяльності суду використовуються наступні види розумових операцій: синтез, аналіз, порівняння, абстрагування, конкретизація, дедуктивні та індуктивні умовиводи, умовиводи за аналогією. Розумові операції здійснюються для вирішення найбільш простих завдань, що вирішуються шляхом одержання додаткової інформації; завдань, що вирішуються через відновлення перебігу події; завдань, що вирішуються за допомогою рефлексії для імітації ходу мислення осіб; завдань, що вирішуються за допомогою подолання смислових, інтелектуальних, емоційних перешкод, та завдань, що вирішуються шляхом вичленювання підзавдань [3, с. 74–76].

На підставі пізнавальної діяльності здійснюється **конструктивна діяльність**, що полягає в уявленні її перебігу та результату, плануванні дій. Конструктивна діяльність складається з послідовно реалізованих дій. Для початку здійснюється виявлення і ретельна перевірка фактів, які належать до кримінальної справи, далі відбувається заслуховування думки всіх учасників судового розгляду, після цього приймається конструктивне рішення кожного члена колегії суддів, після цього відбувається колективне обговорення виявлених фактів, прийняття рішення у справі винесення вироку і насамкінець забезпечення та перевірка виконання відповідними органами ухваленого судом вироку [1, с. 265]. У конструктивній діяльності відбуваються наступні етапи: прогнозування, планування, прийняття рішень.

*Прогнозування* передбачає уявлення кінцевої мети діяльності, наявність достатньої інформації для формування прогнозів та використання необхідних методів прогнозування; через брак інформації на цьому етапі формулюються припущення та версії. *Планування* – це розробка оптимальних шляхів і способів їх здійснення. Останній етап – *прийняття рішень* – передбачає прийняття тактичних або процесуальних рішень згідно з отриманою та проаналізованою інформацією [3, с. 76–77].

**Комунікативна діяльність** у межах кримінально-процесуального спілкування є специфічною і здійснюється в межах процедури і предмета комунікації, із застосуванням методів і прийомів, що регламентовані кримінально-процесуальним законом. Названий вид діяльності реалізується через встановлення психологічного контакту, управління спілкуванням з боку слідчого (судді), здійснення психологічного впливу на підозрюваного, обвинуваченого, свідка чи іншу особу в процесі спілкування, одержання слідчим (суддею) необхідної інформації в процесі спілкування. Комунікативна діяльність слідчого (судді) вирізняється багатосторонністю спілкування, оскільки спілкування здійснюється з людьми різного віку, статусу, фаху, процесуального становища, втілюється у процесуальній формі, визначеністю предмета комунікації, допустимістю і правомірністю засобів [3, с. 78]. На думку дослідника І. Юсупова, на заваді встановленню психологічного контакту можуть ставати різноманітні бар'єри, як-от: бар'єри темпераменту, характеру, негативних емоцій (наприклад, бар'єр презирства, страху, вини, сорому, поганого настрою, страждання, огиди і брідливості) [8, с. 16].

Комунікативна діяльність суду обумовлена співвідношенням інтересів осіб-учасників судового розгляду. Інтереси деяких осіб можуть не збігатися з цілями суду встановити об'єктивної істини. В такому разі суд може застосовувати такі елементи комунікативної діяльності як психологічний вплив засобами і прийомами, що не суперечать закону [1, с. 266].

**Посвідчувальна діяльність** відіграє закріплювальну роль у судовій діяльності і здійснюється в межах процедури, що передбачена кримінально-процесуальним законодавством. В даному виді діяльності використовується арсенал способів фіксації: письмова фіксація (протоколювання), відеозйомка, фотозйомка, звукозапис та інші. Посвідчувальна діяльністю пов'язані із усіма іншими видами судової діяльності, і відіграє важливу

доказову роль. На різних етапах кримінального процесу результати доказування перевіряються та оцінюються, демонструються. Посвідчувальна діяльність спирається на унікальний принцип верифікації, тобто можливості перевірки [3, с. 79–80].

Окремо слід відзначити **виховну діяльність** суду. Ця функція втілюється у сприянні виправлення і перевиховання злочинців, у вихованні усіх громадян держави орієнтації на суворе дотримання законів і моральних норм поведінки. Також виховна діяльність суду відображається у процесі самої судової діяльності, а саме в об'єктивному розгляді всіх обставин справи на усіх стадіях судового процесу – це є взірцем неухильного дотримання норм закону.

Виховний вплив має й винесення вироку, оскільки покарання, що виносяться судом, повинно бути справедливим і відповідати усім особливостям кримінальної справи. Для усіх учасників судового процесу важливе значення має дотримання етичного боку правосуддя в якості виховного впливу [1, с. 267, 269]. Таким чином, судова діяльність базується на вивченні та оцінці усіх аспектів факту події та її учасників для винесення відповідного вироку.

**Висновки.** Отже, діяльність у юридичній психології є широко використовуваним поняттям і розглядається з різних боків. Розглянувши діяльність як форми активності в межах процесуальної практики, ми виокремили декілька таких форм.

#### Список літератури:

1. Бедь В.В. Юридична психологія: Навч. посіб. 2-ге вид., доп. і переробл. Київ : МАУП, 2004. 436 с.
2. Казміренко Л.І., Кудерміна О.І. Юридична психологія. Хрестоматія. К. : Національна академія внутрішніх справ, 2017. 427 с.
3. Коновалова В.О., Шепітько В.Ю. Юридична психологія. 2-ге вид., перероб. і доп. Харків : Право, 2008. 240 с.
4. Максименко С.Д., Медведєв В.С. Діяльність як проблема юридичної психології. *Право і Безпека*. 2012. № 1. С. 311–316.
5. Мухіна Г.В. Юридична психологія : навчально-методичний посібник. Київ : ВД «Дакор», 2019. 236 с.
6. Ніколаєнко С.І., Ніколаєнко С.О. Юридична психологія : навч.-метод. посіб. щодо самост. вивч. дисц. / Державний вищий навчальний заклад «Українська академія банківської справи Національного банку України»; Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2014. 145 с.
7. Юридична психологія: практикум / уклад. С.Г. Головка. Київ : НАУ, 2014. 32 с.
8. Юсупов И.М. Психология взаимопонимания. Казань : Татар. кн. изд-во, 1991. С. 15–20.

#### Orlovska O.A. THE PROBLEM OF ACTIVITY IN LEGAL PSYCHOLOGY

*The article considers the problem of activity in legal psychology. Activity is defined as a phenomenon with a set of interconnected elements that are formed into a structured system.*

*The main directions of activity in legal psychology are singled out: as the principle of unity of consciousness behavior and activity (consciousness is decisive for behavior and activity, and at the same time, the latter are a condition for its emergence and existence; behavior and activity are planned for a specific purpose), as delinquent activity (activity as a purely human activity associated with breaking the law is destabilizing and destructive); as law enforcement activity (activity as a form of human activity, but from the point of view of protection of laws and law, control of human activity as a criminal activity). Most attention is paid to activities carried out as a form of activity in the legal system, in particular, within the procedural practice.*

*It is noted that the concept of “activity” is one of the central in legal psychology. The following types of activity in case consideration in court are distinguished: cognitive (careful study of details, proposing possible versions, determining a specific rule of law, studying the identity of the participants in the process), constructive (imaginary representation of the course of events and their results, forecasting, planning and decision-making), communicative (establishment of psychological contact, communication management by the investigator, the implementation of psychological influence, obtaining the necessary information in the communication process), certifying (use of fixation methods that play an evidential role, their evaluation, verification and demonstration, verification), educational (assistance in the correction and re-education of criminals, education of all citizens of the state to comply with laws and moral norms of behavior, demonstration of the trial as a model of strict compliance with the law). The main characteristics of each activity and their significance for the system of procedural practice are determined.*

*It is determined that the unity of forms of activity forms a functional system, the subjects of which function in the system of observance of legislation, rights and responsibilities.*

**Key words:** *activity, legal psychology, judicial proceedings, cognitive activity, constructive activity, communicative activity, certifying activity, educational activity.*



**Панченко О.А.**

ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр  
Міністерства охорони здоров'я України»

**Кабанцева А.В.**

Донецький національний медичний університет

**Сердюк І.А.**

ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр  
Міністерства охорони здоров'я України»

## ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВИКЛИКИ ТУРБУЛЕНТНОГО ЧАСУ

*У статті досліджуються сучасні інформаційно-психологічні виклики турбулентного часу, що зумовлено впливом комплексу соціально-демографічних, економічних, політичних, правових, інформаційних, психологічних і технологічних факторів, та вимагають системного реагування, адекватної трансформації сектору безпеки.*

*Зазначено, що епоха турбулентності має інформаційно-психологічний характер, а тому й виклики (фактори або ризики розвитку інформаційного дисонансу), що її описують, мають інформаційно-психологічне підґрунтя. Це пов'язано з тим, що за максимального захисту завжди існує ризик збитків, зокрема завданих психічному, фізичному здоров'ю і психологічному благополуччю через вплив негативних інформаційно-психологічних факторів.*

*Одним з актуальних інформаційно-психологічних викликів сьогодення, є наявність інформаційно-психологічної війни та озброєного конфлікту, що відзначається суттєвим зростанням населення, яке зазнало впливу інформаційно-психологічної турбулентності. Деструктивні чинники гібридної (інформаційно-психологічної) війни можуть викликати стійкі зміни в людей із низьким рівнем стресостійкості, тим самим послаблюючи кадровий потенціал держави й систему національної безпеки загалом.*

*Розглядається поняття «інформаційно-психологічна турбулентність» – нестабільний стан психіки людини, викликаний інформаційним впливом, що виявляється в раптових припливах гніву, печалі або відчаю, відчутті тривоги, роздратування, страху чи смутку. У такому стані особистість неадекватно оцінює навколишнє оточення й робить нелогічні вчинки.*

*Зазначено, що захист індивідуальної та суспільної свідомості від негативних інформаційних впливів становить основний зміст організації забезпечення інформаційно-психологічної безпеки. Акцентовано на необхідності подальших серйозних досліджень означеної проблеми для виробки дієвої державної політики для її вирішення.*

**Ключові слова:** інформаційне середовище, інформаційна турбулентність, інформаційно-психологічна безпека, інформаційно-психологічні виклики, інформаційно-психологічна турбулентність.

**Постановка проблеми.** За всіма економічними, політичними, екологічними, культурними, інформаційними ознаками, людство вступило в епоху турбулентності, домінуванням інформаційних технологій та глобальних інтеграційних процесів, де характерними особливостями є: плінність, нестійкість, невизначеність, і що ставить перед суспільством досі незвідані виклики. Серед науковців існує думка, що саме інформатизація суспільства призвела до прискорення появи нових тенденцій у світовому розвитку. Епоха турбулент-

ності має інформаційно-психологічний характер, а тому й виклики (фактори або ризики розвитку інформаційного дисонансу), що її описують, несуть інформаційно-психологічне підґрунтя. Це пов'язано з тим, що навіть за максимального захисту завжди існує ризик збитків, зокрема психічному, фізичному здоров'ю і психологічному благополуччю через вплив негативних інформаційно-психологічних факторів.

Інформаційні технології застосовуються майже у всіх сферах суспільного життя, що робить

суспільство і кожного конкретного індивіда все більш залежним від інформації. Все частіше їх використовують для маніпулювання масовою свідомістю, впливу та управління людьми [4]. З розвитком інформаційних технологій і інформаційного суспільства, в умовах глобалізації виникло ціле коло невирішених проблем, істотно змінилась характеристика викликів і загроз цивілізації. Головне завдання держави – сформувати ефективні механізми протидії викликам і загрозам задля забезпечення психологічної безпеки особистості й стійкого розвитку держави [2, 3].

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Новітні інформаційні технології, сучасні інформаційні й психологічні форми та способи впливу на особу і суспільство стають невід’ємною частиною повсякденного життя. Цьому питанню присвячені дослідження Ю.М. Кузнецової та Н.В. Чудової [6]. Об’єктом впливу у турбулентний час є людська психіка, психологія груп і цілих товариств, а основним засобом впливу – інформація. С.Е. Некляев стверджує, що «інформаційно-психологічна війна пов’язана з впливом на психіку індивіда» [7]. І.М. Панарін абсолютно слушно зазначає: «Засоби ураження, впливу на людей і їх психіку розрізняють залежно від цілей їхнього застосування в психологічній війні. До таких цілей уналежнюють: спотворення одержуваної політичним керівництвом, командуванням і особовим складом збройних сил противника інформації й нав’язування їм неправдивої або беззмістовної інформації, яка позбавляє їх можливості правильно сприймати події або поточні обставини і приймати правильні рішення» [8].

Збереження інформаційної безпеки людини, її психологічного здоров’я, пошук ефективних методів розв’язання вказаної проблеми є важливим і актуальним питанням державної інформаційної політики.

**Постановка завдання.** Головна мета цієї роботи – визначити інформаційно-психологічні виклики турбулентного часу та шляхи забезпечення інформаційно-психологічної безпеки.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сучасні турбулентні виклики для держави, зумовлені впливом комплексу соціально-демографічних, економічних, політичних, правових, інформаційних, психологічних і технологічних факторів, вимагають системного реагування, адекватної трансформації сектору безпеки.

Турбулентність торкається всіх сфер людської життєдіяльності, у тому числі й інформаційної, де інформаційне середовище становить сукуп-

ність інформації, інформаційної інфраструктури, соціально-економічних і культурних регуляторів інформаційних процесів. Знаходячись в інформаційному середовищі, суб’єкт інформаційних відносин піддається різним впливам, серед яких:

1) той, що активізує діяльність суб’єкта шляхом наявності достатньої кількості інформації необхідної якості, тобто високого ступеня задоволення інформаційної потреби;

2) той, що гальмує надмірною кількістю «інформаційних шумів» і низьким рівнем задоволення інформаційної потреби;

3) нейтральний, що не надає суттєвого впливу на діяльність суб’єкта.

Сучасне інформаційне середовище (далі – ІС) – це сфера людської життєдіяльності, яка не тільки найбільш динамічно розвивається, але й практично одноосібно диктує умови розвитку сучасного суспільства. Інформаційно-психологічний вплив на людину з боку ІС досить широкий і, водночас, суперечливий, що викликано турбулентністю сьогодення [10].

Інформаційно-психологічний вплив на людину з боку інформаційного середовища досить суперечливий, тому що поряд із конструктивними властивостями вона володіє й деструктивними.

До конструктивних впливів інформаційного середовища можна уналежнити:

- вільний доступ до інформаційних ресурсів;
- великі обсяги інформації розваг;
- висока комфортність (отримання інформації на робочому місці) і оперативність;
- економія часу;
- можливість спілкуватися з великою кількістю людей, що знаходяться в різних точках планети.

До деструктивних впливів інформаційного середовища належать:

- повна залежність від інформаційної інфраструктури;
- зниження рівня комунікативних навичок;
- негативний вплив на здатність граматично і синтаксично правильно висловлювати свою думку;
- негативний вплив на аналітичне та критичне мислення;
- маніпулювання громадською думкою з боку влади, фінансово-політичних кіл;
- використання технологій навіювання, які можуть бути використані в засобах масової інформації;
- можливість руйнування приватного життя людей і організацій за допомогою інформаційних технологій;
- проблема достовірності інформації;
- негативний вплив на психологічне здоров’я.

Деструктивні впливи інформаційного середовища значною мірою визначаються турбулентністю інформаційного середовища, зокрема тими змінами, що відбуваються з високим ступенем невизначеності й непередбачуваності. Зони турбулентності характеризують край нестійке положення, яке під вагою найменшого негативного впливу може втратити рівновагу й змінити свій стан. Якщо не вживати належних заходів протидії, виникає хаос [9].

Конструктивні та деструктивні впливи інформаційного середовища визначаються рядом властивостей і характеристик, що, власне, і відображають закономірності його розвитку та функціонування. Першою важливою особливістю, на яку потрібно звернути увагу, є те, що інформаційному середовищу притаманне постійне і стрімке розширення. Наступною важливою рисою інформаційного середовища є складність і неоднозначність. І нарешті, основною характеристикою інформаційного середовища є «турбулентність» – невпорядкований рух, якому характерна швидка зміна темпів процесів, що відбуваються. Турбулентність інформаційного середовища означає, що зміни в ньому відбуваються з високим ступенем невизначеності й непередбачуваності. У такому стані не можна однозначно визначити характер впливу інформаційного середовища – чи є сприйнята інформація корисною, нейтральною або шкідливою.

До факторів інформаційного середовища, здатних впливати на психологічну безпеку соціуму слід віднести якісну та кількісну характеристику інформації (обсяг, справжність, кількість тощо), відповідність характеристик інформації параметрам реципієнтів та установкам навколишнього середовища, наявність у сучасних інформаційних технологіях специфічних елементів, що змінюють психічний стан людини, наявність в інформаційних потоках вдосконалених фізичних носіїв інформації, які впливають безпосередньо на фізіологічні носії. Однак інформаційне середовище – не єдине джерело ризиків для суспільства, сама особистість теж може бути джерелом формування факторів інформаційно-психологічного ризику, серед яких можна виділити: незрілість і нездатність до фільтрації одержуваної інформації, особистісний конформізм, схильність до маніпулятивних дій ззовні, масове зараження ідеями, функціональні зміни психіки, психоемоційний стрес, фрустрацію, тривожність.

Невизначеність інформаційного середовища виступає як деструктивний чинник, формуючи

шари інформаційної та суспільно-політичної турбулентності, і як наслідок – потрапляння особистості до інформаційно-психологічної турбулентності. Перебування особи в стані інформаційно-психологічної турбулентності веде до виникнення постстресових розладів, що вимагає адекватного медико-психологічного реагування.

Одним з інформаційно-психологічних викликів сьогодення є наявність інформаційно-психологічної війни та озброєного конфлікту, що відзначається суттєвим зростанням населення, яке зазнало впливу інформаційно-психологічної турбулентності. У останніх відзначаються великі моральні та психологічні страждання (травми), що були перенесені внаслідок впливу інформаційної містифікації, навмисного поширення дезінформації, проживання/перебування в умовах воєнних дій, збройних конфліктів, тимчасової окупації, внутрішнього переміщення, залишення свого місця проживання/перебування у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, а також загибелі (зникнення безвісти), потрапляння у полон, смерті внаслідок поранення, контузії або каліцтва близької людини. Такий життєвий досвід може супроводжуватися різними формами відхилень психоемоційного стану, розвитку пограничних психічних розладів. Переважаючими емоціями вказаних осіб є тривога, страх, паніка, дратівливість, безпорадність, що переростають у невротичні, пов'язані зі стресом розлади (панічний, змішаний тривожний і депресивний, соматоформний розлади).

Деструктивні чинники гібридної (інформаційно-психологічної) війни, що все частіше виникають останнім часом, можуть викликати стійкі зміни в людей із низьким рівнем стресостійкості, тим самим послаблюючи кадровий потенціал держави й систему національної безпеки загалом. Нервова система відчуває постійний тиск і може залишатися постійно в активному стані, що стимулює продовження вироблення додаткових порцій гормонів стресу протягом тривалого періоду. Це виснажує резерви організму, викликає в людини відчуття перевтоми й слабкості. Послаблюється імунна система організму, виникають інші проблеми, пов'язані з вичерпанням різних біологічних резервів. Стрес часто викликає формування різних психічних розладів, одним із яких є невротична тривога (панічний розлад).

Психологічний вплив може здійснюватися за допомогою різних механізмів. Основними з них є такі: дезінформування; пропаганда; диверсифікація громадської думки; психологічний тиск;

поширення чуток. Зазвичай це відбувається в інформаційному просторі та за допомогою інформаційних видів озброєнь.

Одним із механізмів психологічної війни є ідеологічна обробка – процес поширення та прищеплення певної ідеології людям. Джерелами ідеології є її носії і результат їхньої ідеологічної діяльності. Під носіями слід мати на увазі окремих людей – прихильників цієї ідеології – та інформаційні носії, серед яких ЗМІ, друкована продукція, інтернет-ресурси тощо.

Механізми психологічного впливу ґрунтуються на маніпуляції свідомістю людини. [11, 12]. Це одна з найбільш серйозних і широко обговорюваних проблем нашого часу. Її гострота пропорційна руйнівним наслідкам маніпулятивних технологій в суспільстві, що виявляється в деструкції прийнятих моральних норм, трансформації цінностей та ідеалів, поширенні насильства, жорстокості і так далі. [12]. Мета маніпуляції полягає в управлінні образним сприйняттям дійсності, формуванні відповідної реакції на інформацію, насамперед переконанні у правдивості

Можливості й потенціал сучасних інформаційних технологій в умовах психологічної війни використовуються з метою поширення дезінформації, пропаганди, фейків, маніпулювання фактами, ідеологічного демонтажу масової свідомості й формування потрібних ціннісних наративів. Негативний вплив інформаційних технологій зазвичай проявляється у найслабших місцях чи сферах суспільного життя. Використовуючи їх, технології маніпулятивного впливу проникають у повсякденне життя людей, формуючи «потрібні» світоглядні та ціннісні пріоритети. Комунікаційними каналами виступають мас-медіа та всевітня мережа Інтернет, які створюють так звану викривлену реальність, де відбувається формування підпорядкованості свідомості ідеям, які пропагуються ЗМІ, що робить людину відкритою і беззахисною перед маніпулятивними технологіями. Таким чином інформація стає зброєю [1, 11].

Дезінформування передбачає обман чи введення об'єкта в оману щодо справжності намірів для спонукання його до запрограмованих суб'єктом дій. В узагальненому вигляді акції дезінформування можуть проводитися шляхом створення видимості випадкового витоку закритої інформації, використання ЗМІ, теле-, радіокомпанії, друковані видання та окремих «кишенькових» журналістів.

Пропаганда як один з основних механізмів психологічного впливу, що здійснюється в рам-

ках психологічної війни, не обмежена жодними моральними заборонами й не рахується ні з якими коштами. На думку фахівців [5, 11, 12], руйнівне стимулювання психіки і становить суть пропаганди в умовах психологічної війни. Психологічні знання в цих випадках використовуються проти людини і її найбільш сильних життєвих потреб. Як правило, методом інформаційної пропаганди є дезінформація, або подання інформації у вигідному для себе ключі. Дані методи дозволяють спотворювати оцінку того, що відбувається, деморалізувати громадян [7, 11]. Пропагандистські методи застосовуються, головним чином, в рамках політичного впливу. Йдеться про формування необхідного образу уряду, влади, державності [5].

Однією з багатьох інформаційних технологій є технологія інформаційного зомбування. Це контроль індивідуальної або колективної свідомості з застосуванням маніпулятивних методів (ЗМІ, особиста комунікація, зовнішня реклама і так далі), що також сприяє зміні мислення, поведінки, вірування, емоцій або процесів прийняття рішень людиною чи груп людей поза їхньою волею і бажанням.

Поширення чуток – діяльність щодо поширення різної інформації (переважно неправдивої) серед широких верств населення здебільшого неофіційними каналами з метою дезорганізації суспільства та держави або ж їх окремих установ чи організацій. Єдиний можливий спосіб подолання ефективності чуток – цілковите їх ігнорування. Як правило, через деякий час напруження спадає, зайва активність в обговоренні вже неактуальних новин згасає, інтерес до порушеної в чутках проблеми зникає. Поява нових проблем повністю нейтралізує можливі небезпечні наслідки дезорганізації суспільства та держави.

Інформатизація суспільства, розвиток, популяризація критичного мислення та ставлення до невідомих чи нових джерел інформації – перші кроки до захисту національного інформаційного простору. Медіаграмотність та критичне ставлення до інформації мають стати загальнонаціональним трендом. З огляду на відсутність дієвих демократичних механізмів протидії маніпулятивним технологіям інформаційного впливу, засобом запобігання інформаційній агресії є своєчасне заповнення інформаційно-комунікативного простору достовірною інформацією з офіційних джерел.

Під час дослідження шляхів подолання турбулентності крізь призму властивостей особистості сформовано поняття «інформаційно-психологічна турбулентність» – нестабільний стан психіки людини, викликаний інформаційним впливом, що виявляється

в раптових нападах гніву, печалі або відчаю, відчутті тривоги, роздратування, страху чи смутку. У такому стані особистість неадекватно оцінює навколишнє оточення й робить нелогічні вчинки.

Безсумнівно, інформаційно-психологічна турбулентність є фактором загроз інформаційно-психологічної безпеки особистості й потрібні заходи з деактивації цього фактору. Стратегічно важливим як для держави, так і суспільства є формування такої політики, де інформаційна культура займає провідне місце. Мається на увазі не тільки накопичення суми знань, а й розвиток фундаментальних навичок мислення і творчості, духовного розвитку особистості. Відповіддю на турбулентні інформаційні виклики може стати розвиток «турбулентного мислення», заснованого на неформальному, евристичному підході до аналізу ситуації й прийняття рішень (досвід, інтуїція, спритність, винахідливість тощо).

В умовах турбулентних явищ, які руйнують звичні стереотипи поведінки та сформований образ життя, потреба в безпеці та протидії стає домінантною. Саме вона починає визначати мотивацію соціальної поведінки людини, перебудовуючи та змінюючи її, специфічним чином трансформуючи інші базові групи потреб, психічні особливості та характеристики особистості. Вона стає активним і переважним мобілізатором ресурсів організму людини (внутрішніх резервів, механізмів психологічного захисту, застосування копінгових технологій, набутих знань і навичок у соціумі) в надзвичайних обставинах – соціальної дезорганізації, катастрофічних явищ природи, злочинних посягань тощо. Відсутність адекватних можливостей для задоволення цієї потреби викликає в особистості емоційно негативні, гостро пережиті психічні стани, на тлі яких протікають практично всі психічні процеси людини. Це проявляється у вигляді передхворобливих станів (передневротичних, донозологічних форм психічних хвороб) з окремими і незначними порушеннями (підвищена чутливість до звичайних подразників, незначна тривожна напруженість, занепокоєння, елементи загальмованості або метушливості в поведінці, безсоння та ін.). Важливим постає своєчасне проведення медико-психолого-соціальних профілактичних і реабілітаційних заходів з метою запобігання переходу передхворобливих станів у хворобливі.

### Висновки та перспективи подальших досліджень.

1. Ураховуючи темп сучасного життя і техногенного розвитку, життєві потреби сучасної людини суттєво змінилися і розширилися, збільшився попит на безпечну життєдіяльність та інформаційно-психологічний комфорт задля особистісної реалізації в умовах турбулентності, інформаційного навалу та несистемного суспільного хаосу.

2. Захист індивідуальної та суспільної свідомості від негативних інформаційних впливів становить основний зміст організації забезпечення інформаційно-психологічної безпеки. Для надійного захисту національних інтересів в інформаційній сфері потрібен комплексний моніторинг зовнішніх і внутрішніх інформаційних загроз та дієві нормативно-правові, організаційно-адміністративні, науково-технічні та інші методи й засоби регулювання рівня інформаційної безпеки. По суті, треба забезпечити постійний контроль і аналіз усіх джерел підвищеного інформаційного ризику, завчасне прогнозування процесів їхнього прояву та оперативне відпрацювання адекватних контрзаходів для відвернення чи мінімізації небажаних наслідків.

3. Інформаційна турбулентність, яка є наслідком синергетики властивостей інформаційного середовища – це деструктивний фактор інформаційно-психологічної безпеки як стосовно держави й суспільства, так і окремої особистості. Основними ресурсами особистості в умовах інформаційної турбулентності виступають внутрішні резерви, механізми психологічного захисту, застосування копінгових технологій і вміння застосувати набуті знання і навички у соціумі. Задля примноження психологічних ресурсів і запобігання розвитку патологічних станів важливим є надання людині інформаційно-психологічної безпеки, що передбачає як захист, так і відновлення психологічного благополуччя особистості.

4. Захист інформації передбачає систему заходів, спрямованих на недопущення несанкціонованого доступу до інформації, несанкціонованої її модифікації, втрати, знищення, порушення цілісності тощо. Захист інформації – гарантія безпеки, завдання держави. В умовах турбулентності розв'язання проблеми забезпечення інформаційної безпеки повинно мати комплексний системний характер та здійснюватися на різних рівнях (нормативному, інституційному, особистісному).

### Список літератури:

1. Григор'єв В.І. Технології сучасної інформаційно-психологічної війни. *Information security of the person, society and state*. 2015. № 2 (18). С. 6–15.
2. Губенков А.А., Байбурин В.В. Информационная безопасность. Москва : «Новый издательский дом», 2005. 128 с.

3. Гурковський В.І. Державне управління розбудовою інформаційного суспільства в Україні (історія, теорія, практика) : монографія. Київ : Наук. світ, 2010. 396 с.
4. Дубина А.М. Інформаційно-психологічні війни і їх вплив на масову свідомість. Київ : НТУУ «КПІ», 2011. 57 с.
5. Квернадзе Э. Эффекты и технологии социально-психологического воздействия СМИ на целевую аудиторию. *Коммуникология: электронный научный журнал*. 2019. Том 4. № 1.
6. Кузнецова Ю.М., Чудова Н.В. Психология жителей Интернета. Москва : Изд-во ЛКИ, 2008. 224 с.
7. Некляев С.Э. Информационно-психологическая война в условиях сетевой войны как новая форма угрозы национальной безопасности. *Вестник Московского университета. Серия. Журналистика*. 2008. № 5. С. 35–51.
8. Панарин И.Н. Информационная война и геополитика. Москва : Мир безопасности, 2006. С. 54.
9. Панченко О.А. Турбулентність мислення в структурі інформаційно-психологічної безпеки особистості. *Психологія і особистість*. 2019. № 1 (15). С. 35–53.
10. Панченко О.А. Турбулентность в информационной безопасности личности. *Клінічна інформатика і телемедицина*. 2017. Т. 12. Вип. 13. С. 124–129.
11. Тарасюк В.М. Інформаційний простір в Україні: виклики та загрози. *Правова держава*. 2018. Вип. 29. С. 375–381.
12. Топалова С.О. Маніпулювання свідомістю як технологія впровадження політичних міфів. *Вісник Національної юридичної академії України імені Ярослава Мудрого*. 2011. № 7. С. 164–172.

**Panchenko O.A., Kabantseva A.V., Serdyuk I.A. INFORMATION AND PSYCHOLOGICAL CHALLENGES OF TURBULENT TIME**

*The article examines the modern information and psychological challenges of turbulent times, due to the influence of complex socio-demographic, economic, political, legal, informational, psychological, and technological factors, as well as requires a systematic response, adequate transformation of the security sector.*

*It is noted that the turbulence era has an information-psychological nature, and therefore the challenges (factors or risks of information dissonance) describing it, have an information-psychological basis. This is due to the fact that with maximum protection there is always a risk of damage, including mental, physical health, and psychological well-being due to the influence of negative information and psychological factors.*

*One of the current information and psychological challenges of today is the existence of information and psychological warfare and armed conflict, which is marked by significant growth of population, affected by information and psychological turbulence. The destructive factors of hybrid (information-psychological) war can cause lasting changes in people with low levels of stress, thereby weakening the human resources of the state and the national security system in general.*

*The concept of “information-psychological turbulence” is considered, being an unstable state of the human psyche caused by informational influence, which is manifested in sudden outbursts of anger, sadness or despair, feelings of anxiety, irritation, fear, or sadness. In this state, the individual inadequately evaluates the environment and commits illogical acts.*

*It is noted that the protection of individual and social consciousness from negative information influences is the main content of the organization of information and psychological security. Emphasis is placed on the need for further serious research on this issue to develop an effective public policy to address it in a due manner.*

**Key words:** *information environment, information turbulence, information, and psychological security, information and psychological challenges, information and psychological turbulence.*

**Сазонова І.В.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

## ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ПІДЛІТКАМ У ПОДОЛАННІ СТРЕСУ (З ДОСВІДУ РОБОТИ)

*У статті наводиться опис змісту програми надання психологічної допомоги з подолання стресу в підлітків. Несформованість психіки підлітків, слабкий вольовий контроль емоційних реакцій, сильна дія підкоркових структур на функціональний стан центральної нервової системи зумовлюють специфічні наслідки впливу психологічної травми підлітків після стресу. Отже, психологічна травма, викликана надзвичайною подією, може істотно порушити весь подальший хід психічного розвитку підлітка.*

*Дослідження здійснено на базі емпіричного матеріалу, зібраного в процесі надання психологічної допомоги підліткам, які пережили психотравматичну подію під час арабо-ізраїльського конфлікту. Програма базується на основі ізраїльської моделі «Об'єднуючий міст» та являє собою психокорекційний комплекс із взаємопов'язаних блоків, кожен з яких орієнтований на вирішення різних завдань і містить певну систему методів і прийомів роботи. Основна ідея програми полягає в тому, щоб спрямувати учасників на розкриття свого внутрішнього потенціалу, сприяти розвитку уявлення про життєстійкість особистості, формуванню навичок усвідомленого управління своїм життям.*

*Оцінка реалізації запланованих у ході заняття процедур здійснювалася за допомогою рефлексії учасників та обговорення досвіду, отриманого в процесі виконання ними вправ. Також проведено оцінку ефективності програми за параметром тривожність. Порівняння результатів дослідження тривожності підлітків до й після тренінгу з використанням критерію Вілксона дозволило зафіксувати значущі відмінності за рівнем тривожності до й після програми. Виявлені відмінності значущі.*

*Доведено, що розроблений тренінг дозволяє результативно коригувати тривожність у підлітків. Практична значущість отриманих результатів полягає в можливості створення основ цілеспрямованого корекційного впливу в пошуках актуалізації особистісних ресурсів підлітків для розв'язання проблем. Під час надання психологічної допомоги підліткам у подоланні посттравматичного стресу особливої значущості набуває накопичення та збереження ресурсів і цілеспрямована робота з розвитку ресурсних дефіцитів.*

**Ключові слова:** подолання стресу, модель «Об'єднуючий міст», підлітки, внутрішні ресурси, тривожність, ефективність програми.

**Постановка проблеми.** Для багатьох людей кризові ситуації, стихійні лиха та інші нещастя становлять невід'ємну частину сучасного життя. Дорослі та діти, представники різних культур та народів - схильні до ризику зіткнення з різними травмуючими подіями: епідемія, війна, терор, екологічне забруднення навколишнього середовища, землетруси та потопи, технологічні катастрофи та аварії на транспорті, злочини та хуліганство, сексуальне насильство тощо. А тому проблема стресу, пов'язаного з психотравмою, залишається актуальною і натеper. Однією із вразливих категорій населення, яка підпадає під вплив психотравмуючих ситуацій у суспільстві, є підлітки, які особливо гостро сприймають події, що змінюють безпечність оточуючого середовища. У підлітків психологічна травма, викликана надзвичайною

подією, може істотно порушити весь подальший хід психічного розвитку [6]. Несформованість психіки підлітків, слабкий вольовий контроль емоційних реакцій, сильна дія підкоркових структур на функціональний стан центральної нервової системи зумовлюють специфічні наслідки впливу психологічної травми [11]. Тому пошук ефективних методів здійснення психологічної допомоги підліткам у переживанні ними гострих стресових ситуацій є необхідним та актуальним.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивченням проблеми подолання стресу підлітками займалися такі вітчизняні вчені, як Ю.О. Бохонкова, Н.Й. Величко, Т.М. Руда, Т.А. Ткачук, О.В. Царькова, М.С. Якимович та інші. З'явилося досить багато наукової літератури, присвяченої вивченню питання психологічного

стресу, де це поняття розглядається багатоаспектно, з різних позицій, зокрема: як стан організму, що формується під впливом негативних чинників середовища; як стан людини, що не належить до категорії органічних та характеризується істотними відхиленнями від нього; з позиції реакції та наслідків від його впливу на особу. Але багато аспектів проблеми залишаються ще не до кінця вивченими. Існує необхідність вивчення не тільки самого механізму стресу та його впливу на підлітка, але й проблеми стресостійкості особистості, ефективної поведінки в ситуації стресу, подолання наслідків. Д. Галахер висунув гіпотезу, згідно з якою оцінка травмуючої події залежить від обсягу наявних у людини ресурсів, що дозволяють впоратися з цією подією. Якщо індивід оцінює ресурси як недостатні, неадекватні, то подія сприймається як загроза [4]. Стійкі до стресу люди адекватно оцінюють свої ресурси та сприймають стресогенні події як зміни.

Деякі зміни стресового характеру є віковою нормою й пов'язані з фізіологічними особливостями підліткового віку, інші мають особистісний характер [1]. Психологічний стрес пов'язаний зі швидкою психофізіологічною перебудовою, когнітивними процесами, мисленням, оцінкою ситуації, дефіцитом часу, інформаційним голодом або надлишком даних, підвищеною відповідальністю, емоційним відчуженням із боку оточення, вагою стресора та тривалістю загрозової ситуації.

Підлітки у стані психологічного стресу можуть скаржитися на запаморочення, нудоту та болі в спині, животі, головні болі тощо. Також можуть спостерігатися зміни в харчуванні, режимі сну та неспання. Багато що залежить й від індивідуальних особливостей організму, тому що різні підлітки відповідають на стрес по-різному. Одні починають багато їсти, інші абсолютно втрачають апетит; одні насилу засипають вночі, інші відчувають сонливість протягом усього дня. Підлітки часто стають драгівливими, з'являються проблеми з концентрацією уваги. Вони можуть не приділяти достатньої уваги своїй зовнішності та гігієні. Крім перерахованого вище, підлітки після стресу часто відчувають страх, занепокоєння, печаль, гнів, почуття самотності та інші негативні емоції [12]. Американськими дослідниками встановлено, що стресові події також можуть погіршити самоконтроль, особливо у підлітків, які переживають психологічний стрес [11].

З позиції адаптивної реакції, що супроводжується індивідуальними відмінностями, які виникають внаслідок стресової події, доречно зазначити,

що перебіг стресу у підлітків може проявлятися у підвищеній пасивності або активності людини [2].

А.О. Реан як критерій розрізнення типів адаптивного процесу виділяє вектор активності. Спрямованість «назовні» – активний вплив особистості на середовище, її освоєння та пристосування до себе. Спрямованість «всередину» – активна зміна себе, корекція власних установок та звичних інструментальних поведінкових стереотипів, тип активного пристосування до середовища. Автором виділяється також третій тип, найефективніший із боку адаптації: імовірно-комбінований [10].

Велике значення для ефективного адаптаційного процесу має *саногенне* мислення – «оздоровлююче» мислення [5]. Саногенне мислення розширює межі думки, розкріпачує їх, дозволяє справлятися з негативними емоціями сприяє оздоровленню психіки, зняттю внутрішньої напруженості. Оволодіння саногенним мисленням передбачає розширення кругозору, внутрішньої культури. Протиставляється такому мисленню – мислення *патогенне*, тобто «хворобливе», яке викликає тривогу, образи, лють та інші руйнівні емоції, породжує різні захворювання. Подумки, повертаючись до травмуючої події, людина знову переживає негативні емоції, які супроводжували певну обставину. Емоційний стрес посилюється, негативно впливає на характер, світовідчуття та світосприйняття [5].

Європейські вчені М. Blomi, R. Oberink під час дослідження поширеності наслідків пережитого стресу у дітей виявили, що 15–43 % дівчаток і 14–43 % хлопчиків пережили хоча б одну стресову ситуацію. З тих дітей та підлітків, які потрапили в зону стресу, 3–15% дівчаток і 1–6 % хлопчиків змушені були пройти спеціалізоване лікування [14]. За даними Національного центру посттравматичних стресових розладів США (*U. S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Administration on Children, Youth and Families, Children's Bureau. ChildMaltreatment, 2013*), лише третина дітей, які пережили стрес, отримує необхідну допомогу [15].

Для того, щоб впоратись із стресом, необхідно знати особливості психологічної допомоги. У разі стресового стану вона заключається у відновленні відчуття безпечності – зняття тілесного та емоційного напруження, послаблення жорстких механізмів захисту, які виникли у відповідь на кризову ситуацію; відновлення та зміцнення психологічних ресурсів – активізація природних ресурсів психіки людини, на основі яких уможливилось



вихід із кризових станів [2; 9]. Допомога підліткам в подоланні стресу спрямована також на відреагування негативних переживань, пов'язаних зі стресовими чинниками, створення умов для прямого чи символічного прояву сильних негативних переживань; активація механізмів самоцілення, адаптація до нових обставин – заохочення та зміцнення позитивних зрушень, спілкування з друзями, сприятливе дозвілля з близькими, заняття творчістю [8].

**Постановка завдання.** Мета статті – опис досвіду надання психологічної допомоги в ситуації подолання стресу підліткам, які пережили травматичну подію.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження здійснено на базі емпіричного матеріалу, зібраного в процесі надання психологічної допомоги підліткам, які пережили психотравматичну подію під час арабо-ізраїльського конфлікту в Ізраїлі. З 10 по 21 травня 2021 року відбулося чергове загострення арабо-ізраїльського конфлікту, що пізніше отримало назву – військова операція «Страж стін». Під ракетними обстрілами в Ізраїлі загинуло 12 осіб, у тому числі двоє дітей. Мирні жителі годинами перебували у бомбосховищах, звідки деяким з них нікуди було повертатися, оскільки їхні будинки були зруйновані.

Після закінчення військової операції в місті Бат Ям (84 кілометри від Сектора Гази), який протягом декількох днів перебував під ракетними обстрілами, було організовано семінар – практикум з відреагування стресу для дітей та підлітків нових репатріантів. Акцент був зроблений на такій категорії дітей у зв'язку з тим, що вони прибули до Ізраїлю в останні кілька років і вперше переживали військовий конфлікт.

Цикл тренінгів, що складався із 4 зустрічей по півтори години, був організований для двох вікових категорій: діти 7–12 років – 12 осіб (6 хлопчиків та 6 дівчаток); підлітки 13–18 років – 12 осіб (6 хлопчиків та 6 дівчаток). Зупинимося детальніше на корекційній програмі для підлітків.

Семінари-тренінги були організовані на основі ізраїльського досвіду антикризового втручання за моделлю «Гешер меахед» – «об'єднуючий міст – рус», створеної ізраїльським Центром боротьби з травмою та кризою, де під словом «міст» мається на увазі перехід зі стану кризи в стан ресурсу.

Як вважають фахівці ізраїльського центру боротьби з травмою та кризою, щоб модель «Об'єднуючий міст» стала надійним інструментом в ситуації кризи, треба відповісти на ключові питання, про які йдеться в цій моделі в зум-

конференціях / вебінарах / тренінгах, присвячених освоєнню цього простого та ефективного інструменту: що таке стрес та чи варто з ним боротися? Стрес – це мана, хвороба або природна реакція організму? Як вести себе в стресі, щоб подолати його часом руйнівні наслідки? Яким чином можливо повернути собі почуття, що «ситуація знаходиться під контролем»? Які є мінімум сім шляхів, що можуть підтримати нас у кризовій ситуації та вивести зі стану безнадії, безсилля, сум'яття, апатії? Індивідуальний інструментарій, який кожен з нас виявив для себе та використовує в життєвих кризах. Який він? Чому є для нас ефективним?

Щоб ефективно подолати стрес, необхідні методичність та організованість; знання власних ресурсів та межі потенційних можливостей, володіння способами управління стресом.

У кожному віковому періоді у людини існують деякі внутрішні ресурси, щоб оптимально справлятися з життєвими труднощами, проте ці ресурси часто можуть залишитися незатребуваними, особливо у підлітків, якщо навмисно не сфокусувати увагу на їхньому виявленні та розвитку. Внутрішній ресурс дітей та підлітків, що допомагає успішно справлятися з життєвими труднощами, пов'язаний з гнучкістю мислення, поведінки, емоційного реагування. Це проявляється у швидкому освоєнні нових стандартів, оволодінні навичками, перемиканням уваги з однієї ситуації на іншу, в емоційній гнучкості, захисній роботі уяви.

Основна ідея програми полягає в тому, щоб спрямувати учасників на розкриття свого внутрішнього потенціалу, сприянні розвитку уявлення про життєстійкість особистості, формуванню навичок усвідомленого управління своїм життям. Натепер момент розроблена програма успішно пройшла апробацію.

Сама назва моделі «Гешер меахед» – аббревіатура, яку можна перекласти як: тіло, розум, почуття, сім'я, віра, оточення, уява.

**Тіло / тілесність.** Перш ніж дитина усвідомлює, що переживає стрес або психотравму, її тіло вже реагує на травматичну подію. Блокується вільне дихання, окремі частини тіла спазмуються. Сильні, невиражені емоції «застрягають» в тілі тілесно-емоційними блоками та залишаються у вигляді блукаючих болів та психосоматичних захворювань. Якщо на рівні свідомості травматичні події іноді витісняються, то в тілесному профілі наслідки психічних потрясінь та стресів залишаються завжди.

Щоб позбутися непрожитих почуттів, що застрягли в тілі, в рамках тренінгу були використані

техніки евримиї, тілесної та ігротерапії, що містять фізичну активність, чергування м'язової напруги та розслаблення, аутотренінг. Особливу увагу було приділено ігровим дихальним технікам. У тому числі «Фантик-бол» – переміщення обгортки від цукерки один одному або у ворота за допомогою дихання; «Паперовий боулінг» – переміщення паперового м'ячика за допомогою дихання через коктейльну трубочку; «Гумовий купол» – надування повітряних кульок (за аналогією з протиповітряною обороною «Залізний купол») та запуск їх «по ворожих ракетах». Такі техніки дозволяють працювати з проблемами, які дитина не може або не готова озвучувати.

**Розум/когнітивні здібності.** Діти й більшість підлітків, на відміну від дорослих, не здатні повноцінно когнітивно переробити та раціоналізувати ситуацію, оскільки у них ще не дозріли відповідні мозкові структури, що лежать в основі розвитку абстрактно-логічного мислення. Тому діти рідше, ніж дорослі, і з меншим успіхом використовують інтелектуальні стратегії. Але саме вміння аналізувати тривожну ситуацію, розбиратися в ній породжує конструктивність. «Що мене турбує? Що я можу зробити, щоб знизити тривогу? До кого я можу звернутися за допомогою?» – питання для роздумів. Уміння обмірковувати свій стан допоможе підлітку навчитися аналізувати та планувати власні вчинки.

Аналізуючи ситуацію, вмикаючи логіку, ми запускаємо відомий спосіб психологічного захисту – «інтелектуалізацію», яка дає можливість обмірковувати те, що сталося, знайти шляхи виходу. Розмірковуючи над ситуацією, аналізуючи її, ми допомагаємо собі подолати шок та повертаємо відчуття контролю над ситуацією.

У такий блок, крім технік психодедукції, був включений курс навчання технікам саморегуляції. Отримані знання та навички стабілізують учасників, створюючи відчуття того, що кризова ситуація більше не застане зненацька, що вони зможуть надати допомогу собі й своїм близьким (мамі, молодшим дітям, літнім людям, сусідам). Таким чином, сам факт володіння техніками саморегуляції переводить дитину з ролі «безпорадної жертви» у роль «рятівника, помічника», підвищуючи впевненість в собі та самооцінку. В рамках тренінгу учасники освоїли такі вправи, як «Самообійми», «Самозцілюючий дотик», «Прохлопування».

**Почуття та емоції.** Ізраїльська модель говорить про те, що тримати почуття в собі небезпечно як для фізичного, так і душевного здоров'я. Шок, біль, гнів, провина та відчай не зникають самі

собою. Травматичні переживання потребують емоційного реагування та усвідомлення.

Для роботи з почуттями в рамках тренінгу були застосовані техніки арт-терапії, що дозволяють працювати з несвідомим, утилізуючи емоції та почуття, що не виходять у свідомість. До того ж фізичний контакт дитини з різними матеріалами (олівці, пластилін, крупи, фарби, крейда) сприяють не тільки відреагуванню негативних емоцій, але й «пожвавленню» фізичних відчуттів, заблокованих в результаті стресу.

У рамках семінару-тренінгу були використані техніки «Страх – не ворог, він друг та захисник», «Безпечне місце», «Карта мого внутрішнього світу» тощо. Нижче наводимо деякі відгуки учасників під час роботи з технікою «малювання стресової події та перемалювання»:

- *«Коли кричала сирена, всі поспішали, а я ніяк не міг вдягнутися. Мені було жарко, я весь спітнів і не міг вдіти одяг... коли ми вийшли у під'їзд та сховалися під сходи, я заплакав. Мені було соромно, але я не міг зупинитися... Я домалював свою старшу сестру. Вона смішить мене і це я так сильно сміюся до сліз. Вона вже доросла і нічого не боїться».*

- *«Коли почалася сирена, я була в душі, а маленький братик вже спав. Всі побігли за ним, і я злякалася, що мене збудуть... Я домалювала маму, яка забирає мене з душі і принесла мені одяг. Так і було, тепер я згадала».*

- *«Я бачив людину у крові, напевно, вона була вбитою. Коли орала сирена, я думав, почався кінець світу, я заліз під ліжко, а батьки не могли мене знайти... Я домалював до людини у крові телевізор. Ніби це було просто страшне кіно».*

- *«Я сирени не боялася, я боялася вибухів. Я перенесла важку операцію в дитинстві, і тепер я боюся лікарні... Коли я домалюю свою родину, я відчуваю її підтримку і мені не страшно».*

**Сім'я.** Сім'я – це екологічна система, в якій для кожного є своє місце й своя функція. У період кризи згідно з моделлю «Гешер меахед» рекомендується максимально зберігати звичні сімейні ролі та обов'язки. Виконання відомих та постійних ритуалів: прибирання, покупки та інші дрібні справи – це ті елементи, які допомагають серед бурі та хаосу відчутти острівцець порядку.

В рамках тренінгу обговорювали з учасниками типові реакції людини на стрес: бий, біжи, замри та менш відому – «турбота про ближнього», яка не тільки знижує рівень напруги, викликаної травматичною подією, а й забезпечує психологічну допомогу тим, хто знаходиться поруч з нами.

**Віра.** Віра в Бога та молитви, віра в надприродні сили (добрі феї, янгол-охоронець), афірмації та мантри, віра в себе й свої можливості – це також дуже сильний ресурс.

У рамках тренінгу учасники виготовляли для дітей із найбільш постраждалих від обстрілів населених пунктів печиво «ПВОшки» (дитяча протиракетна оборона) та «заряджали» їх силою, сміливістю, добротою та любов'ю.

**Уява, фантазія.** Крім зазначених вище технік арт-терапії в рамках тренінгу були використані техніки музичної та ритмотерапії за допомогою барабанів, що дозволило учасникам не тільки долучитися до творчості, а й зняти напругу та одночасно підняти концентрацію уваги. Через творче переживання дитина напрацьовує стресостійкість та активує внутрішні ресурси. Важливо відзначити, що уява допомагає придумати та розіграти актуальну ситуацію або просто зіграти роль будь-якого персонажа, риси якого важливі для дитини в цій період життя.

**Оточення, суспільство, спілкування.** Ізраїльський Центр боротьби з травмою та кризою рекомендує під час проживання стресової події проявляти соціальний інтелект, включеність у навколишнє життя, брати участь в громадських проектах, розвивати особисті, громадські, професійні зв'язки. Прагнення бути разом з людьми, вміння співпереживати - афіліація та емпатія – є комунікативними особистісними ресурсами, що впливають на поведінку людини. Блокування афіліації викликає почуття самотності, відчуженості, породжує та посилює стрес. Афіліація нерозривно пов'язана з емпатією, яка визначається як осягнення чужого емоційного стану, проникнення в переживання іншої людини. Емпатія є одним з ключових факторів у розвитку соціального взаєморозуміння та виступає найважливішим ресурсом подолання стресу.

На завершальному етапі семінару-тренінгу для учасників була організована симуляційна гра, за сюжетом якої учасники під час ракетного обстрілу опиняються у під'їзді багатоповерхового будинку разом з іншими людьми (акторами): діти, літні люди, вагітна жінка. Підлітки активно «приміряють» на себе різні соціальні ролі, визначають вимоги, можливості та права, властиві кожному новому образу. У таких умовах їм можуть бути створені шляхи нейтралізації негативних життєвих умов через перетворення ситуацій. Чим більше конструктивних способів поведінки освоїла дитина, примірявши різні ролі, тим більше можливостей оптимальної поведінки у складних

ситуаціях вона може проявити. Під час гри підлітки змогли не тільки продемонструвати отримані під час тренінгу знання та навички, а й отримати досвід створення нових зав'язків та співпраці, і, як допомагаючи ближньому, допомогти собі.

Оцінка реалізації запланованих в ході заняття процедур здійснювалася за допомогою рефлексії учасників та обговорення досвіду, отриманого в процесі виконання ними вправ. Оцінка в кінці роботи (підсумкова оцінка) спрямована на виявлення: ступеня комфортності завдань програми тренінгу для учасників; відповідності реальної динаміки емоційних, мотиваційних та функціональних станів учасників очікуваній динаміці; «сильних» та «слабких» блоків програми (інформаційних, діагностичних, методичних, організаційних та процедурних); характеру й способів взаємодії тренера з групою.

У руслі нашого дослідження виникла необхідність в аналізі тривожності, оскільки такий феномен, на наш погляд, є важливим параметром психологічного стресу. Більшість підлітків, які пережили травму, пристосовується до ситуації. Проте деякі неприємні симптоми залишаються. Серед тих, що зустрічаються частіше, науковці виділяють неспокій, тривогу [3, 7, 13]. Отримання показників тривожності здійснювалося за допомогою методики «особистісна шкала проявів тривоги» (J. Teylor). Нами було виявлено, що у 49,8% учасників програми проявляється високий рівень тривожності, у 33,2% – середній з тенденцією до високого, у 16,6% – середній з тенденцією до низького. Низький рівень тривожності не був діагностований у жодного з підлітків.

Після апробації корекційної програми проводилася повторна діагностика тривожності підлітків і були отримані такі результати: у 49,8% підлітків виявлено середній з тенденцією до високого рівня тривожності, у 33,2% – середній з тенденцією до низького, у 16,6% – низький. Високий рівень тривожності не був діагностований у жодного з підлітків після проведення тренінгу. Таким чином, у 91,3 % вибірки рівень тривожності знизився. Для оцінки зміни значень показника тривожності, виміряного на одній й тій самій вибірці підлітків до та після тренінгу, ми використовуємо t-критерій Віллкоксона. Аналіз отриманих результатів та оцінка динаміки показників показали статистично достовірно нижчі показники тривожності за методикою Тейлора ( $p < 0,01$  за T-Віллкоксоном) у підлітків після тренінгу.

**Висновки з дослідження та подальші перспективи в напрямі.** Виявлені нами

в дослідженні показники емпірично підтверджують твердження багатьох авторів про важливість актуалізації внутрішніх ресурсів особистості в подоланні стресу.

Результати проведеного ретестування дозволяють зробити висновок про ефективність програми, її успішну реалізацію, а також про її позитивний вплив на особистісний розвиток учасників. Необхідно відзначити, що подальша реалізація роботи або її елементів дозволить фахівцям вирішувати

завдання формування життєвої стійкості, необхідної для подальшої адаптації.

Практична значущість отриманих результатів полягає в можливості створення основ цілеспрямованого корекційного впливу в пошуках актуалізації особистісних ресурсів підлітків для вирішення проблем. Під час надання психологічної допомоги підліткам в подоланні посттравматичного стресу особливої значущості набуває накопичення та збереження ресурсів, і цілеспрямована робота з розвитку ресурсних дефіцитів.

#### Список літератури:

1. Бохонкова Ю.О. Психологічні особливості сприйняття підлітком стресової ситуації та адаптація до неї. *Збірник наукових праць : філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : Вид-во Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2011. Вип. 16. Ч. 2. С. 225–232.
2. Допомога людині, яка знаходиться у стані шоку, стресу чи травми / В.М. Бондаровська, Т.В. Кульбачка, Е.Б. Ламах, Л.І. Козуб. Київ, 2015. 24 с.
3. Заболотна В.О. Соціально-психологічні технології корекції рівня стресу в організаціях. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 2 (27). С. 26–34.
4. Наугольник Л.Б. Психологія стресу : підручник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
5. Орлов Ю.М. Оздоровляющее (саногенное) мышление / Составитель А.В. Ребенок. Москва : Слайдинг, 2006. 96 с.
6. Петьков В.А. Психологічні особливості впливу стресу на загальний розвиток дитини. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015. № 6 (37). С. 33–36.
7. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації : Методичний посібник / Уклад. : Г.Б. Растроста. Суми : НВВ КЗ СОШПО, 2018. 64 с.
8. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки : методичний посібник / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, І.М. Біла, Г.П. Лазос. Київ, 2015. 232 с.
9. Психологічна допомога: від кризи до ресурсу : Матеріали III Всеукраїнського науково-практичного форуму, м. Суми, 21–26 квітня 2020 року / за заг. ред. А.В. Вознюк. Суми : НВВ КЗ СОШПО. 2020. 182 с.
10. Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОзнак, 2008. 479 с.
11. Руда Т.М. Стрес та стресостійкість у підлітків. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. № 2. С. 122–129.
12. Стрес у підлітковому віці та шляхи його подолання / О.В. Царькова, Н.Й. Величко. *Наука і освіта*. 2010. № 3. С. 157–161.
13. Ткачук Т.А. Психологічні особливості копінг-поведінки підлітків в процесі подолання стресових ситуацій / Т.А. Ткачук, М.С. Якимович. *Технології розвитку інтелекту*. 2016. Т. 2 Вип. 4. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri\\_2016\\_2\\_4\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_4_8).
14. Axak N. Development of multi-agent system of neural network diagnostics and remote monitoring of patient. *Eastern-European Journal of Enterprise Technologies*. 2016. Vol. 4. № 9 (82). P. 4–11.
15. Duckworth A.L., Kim B., Tsukayama E. Life stress impairs selfcontrol in early adolescence. *Front. Psychol.* 2012. No. 3. P. 608. Published online 2013 January 11. DOI: 10.3389/fpsyg.2012.00608.

#### Sazonova I.V. PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO ADOLESCENTS IN OVERCOMING STRESS (FROM WORK EXPERIENCE)

*The article describes the content of the program of psychological assistance to overcome stress in adolescents. Unformed psyche of adolescents, weak volitional control of emotional reactions, strong influence of subcortical structures on the functional state of the central nervous system cause specific consequences of the impact of psychological trauma of adolescents after stress. Consequently, a psychological trauma caused by an emergency can significantly disrupt the entire further course of a teenager's mental development.*

*The study was conducted on the basis of empirical material collected in the process of providing psychological assistance to adolescents who survived a psychotraumatic event during the Arab-Israeli conflict. The program is based on the Israeli model "Unifying Bridge" and is a psycho-correctional complex of interconnected blocks, each of which is focused on solving various problems and includes its own system of*

*methods and techniques of work. The main idea of the program is to direct participants to reveal their inner potential, promote the development of ideas about the resilience of the individual, and form skills of conscious management of their lives.*

*Evaluation of the implementation of the procedures planned during the lesson was carried out by reflecting participants and discussing the experience gained during their exercises. Also evaluated the effectiveness of the program by the parameter of anxiety. Comparison of the results of the study of adolescents' anxiety before and after training using the Wilcoxon criterion allowed to record significant differences.*

*It is proved that the developed training allows to effectively correct anxiety in adolescents. The practical significance of the results obtained lies in the possibility of creating the foundations of purposeful Correctional influence in search of updating the personal resources of adolescents to solve problems. When providing psychological assistance to adolescents in overcoming post-traumatic stress, the accumulation and preservation of resources, and purposeful work on the development of resource deficits, are of particular importance.*

**Key words:** *overcoming stress, model "Unifying Bridge", teenagers, internal resources, anxiety, program effectiveness.*

## ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.922-057.87:316.454.54

DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/12>

**Булгакова О.Ю.**

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

### ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ СТУДЕНТІВ ДО СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ЇХНЬОЇ УЧАСТІ В ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНСТИТУТУ

*Важливим завданням сучасної системи освіти є формування професійних й особистісних компетенцій у майбутніх фахівців, і насамперед формування психологічної готовності до ефективної взаємодії з іншими людьми. Вимоги сучасної практики вищих навчальних закладів потребують ефективного формування психологічної готовності студентів до соціальної взаємодії як в умовах надбання вищої освіти, так і в подальшому їх професійному становленні. Фундаментальні засади такої готовності закладаються завдяки створенню спеціальних умов у навчально-професійній підготовці фахівців у вищій школі, що передбачає організацію такого простору, в якому ідея співробітництва закладена в кожному осередку діяльності закладу вищої освіти.*

*Базисною основою психологічної готовності до соціальної взаємодії є система стосунків у соціумному оточенні та її конкретизація в поведінці та діяльності особистості, а головною ознакою цього складного інтернального особистісно-діяльнісного утворення є ознака ставлення до себе як діяча в соціумних ситуаціях.*

*Соціальна взаємодія у вищій школі може відобразитися в системі взаємозалежних дій, у співпраці, спільній діяльності, міжособистісному, діловому спілкуванні викладачів та студентів, студентів між собою, в яких проявляються їхні психічні особливості. Основою психологічної готовності студентів до соціальної взаємодії є їхня власна модель соціальної взаємодії, створена ними під впливом навчально-професійної діяльності в умовах закладу вищої освіти. Ця модель містить їхні власні узагальнення стосовно міри знаходження спільних рішень, способів їх виконання, взаємної репрезентації діячів, що визначають установки та стратегічні взаємодії.*

*Зазначене свідчить про те, що психологічна готовність студентів до соціальної взаємодії є результатом «природної» адаптації особи до соціумного середовища з метою відповідати його нагальним вимогам, і, отже, вона відтворює саме ті обставини, які присутні в ньому.*

**Ключові слова:** соціальна взаємодія, студенти, діяльність, соціальний інститут.

**Постановка проблеми.** Соціальна взаємодія є процесом, що самоорганізується кожного разу, коли виникає ситуація, яка потребує взаємодії. Розглядаючи соціальну взаємодію як саморегулятивну систему, потрібно додатково «оснастити» наше головне поняття за допомогою нових ознак – складна, цілеспрямована, саморегульована, інтерактивна тощо, які починають відображувати саме ті аспекти соціальної взаємодії, на котрі вказує той чи інший вибраний нами атрибут.

Якщо врахувати ту обставину, що саморегуляція має складну структуру, до якої входять: а) прийнята суб'єктом мета активності; б) модель значущих умов активності; в) програма виконавчих дій;

г) критерії для оцінки успішності; д) інформація про результат; е) оцінка результатів за критерієм успіху; є) рішення про необхідність і характер корекції [11, с. 352], то під час розгляду питань із проблеми соціальної взаємодії явно недостатньо вказувати на її емерджентність та апелювати до явищ біфуркації, підпорядкування підсистем деякій єдиній системі згідно з їхніми параметрами порядку [5].

У контексті системного підходу важливим є визначення: а) способів породження психічних утворень; б) закономірності їх трансформацій і часткових перебудов; в) співвідношення актуального й потенціального в психічному розвитку.

Саме ідея породження, виникнення виконує методологічну функцію та вимагає звернення до генетичної логіки психологічного пізнання [8, с. 9].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Найсуттєвішою характеристикою соціальної взаємодії є те, що вона виступає суб'єкт-суб'єктною взаємодією, змістовий аспект якої регламентується соціальними та статусно-рольовими стосунками, а процесуально-динамічний аспект – рівнем їхньої компетентності, впливовості, стратегій і тактик, уявлень про належне та бажане.

Сутність соціальної взаємодії полягає в процесуальних і змістових ознаках її первинної структури «суб'єкт – суб'єкт». Поняття «суб'єкт» як компонент цієї структури і, отже, як психологічне утворення слугує вказівкою на джерело будь-якої активності за умови, що обставини спонукають його до цієї активності.

Структура «суб'єкт – суб'єкт» описується в різних варіантах так званої теорії діадичної взаємодії [2]. Так, у доктрині «економічної людини» наголошується на залежності поведінки людини у взаємодії від винагорода, яку вона отримує від результату взаємодії. Згідно з Д. Тібо та Г. Келлі, учасники взаємодії залежать один від одного з огляду на можливість отримання позитивних результатів. Інтеракції визначаються можливостями взаємного контролю, здатністю впливати на результати іншого за допомогою таких важелів, як винагорода, платежі, підкріплення, корисність. Продуктами взаємозалежних відносин стають норми, ролі, влада [10].

Психологічному аналізу соціальної взаємодії має передувати визначення вихідної тези про процесуальні та змістові ознаки її первинної структури. За ознакою процесуальності такою одиницею має бути система «суб'єкт – суб'єкт» як базисний психологічний простір, в якому, власне, і відбувається взаємодія. Змістові ознаки соціальної взаємодії відображаються в ознаці взаємності, відсутність якої перетворює взаємодію на поперемінний «обмін діями», за якими криються індивідуальні цілі, до яких прагнуть обидва учасники інтерактивних стосунків і відносин. У цьому аспекті важливим є визначення ознак, які слугують меті поєднання та перетворення окремих Я-суб'єктів на Ми-суб'єкт. Зв'язки між суб'єктами в складі ситуативної задачі хоча й виникають спонтанно, підпорядковуючись її логіці, але це підпорядкування є певним відображенням психологічних особливостей кожного із суб'єктів.

Розглядаючи проблему соціальної взаємодії з цього погляду, доходимо висновку про те, що

в кожній ситуації присутнє, з одного боку, дещо сталє, постійне, типове, а з іншого – те, що виникає як унікальне, разове, ситуаційне.

Соціальна взаємодія може трактуватися не лише як взаємодія щонайменше двох осіб (носії певних ролей, узагальнених патернів поведінки), які у своїй комунікації користуються певною системою символів [9], але і як конструювання соціального порядку [6] або управління враженнями під час соціальних зустрічей [7]. Соціальна взаємодія, яка відбувається в певному суспільному контексті, є умовою формування «соціального характеру», притаманного певному суспільству [15].

Як бачимо, поняття соціальної взаємодії, яке за своєю ознакою «бути елементом соціального контексту» належить до понятійного апарату соціології та соціальної психології, має також ознаку суб'єктності її учасників, яка у свою чергу пов'язується з поняттям суб'єктивної реальності, в межах якої відбувається побудова власної тактики інтерактивних взаємостосунків з іншим з опорою на власний досвід, закріпленій у відповідних структурах індивідуальної свідомості, котрі як усталені схеми вказують на стратегічні особливості в організації власної поведінки в тій чи іншій ситуації життєдіяльності.

Зазначимо, що, по-перше, інтерактивний акт супроводжується ментальною категоризацією ситуації та її окремих елементів з огляду на її логічний суб'єкт («про що йдеться?») та логічний предикат («що відбувається?») відповідно до її об'єктивного сенсу й передбачуваного результату. Розуміння (усвідомлення) та відповідна йому категоризація залежать від міри компетентності особи, яка взаємодіє, в тому чи іншому питанні, пов'язаному із ситуацією взаємодії.

По-друге, інтерактивний акт є, як правило, мовленнєвим актом із маніфестацією кожним з учасників його «мовленнєвої особистості» (Ю.М. Караулов), перебіг якого вказує на процес створення спільного мовленнєвого тезаурусу як передумови взаєморозуміння щодо оцінки ситуації.

По-третє, інтерактивний акт у своїх найзагальніших ознаках указує на його приналежність до певної множини аналогічних актів, які кожен з учасників тлумачить у межах індивідуальної системи ситуаційних концептів із виходом на власну понятійну систему, яка, власне, і є основою розуміння суб'єктно-предикативної будови «логіки ситуації».

По-четверте, інтерактивний акт як частина певного життєвого континууму пов'язується дією з уявленням про його значущість для власної системи цінностей і смислів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Оскільки взаємодія як така є функціональною властивістю суб'єкт-суб'єктної системи, то вона має відтворювати сутнісні ознаки тієї системи, функцією яких вона є. У такому разі нам достатньо буде описати за допомогою спеціальної літератури все, що стосується змістової (навчальні плани та програми) та функціональної проблематики (методика викладання) тієї чи іншої системи (наприклад, педагогічна система, освітня система тощо) у вигляді інструкцій до статусно-рольових відносин, щоб отримати відображення існуючих офіційних поглядів на сутність взаємодії з огляду на її структуру, закономірності, залежності тощо.

Дані про інтернальний «свідомісний» підтекст можна отримати, звернувшись до усталених (хрестоматійних) поглядів на її функції – пізнавальну, розрізнення суб'єкта і об'єкта, функції цілеутворення та ставлення. Таким чином, ми отримуємо функціональну модель свідомості, у світлі якої «програмний» і «керувальний» блок взаємодії постають у вигляді таких функціональних блоків, як: а) компетентнісно-пізнавальний (рівні розвитку пізнавальної та компетентнісної сфери учасників розташовуються від *мін* до *макс*); б) суб'єктно-об'єктний, який виражається не стільки в «букварному» розрізненні суб'єкта та об'єкта, «Я» та «Не-Я», скільки в переживанні особою своєї суб'єктності (дієвості, впливовості) стосовно об'єктивних умов життєдіяльності (рівні від *мін* до *макс* самооцінки); в) цільовий, який указує на систему довгострокових (стратегічних) і короткострокових (тактичних) цілей як віддзеркалення ціннісно-смыслових переваг особи та її спрямованості як особистості (рівні від *мін* до *макс*); г) прояву та вираження ставлення, який вказує на уявлення особи про належне та бажане як опосередковану імпліцитну ціннісно-смыслову характеристику особи (рівні від *мін* до *макс*) («ставленнєвий» блок).

Таким чином, концептуально ідея соціальної взаємодії відтворюється в соціологічних теоріях [1; 3; 4; 6; 7; 9; 12; 14; 16; 17] за допомогою таких понять, як культура, соціальний контекст, дія, вплив, винагорода, надання послуг та очікування винагороди за них, користування учасниками взаємодії певною системою символів, пристосування ліній індивідуальної поведінки тощо.

За ознакою процесуальності одиницею соціальної взаємодії має бути система «суб'єкт – суб'єкт» як відповідний їй базисний психологічний простір. За ознакою взаємності соціальна взаємодія постає як поєднання та перетворення окремих

Я-суб'єктів на Ми-суб'єкт. Отже, психологічна готовність до соціальної взаємодії забезпечує індивідуові перехід від власної (індивідуальної) до колективної (спільної) суб'єктності на основі сформованих у попередньому досвіді психологічних механізмів і особистісних властивостей.

Виходячи з концептуальних ознак соціальної взаємодії та стверджуючи нагальність вивчення ціннісно-комунікативних і культуральних конструктивів формування психологічної готовності студентів до соціальної взаємодії, необхідно було розробити систему вивчення ціннісно-комунікативних і культуральних чинників соціальної взаємодії студентів.

Оскільки на початковому етапі основа психологічної готовності до соціальної взаємодії закладається соціальними установками діячів як наслідком узагальненого відображення їхнього інтерактивного соціального досвіду, то внутрішні детермінанти соціальної взаємодії виступають на перший план у разі формування тієї чи іншої готовності до соціальної взаємодії. Внутрішня структура соціальної взаємодії визначається системною залежністю суб'єктних явищ, які відтворюються в поняттях Я-концепції, особистісного смислу, мотиву, мети, дії, спрямованої на спільний об'єкт. Доцільним у цьому контексті є вивчення ціннісного, просторового та соціономічного опису соціальної взаємодії студентів на етапі первинної професіоналізації, що виявлятиметься у проявах термінальних та інструментальних цінностей навчально-професійної діяльності.

Процесуальна структура соціальної взаємодії створюється переходом діяча як моносуб'єкта до діадно-суб'єктних і полісуб'єктних стосунків із властивим для них певним протиставленням статусно-рольового та особистісно-діяльнісного. При цьому на перший план виступає опис комунікативних характеристик інтерактивного за своїм характером явища соціальних взаємин студентів.

Наголошуючи на ознаці соціально-рольового, вкажемо на те, що за схематизації соціальної взаємодії з метою визначення її ознак як емпіричного об'єкту маємо врахувати особливості соціальних стосунків, продиктованих відповідними інструкціями та приписами. Емпіричним об'єктом виступають абстракції, в яких виокремлені значущі ознаки досвіду, котрі використовуються в побудові схеми його фрагментів (цінностей і установок) [13]. Необхідно також звертати увагу на вплив рольових стосунків у складі соціального інституту.

Розглядаючи психологічну готовність студентів до соціальної взаємодії як суб'єктне утворення, головною ознакою якого виступає переживання себе



як діяча в тій чи іншій ситуації значущої активності, ми вважали, що отримання емпіричних даних щодо соціальної взаємодії студентів в умовах закладу вищої освіти за допомогою розроблених нами опитувальників «Ціннісно-комунікативні чинники соціальної взаємодії», «Культуральні чинники соціальної взаємодії» забезпечить можливість відтворити її відображальні аспекти, які не лише виявляються найбільш суттєвими для респондентів, але й слугують її узагальненим віддзеркаленням загалом.

Пілотажне дослідження за участю студентів 1-го курсу (факультету початкових класів ПНПУ імені К. Д. Ушинського – респондентки) та 3-го курсу (машинобудівельного факультету ОНПУ – респонденти) дало можливість з'ясувати специфіку ціннісних, комунікативних і культуральних особливостей соціальної взаємодії.

Соціальна взаємодія у вибірці досліджуваних студентів може бути змодельована на основі результатів дослідження за допомогою спеціально створених опитувальників, які містять блоки питань, спрямовані на вивчення внутрішніх детермінант соціальної взаємодії (термінальних та інструментальних цінностей, комунікативних особливостей, просторового та соціономічного аспектів взаємодії), – опитувальник «Ціннісно-комунікативні чинники соціальної взаємодії», так і зовнішніх (культуральних) аспектів соціальної взаємодії в закладі вищої освіти – опитувальник «Культуральні чинники соціальної взаємодії».

Вивчення ціннісних детермінант соціальної взаємодії студентів за допомогою опитувальника «Ціннісно-комунікативні чинники соціальної взаємодії» дозволило отримати дані, які є опосередкованою характеристикою їхнього минулого досвіду щодо переживання подій у контексті навчально-професійної діяльності.

У просторово-соціономічному аспекті соціальної взаємодії діяч, в ідеалі, має отримувати

задоволення від навчально-професійної (професійної) діяльності, завдяки чому життя наповнюється смыслом. Така діяльність повинна забезпечити йому матеріальне благополуччя, реалізацію творчого потенціалу, задоволення соціальних і духовних потреб. Отримання бажаного можливе за умови, коли суб'єкт діяльності завжди проявляє дбайливість, сумлінність, старанність та обов'язковість; завжди має високий рівень освіти, професійної підготовки та здійснює самоконтроль з урахуванням оцінок оточуючих, етичних вимог і власної незалежної думки.

**Висновки.** Якщо в дослідженні йдеться про соціономічні професії (які передбачають постійну роботу з людьми та постійне спілкування в ході професійної діяльності), де важливими є такі якості, як розвинені комунікативні здібності, емоційна стійкість, швидке переключення уваги, емпатія, спостережливість, організаторські здібності, то на перший план висувається категорія спілкування з відповідним наголосом на тих аспектах, які мають відношення до створення спільного інтерактивного простору, завдяки якому окремі діячі перетворюються на партнерів у складі Ми-суб'єкта.

Зазначимо, що здібності, які є важливими для соціономічних професій, а саме управління людьми, легкість знайомства та спілкування з новими людьми, чуйність і доброзичливість до оточення, вміння уважно вислуховувати людей, уміння самостійно організувати свою роботу й роботу інших, можна в першому наближенні розглядати як такі, що необхідні для поєднання учасників у контексті суб'єкт-об'єктних стосунків прагматики інтерактивної ситуації (комунікативний і культуральний патерни). Розвиток культуральних ознак психологічної готовності студентів до соціальної взаємодії пов'язаний з пізнанням, моральністю, вихованістю та освіченістю.

#### Список літератури:

1. Аберкромби Н., Хилл С., Тернер Б. Социологический словарь. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Экономика, 2004. 620 с.
2. Абрамова Г.С. Практическая психология : учебник для студентов вузов. Изд. 6-е., перераб. и доп. Москва : Академический Проект, 2001. 480 с.
3. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы : учебное пособие для вузов. Москва : Аспект Пресс, 2001. 288 с.
4. Андреева Е.А. Формирование психологической готовности будущих специалистов социальной сферы к инновационной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.03 ; НАЧОУ ВПО Современная гуманитарная академия. Москва, 2013. 25 с.
5. Анисимов О.С. Профессионализм в воспитании и образовании. *Основы общей и прикладной акмеологии* / под ред. А.А. Деркача. Москва : РАГС, 1995. 300 с.
6. Белановская О.В. Психология личности : учеб. пособие. Минск : БГПУ им. М. Танка, 2001. 226 с.

7. Бердяев Н.А. Смысл творчества. Философия творчества, культуры и искусства. В 2-х т. Москва : Искусство, 1994. 1052 с.
8. Бобнева М.И. Социальные нормы и регуляция поведения. Москва : Наука, 1978. 311 с.
9. Большая советская энциклопедия : в 30 т. / гл. ред. А.М. Прохоров. 3-е изд. Москва : Большая советская энциклопедия, 1971. Т. 5. 640 с.
10. Бочелюк В.Й., Зарицька В.В. Психологія: вступ до спеціальності : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 288 с.
11. Булгакова О.Ю. Психологическая модель социального взаимодействия в системе обучения профессии в высшем учебном заведении. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. Budapest, 2014. Vol. II (14). P. 87–90.
12. Булгакова О.Ю. Психологические составляющие в структуре социального взаимодействия. *Science and Education a New Dimension Pedagogy and Psychology*. Budapest, 2014. Vol. II (9). P. 134–139.
13. Булгакова О.Ю. Система «Суб'єкт-Суб'єкт» як одиниця психологічного аналізу соціальної взаємодії. *Актуальні проблеми психології* : Зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г.С. Костюка. 2013. Т. 11. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 7. Ч. 1. С. 127–133.
14. Бурдые П. Социология социального пространства. Москва : Институт экспериментальной социологии ; Санкт-Петербург : Алетейя, 2007. 288 с.
15. Бутузова Л.П. Системоткомплекс професійно важливих якостей психологів, необхідний для роботи в початковій школі. *Формування професійної компетентності майбутніх педагогів дошкільної та початкової освіти* : Зб. наук.-метод. пр. / за заг. ред. В.Є. Литньова, Н.Є. Колесник, Т.В. Наумчук. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. С. 27–31.
16. Варчев А.Э. Современное социометрическое исследование студенческой группы. *Вестник университета. Сер. «Социология и психология управления»*. Москва : Изд. ГУУ, 2002. Вып. № 2 (5).
17. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учебное пособие. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Издательство «Ось-89», 2004. 224 с.

#### **Bulgakova O.Yu. PSYCHOLOGICAL READINESS OF STUDENTS FOR SOCIAL INTERACTION AS A RESULT OF THEIR PARTICIPATION IN THE ACTIVITIES OF THE SOCIAL INSTITUTE**

*An important task of the modern education system is the formation of professional and personal competencies of future professionals, and, above all - the formation of psychological readiness for effective interaction with other people. The requirements of modern practice of higher education institutions require the effective formation of psychological readiness of students for social interaction, both in terms of higher education and in their further professional development. The fundamental foundations of such readiness are laid through the creation of special conditions in the training of professionals in higher education, which involves the organization of such a space in which the idea of cooperation is embedded in each center of higher education.*

*The basic basis of psychological readiness for social interaction is the system of relations in the social environment and its concretization in the behavior and activities of the individual, the main feature of this complex internal personality-activity formation is a sign of attitude to himself as a figure in social situations.*

*Social interaction in higher education can be reflected in the system of interdependent actions, cooperation, joint activities, interpersonal, business communication between teachers and students, students with whom their mental characteristics are manifested. The basis of students' psychological readiness for social interaction is their own model of social interaction, created by them under the influence of educational and professional activities in a higher education institution. This model contains their own generalizations about the extent to which they find common solutions, ways to implement them, and the mutual representation of actors that determine attitudes and strategic interactions.*

*This indicates that the psychological readiness of students for social interaction is the result of "natural" adaptation of a person to the social environment in order to meet its urgent requirements and, therefore, it reproduces exactly the circumstances that are present in it.*

**Key words:** social interaction, students, activity, social institute.

*Докійчук М.Ю.*

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

## ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ДО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*У статті розглядаються фактори, що ускладнюють психологічну адаптацію студентів із порушенням опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти (індивідуальні прояви характеру, фізична недоступність закладів вищої освіти, недостатній професіоналізм викладачів, труднощі встановлення міжособистісних стосунків та труднощі переходу на виконання інших видів діяльності) й чинники успішності цього процесу (професійне самовизначення, позитивне ставлення з боку оточуючих, можливості для вільного прояву індивідуальності, високий рівень розвитку саморегуляції поведінки і діяльності, адекватна самооцінка, швидка реакція на змінені умови, поступова реалізація поставлених цілей, навички тактичного планування та, за необхідності, використання допоміжних засобів). У статті проводиться аналіз зв'язку психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти з показниками ефективності саморегуляції поведінки (планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів, гнучкість, самостійність, загальний рівень саморегуляції), з показниками самоорганізації навчальної діяльності (планомірність, цілеспрямованість, наполегливість, фіксація, самоорганізація, орієнтація на сьогоднішній день) та з показниками соціально-психологічної адаптації (адаптація, прийняття інших, інтернальність як рівень суб'єктивного контролю, прийняття самого себе, емоційний комфорт, прагнення до домінування). Також у статті аналізуються роль впливу навчального оточення (навчальна група, викладачі) на процес психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти студентів з порушенням опорно-рухового апарату та основні типи діяльності психологічної служби закладу вищої освіти в цьому напрямі. Відбувається порівняння процесу проходження психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти студентами з порушенням опорно-рухового апарату та студентами без інвалідності, визначається спільне та відмінне між цими категоріями студентів. У статті представлено класифікацію типів адаптованості студентів до навчання в закладах вищої освіти (неадаптований до навчальної діяльності, високо адаптований до закладу вищої освіти, високо адаптований до навчальної діяльності, помірно адаптований до закладу вищої освіти) й наведено їх детальну характеристику.*

**Ключові слова:** психологічна адаптація, студенти з порушенням опорно-рухового апарату, навчання в закладах вищої освіти, саморегуляція поведінки, самоорганізація навчальної діяльності.

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство зіштовхується з проблемою адаптації людей з інвалідністю через їх соціальну вразливість. Особливо актуальним є питання адаптації студентів з інвалідністю до навчання в закладах вищої освіти, адже вона є основною умовою успішного засвоєння ними професійних навичок надалі. Право на можливість отримання вищої освіти для людей з інвалідністю закріплено великою кількістю міжнародних та державних документів. В Україні впроваджуються програми соціально-психологічної реабілітації та інтеграції молоді з порушеннями опорно-рухового апарату, забезпечується можливість для їх безбар'єрного пересування та міжособистісної взаємодії із соціумом. Проте про-

блема психологічної адаптації залишається основною в навчальній та трудовій сферах, що стає на заваді особистісному розвитку молоді з порушеннями опорно-рухового апарату.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Процес психологічної адаптації особистості є предметом багатьох наукових досліджень, зокрема: загального концептуального розуміння психологічної адаптації особистості (І. Бех, Л. Божович, С. Максименко, А. Налчаджян, Ж. Піаже); факторів та чинників ускладнення процесу психологічної адаптації (А. Адлер, Р. Бернс, Дж. Келлі, О. Леонт'єв, А. Петровський, С. Рубінштейн, З. Фрейд, А. Фурман). Психологічна адаптація також досліджується в спеціальних психолого-

педагогічних дослідженнях, зокрема, розкриваються такі її аспекти: соціалізація особистості з інвалідністю (В. Бондар, В. Засенко, В. Синьов); здійснення корекційно-психологічного впливу (В. Лебединський, В. Лубовський, І. Мартиненко, К. Островська, Л. Прохоренко, Л. Руденко, Є. Синьова, Т. Скрипник, О. Хохліна, Л. Фомічова, Д. Шульженко), здійснення корекційно-педагогічного впливу (В. Засенко, С. Конопляста, С. Миронова, В. Синьов, С. Федоренко, О. Чеботарьова, М. Шеремет), особливості психологічної адаптації людини з порушенням опорно-рухового апарату (О. Глоба, І. Мамайчук, О. Романенко, В. Лебединський, К. Семенова, О. Чеботарьова, Л. Шипіцина, А. Шевцов, С. Яковлева).

Адаптація до навчання в закладах вищої освіти є складним процесом пристосування до нової соціальної ролі студента, а також до навчальних вимог і контролю, до соціуму навчального закладу [4, с. 25–32; 5, с. 1–3].

Успішність процесу психологічної адаптації визначається або пристосуванням до нових умов, або нездатністю пристосуватись до них. Стан адаптованості впливає на ефективність навчального процесу, метою якого є підготовка майбутніх фахівців.

Головними умовами психологічної адаптованості студента є: рівень розвитку пізнавальної самостійності, рівень сформованості ціннісних орієнтацій та комунікативних навичок, загальний стан здоров'я, психічна врівноваженість, досягнення моральної зрілості, рівень досягнення внутрішньоособистісного потенціалу, гармонійна структура особистості, адекватність суб'єктивної картини світу об'єктивній реальності, емоційна стійкість, а також рівень розвитку емоційного інтелекту [2, с. 162–166; 8, с. 220–232].

Головними критеріями досягнення стану психологічної адаптованості у студентів з порушенням опорно-рухового апарату є врахування їхніх «особливих» потреб. Також важливою умовою в процесі психологічної адаптації цієї категорії студентів визначається їхня особиста активність із метою досягнення узгодженості між оточуючими та рівнем власного розвитку, а також зміна власної неадаптивної поведінки [7, с. 80–84].

Більшість науковців основним чинником ускладнення психологічної адаптації студентів вважають перенапруження в процесі інтелектуальної діяльності. Зазначається, що інтелектуальна діяльність студентів у процесі навчання є складним процесом, який пов'язаний із певними протиріччями: необхідністю опрацювання великої кількості різноманітної інформації та

недостатньою кількістю часу для цього, становленням соціальної зрілості та бажанням самоствердження й особистісного прояву, жорсткими рамками навчального плану і навчальних програм [6, с. 307–310]. Ці протиріччя є причиною появи нервово-емоційного напруження, що негативно впливає на навчальну діяльність студентів.

На психологічну адаптацію студентів з порушенням опорно-рухового апарату негативно впливає нерозуміння з боку оточуючих (у результаті чого розвивається низька самооцінка, відстороненість від оточуючих і небажання брати участь у колективній роботі) [1, с. 395–402]. Психологічна адаптація студентів з порушенням опорно-рухового апарату може затримуватися через їх невміння будувати міжособистісні відносини [3, с. 67–68]. З метою запобігання появі зазначених труднощів важливо розвивати в студентів з інвалідністю навички саморегуляції поведінки та самоорганізації діяльності.

Незважаючи на значну увагу до питання психологічної адаптації студентів до навчання в закладах вищої освіти з боку дослідників, наразі не досить розробленими залишаються теоретичні основи покращення адаптаційних можливостей студентів з порушенням опорно-рухового апарату, відсутнім є комплексний підхід до аналізу та вивчення всіх аспектів психологічної адаптації, не є розробленою програма психологічної адаптації студентів з порушенням опорно-рухового апарату до навчання у вищих навчальних закладах, що зумовлює актуальність цієї статті.

**Постановка завдання.** Метою статті є визначення факторів успішності психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти.

З метою досягнення визначеної мети було виділено такі завдання:

- 1) дослідити чинники ускладнення психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти та фактори успішності цього процесу;
- 2) порівняти особливості процесу адаптації до навчання в закладах вищої освіти студентів з порушеннями опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності;
- 3) з'ясувати зв'язок між соціально-психологічною адаптацією, показниками адаптованості до закладу вищої освіти і навичками саморегуляції поведінки та самоорганізації діяльності;
- 4) розробити типологію адаптованості студентів до навчання в закладі вищої освіти;
- 5) визначити особливості адаптованості до закладу вищої освіти у студентів з порушеннями опорно-рухового апарату.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У результаті проведення емпіричного дослідження було виявлено, що рівень адаптованості до навчальної групи та до навчальної діяльності як студентів з порушенням опорно-рухового апарату, так і студентів без інвалідності, є середнім.

Отримані результати є показником недостатнього відчуття комфорту під час перебування в групі, труднощів з установленням контактів, недостатнього бажання слідувати груповим нормам і правилам, а також труднощів із вивченням дисциплін, успішним і вчасним виконанням завдань.

Також було встановлено, що високий ступінь адаптованості студентів до навчальної групи впливає на відчуття ними емоційного комфорту в процесі навчання в закладі вищої освіти. Високий ступінь адаптованості до навчальної діяльності залежить від прагнення студента домінувати, тобто проявляти ініціативу та бути активним у процесі навчання. Доведено, що високий ступінь адаптованості до навчальної групи та навчальної діяльності впливає на зменшення загального рівня дезадаптованості та збільшує загальний рівень адаптованості студентів до закладу вищої освіти.

Отримані результати вказують на те, що основними умовами високого рівня адаптованості до навчальної діяльності є: розвиненість і адекватність самооцінки, сформованість критеріїв оцінки власної поведінки та діяльності, швидке реагування на змінені умови, послідовність у реалізації поставлених цілей, розвинуті навички тактичного планування та, за необхідності, використання допоміжних засобів із цією метою.

Чинником неадаптованості до навчальної діяльності можна вважати гнучкість і легкість переключення на інші види діяльності, що буде негативно відображатись на отриманих результатах.

У результаті проведення дослідження з використанням методики діагностики соціально-психологічної адаптації Роджерса-Даймонд з'ясувалось, що найменш вираженою серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності є шкала «Самоприйняття», а найбільш вираженою – шкала «Прийняття інших». Проте зазначені показники є в межах норми, що підтверджує взаємозв'язок між позитивним ставленням до себе та позитивним ставленням до інших.

Дослідження саморегуляції поведінки продемонструвало, що найменший рівень вираженості серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності було виявлено за шкалою «Моделювання» (відповідає

низькому рівню розвитку). Найбільший рівень вираженості серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату виявлено за шкалою «Самостійність», а серед студентів без інвалідності – «Гнучкість».

Результати дослідження самоорганізації діяльності вказують на те, що найменший рівень вираженості серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності спостерігається за шкалою «Самоорганізація», а найбільший – за шкалою «Цілеспрямованість».

Рівень розвитку самоорганізації студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності відповідає середньому рівню. Рівень розвитку цілеспрямованості обох груп досліджуваних відповідає високому рівню. Середній рівень вираженості за шкалою «Самоорганізація» свідчить про тенденцію покладатися як на допоміжні засоби (щоденники, записні книжки), так і на власну організованість у плануванні діяльності. Високий рівень вираженості за шкалою «Цілеспрямованість» вказує на розуміння власних бажань і прагнень, а також цілеспрямоване досягнення цілей.

З метою виокремлення типів адаптованості студентів у закладах вищої освіти застосовано кластерний аналіз. У результаті було виділено 4 типи адаптованості, представники яких істотно відрізняються за показниками адаптованості до навчальної групи й адаптованості до навчальної діяльності: неадаптований до навчальної діяльності, високо адаптований до закладу вищої освіти, високо адаптований до навчальної діяльності та помірно адаптований до закладу вищої освіти. Найбільше з усіх виділених типів виявилось представників типу «високо адаптований до закладу вищої освіти» (44% з числа студентів з порушенням опорно-рухового апарату та 44% з числа студентів без інвалідності), а найменше – тип «високо адаптований до навчальної діяльності» (8% з числа представників обох груп досліджуваних).

Основна умова успішної адаптації до закладу вищої освіти у представників типу «високо адаптований до закладу вищої освіти» – висока адаптованість до навчальної діяльності, що підтверджується низьким рівнем вираженості несамостійності. Для студентів типу «високо адаптований до закладу вищої освіти» не є характерним неприйняття себе та інших, що є основною умовою позитивних міжособистісних зв'язків. Цей тип характеризується наявністю адекватної самооцінки, критеріїв оцінки результатів діяльності, а також узгодженості

отриманих результатів з метою діяльності, гнучкістю адаптації до змінених умов, розвиненими навичками самоорганізації діяльності, послідовністю в реалізації поставлених цілей, високим рівнем розвитку навичок тактичного планування та схильністю до фіксації на теперішнє.

Особливості представників типу «високо адаптований до навчальної діяльності»: відсутність тенденції до ескапізму, високий рівень саморегуляції поведінки, а також важкість звикання до життєвих змін, неадекватність реагування на ситуації, неможливість швидко планувати діяльність і поведінку, оцінювати неузгодженість між результатами та метою діяльності.

З метою виявлення специфіки адаптованості до закладу вищої освіти студентів з порушенням опорно-рухового апарату більш докладно проаналізовано результати цих студентів за Методикою дослідження адаптованості студентів у ЗВО Т.Д. Дубовицької та А.В. Крилової.

У більшості студентів з порушенням опорно-рухового апарату рівень адаптованості до навчальної групи є середнім (44%). Також більшість студентів з порушенням опорно-рухового апарату є високо адаптованими до навчальної діяльності (44%).

Середній рівень адаптованості до навчальної групи може говорити про недостатнє відчуття комфорту від перебування в групі, а також труднощі з установленням контакту з однокурсниками і проявом активності та ініціативи. Високий рівень розвитку адаптованості до навчальної діяльності свідчить про легкість засвоєння студентами навчальних дисциплін, успішне і вчасне виконання навчальних завдань, а також про можливість вільно висловлювати власні думки та проявляти індивідуальність під час навчання.

**Висновки.** У процесі теоретичного аналізу проблеми психологічної адаптації студентів з пору-

шеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти було визначено чинники ускладнення процесу психологічної адаптації студентів з порушенням опорно-рухового апарату до навчання у ЗВО та фактори успішності цього процесу. Виявлено, що основними чинниками ускладнення психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату є: певні індивідуальні прояви характеру, фізична недоступність закладів вищої освіти, недостатній рівень професійної підготовки викладачів, труднощі з ефективною побудовою міжособистісного спілкування та труднощі зі швидким переходом на виконання інших видів діяльності. Також з'ясовано, що факторами успішності психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти є: професійне самовизначення, позитивне ставлення з боку оточуючих, можливості для вільного прояву власної індивідуальності, високий рівень розвитку саморегуляції поведінки і діяльності, розвиненість і адекватність самооцінки, швидке реагування на змінні умови, послідовність у реалізації поставлених цілей, розвинуті навички тактичного планування та, за необхідності, використання допоміжних засобів із цією метою. Основна роль у процесі психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти належить адміністрації навчального закладу, його викладацькому складу та студентському колективу, спільна діяльність яких дозволить покращити не тільки психологічний стан студентів, а також позитивно впливатиме на їхні навчальні успіхи. За умови врахування вищезгаданих факторів та чинників можна досягти успішної психологічної адаптованості студентів із порушенням опорно-рухового апарату, а також їхньої професійної та творчої реалізації в майбутньому.

#### Список літератури:

1. Гуменюк О. Психолого-педагогічні аспекти адаптації першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Університетські наукові записки*. 2012. № 2. С. 395–402.
2. Елгина Л.С. Социальная адаптация студентов в вузе. *Вестник БГУ*. 2010. № 5. С. 162–166.
3. Исаев И.Ф. Куратору студенческой группы: от теории к практике : уч. пособие. *Успехи современного естествознания*. 2010. № 2. С. 67–68.
4. Лесовий В.Ю. Методика реалізації організаційно-педагогічних умов адаптації студентів до навчання у технічному ВНЗ. *Науковий вісник Кременецького обласного гуманітарно-педагогічного інституту ім. Тараса Шевченка. Серія: Педагогіка*. 2013. Вип. 2. С. 25–32.
5. Мамаєв Д.Ю. Соціально-психологічна адаптація молоді до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : зб. наук. пр. Луганськ : Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля, 2009. С. 1–3.
6. Морозова Е.Н., Жуйко Д.А., Гринько А.Л. Работоспособность и психологическое состояние студентов в течение учебного года и факторы, их определяющие. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2009. № 3. С. 307–310.

7. Новікова Ж.М. Психологічна адаптація та преадаптація студентів-першокурсників в умовах нестабільного світу. *Молодий вчений*. 2018. № 2 (54). С. 80–84.
8. Резнікова О.А. Адаптованість особистості в контексті різних методологічних підходів до проблеми адаптації. *Психологічні перспективи* : зб. наук. праць. Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2011. С. 220–232.

**Dokiichuk M.Yu. PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS WITH DISORDER OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM TO STUDY IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS**

*The article considers the factors that complicate the psychological adaptation of students with musculoskeletal disorders to study in higher education institutions (individual manifestations of character, physical unavailability of higher education institutions, insufficient professionalism of teachers, difficulties in establishing interpersonal relationships and difficulties in transition to other types of activities) and success factors of this process (professional self-determination, positive attitude of others, opportunities for free expression of individuality, high level of self-regulation of behavior and activity, adequate self-esteem, quick response to changing conditions, gradual realization of goals, tactical planning skills and, if necessary, use of aids). The article analyzes the relationship of psychological adaptation to learning in higher education with indicators of self-regulation of behavior (planning, modeling, programming, evaluation of results, flexibility, independence, general level of self-regulation), with indicators of self-organization of educational activities (planning, purposefulness, persistence, fixation, self-organization, focus on the present) and with indicators of socio-psychological adaptation (adaptation, acceptance of others, internality as a level of subjective control, self-acceptance, emotional comfort, desire for dominance). Also, the article analyzes the role of influence on the process of psychological adaptation to learning in higher education institutions by students with musculoskeletal disorders of the educational environment (study group, teachers) and the main types of activities of psychological services of higher education institutions in this area. There is a comparison of the process of psychological adaptation to study in higher education by students with musculoskeletal disorders and students without disabilities, determines the common and different between these categories of students. The article presents the classification of types of adaptation of students to study in higher education institutions (not adapted to educational activities, highly adapted to higher education institutions, highly adapted to educational activities, moderately adapted to higher education institutions) and provides their detailed description.*

**Key words:** *psychological adaptation, students with musculoskeletal disorders, education in higher education institutions, self-regulation of behavior, self-organization of educational activities.*

**Завгородня О.В.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Мінаєнко Т.А.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Депутат В.В.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

## ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКА ДО СЕРЕДНЬОЇ ЛАНКИ ШКОЛИ

*У статті здійснено аналіз наявних досліджень гендерних аспектів переходу молодших підлітків до середньої ланки школи. Перехід має широкий спектр наслідків для психологічного стану, здоров'я та розвитку підлітків. Дані про вплив статі на академічну успішність, психологічне благополуччя та розвиток особистості учня під час перехідного року неоднозначні в різних країнах, що ймовірно залежить від культуральних чинників. Більшість досліджень 11-річних підлітків в перехідний рік засвідчили, що, порівняно з хлопчиками, дівчатка мають вищий рівень тривожності, більше стурбовані взаєминами та навчальним навантаженням. Тривожність дівчат особливо пов'язана з демонстрацією своїх можливостей у ситуаціях оцінювання та у стосунках з новими педагогами. Зниженню тривожності сприяє позитивна соціальна мережа. Порівняно з хлопчиками, дівчатка суб'єктивно важче переживають перехідний період, водночас дівчатка демонструють кращу адаптацію до навчання в середній школі, успішніше академічне і соціальне функціонування після переходу. У хлопців у цьому віці, на відміну від дівчат, недостатньо розвинена здатність до рефлексії, їм важко призвичаїтись до нових вимог. Агресивна поведінка буває частіше у хлопчиків, ніж у дівчат. У значній частині і дівчат, і хлопців спостерігається відхід від конструктивних стратегій самоствердження. Початкове зниження оцінок після переходу може призводити до загрози самоповазі підлітка та провокувати реакції агресивного самозахисту або капітуляції. Частина хлопців (рідше дівчата), захищаючи свою самооцінку, стають агресивними, практикують наступальну домінуючу стратегію самоствердження, провокують конфлікти зі шкільною спільнотою, а компенсуючи шкільні невдачі, можуть шукати самоствердження в асоціальних групах. Частина підлітків (переважно дівчата) втрачають впевненість в собі, формують необґрунтоване почуття провини, схильність до перепросин та гіпервідповідальності, практикують стратегію самозречення.*

**Ключові слова:** молодший підлітковий вік, перехід до середньої освіти, самооцінка, домінуюча стратегія, самоствердження, самозречувальна стратегія, гіпервідповідальність.

**Постановка проблеми.** Підлітковий вік – етап формування стійких патернів поведінки, рис характеру і способів емоційного реагування, відкриття свого «Я», нарощування компетентності в різних сферах. 11–12 років – це не тільки початок вікової кризи підліткового віку, але й період переходу до середньої ланки школи, труднощі якого зумовлені зміною навчальної та соціальної ситуації порівняно з початковою школою. В останні роки перехід до середньої освіти викликає підвищений інтерес дослідників з різних країн, причому багато з них розглядають цю зміну як одну з найбільш складних подій, яку по-різному переживають дівчата та хлопчики [1; 3; 5 тощо].

**Постановка завдання.** Мета статті – здійснити аналіз досліджень впливу статі підлітка на особливості його переходу від молодшої до середньої ланки школи; на основі емпіричних даних окреслити провідні тенденції самоствердження, властиві хлопчикам і дівчатам в цей період.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Ключовий показник успішного переходу до середньої освіти – психологічне благополуччя. З огляду на високу частоту психічних і психологічних порушень в цьому віковому діапазоні, перехід від початкової освіти до середньої може бути їх чинником як у дівчат, так і хлопчиків.



Дані щодо гендерного аспекту адаптації до середньої освіти частково суперечливі, що, ймовірно, залежить від культуральних чинників. Стать підлітка може впливати на його психологічне благополуччя підчас адаптації до середньої освіти. Це зумовлено різними чинниками:

- середні показники тривожності і депресії переважно вищі у дівчат і жінок порівняно з чоловіками;
- статеve дозрівання у дівчат починається раніше;
- дівчата в підлітковому віці випереджають хлопчиків в особистісному розвитку.

Кеніг і Гладстон (1998) виявили більш високі показники депресії дівчат в перехідні роки, порівняно з хлопчиками.

Лонгітюдне дослідження американських школярів 11–13 років показало у хлопчиків порівняно з дівчатами зменшення тривожності після переходу, яке було опосередковано позитивною самооцінкою і позитивним ставленням оточення [12]. Дослідження канадських 11-річних підлітків засвідчили, що порівняно з хлопчиками дівчатка важче переживають перехідний період, мають підвищений рівень тривожності, більше стурбовані взаєминами та навчальним навантаженням [8]. Дослідження 11-річних англійських школярів виявило, що дівчата відчували вищу загальну тривогу і шкільну тривогу, проте відчували більшу симпатію до школи, частіше її відвідували; у них спостерігалось менше проблем з поведінкою до і після переходу порівняно з хлопчиками, а агресивна поведінка була присутня частіше у хлопчиків, ніж у дівчат [16]. Дівчата під час адаптації до середньої школи (Португалія) відчували вищий стрес, пов'язаний з навчанням та взаєминами з однолітками, стрес під час переходу до школи, а хлопчики повідомляли про більш високий стрес щодо вчителів і правил [7].

Дослідники виявили, що дівчатка після переходу до середньої ланки мали вищі показники математичної тривожності (тривога щодо математики, її розуміння, успішності тощо), яка знизилася через рік після переходу, тоді як у хлопчиків показники були весь час до і після переходу приблизно на одному рівні [13]. У дівчат спостерігалось краще, ніж у хлопчиків, навчальне та соціальне функціонування після переходу до середньої школи [5].

Дані українських дослідників свідчать, що дівчата швидше адаптуються до нових умов навчання, ніж хлопці. Їм притаманний переважно середній рівень адаптованості, тоді як хлопцям – низький. На відміну від дівчат, у хлопців недостатньо розвинена здатність до рефлексії,

їм важко прийняти нового класного керівника та призвичаїтись до його вимог. У них помітно знижується успішність через збільшення навчального навантаження, що негативно позначається на їхній мотивації до навчання [1]. Для дівчат характерним є більш високий рівень рефлексії ситуації переходу до середньої ланки школи, внутрішня мотивація навчання, зниження шкільної тривожності [3]. Водночас, згідно з дослідженням [1], дівчата більш схильні до емоцій тривожного характеру, що особливо пов'язано із демонстрацією своїх можливостей в ситуаціях оцінювання та у стосунках з новими педагогами [1].

Хлопчики частіше успішно адаптуються у позанавчальній сфері шкільного життя, а дівчата – в навчальній. При цьому у хлопчиків сильніше виражена диференціація сфер навчального та позанавчального спілкування, а їх соціальний статус частіше змінюється при переході до п'ятого класу [3].

Дослідження свідчать, що ізоляція і віктимізація учнів дещо зменшуються після переходу, проте це більше стосується дівчат, менше – хлопців [18]. За нашими спостереженнями, саме хлопці (п'ятикласники) скаржаться на знущальні «жарти» старшокласників.

Нами було проведено дослідження особливостей самоствердження молодших підлітків в період адаптації до середньої ланки школи. Для визначення переважної стратегії самоствердження було застосовано модифікацію методики Є.П. Нікітіна, Н.Є. Харламенкової «Типи самоствердження» [2]. Упродовж трьох років було досліджено 124 п'ятикласників.

Дані, отримані в емпіричному дослідженні, вказують на такі тенденції: на початок навчального року у близько 80% дітей спостерігається схильність до конструктивних стратегій самоствердження, у 13% – до стратегій домінування, у 7% – до стратегій самозаперечення. У показниках типів самоствердження хлопчики і дівчатка не виявили суттєвих відмінностей. Однак за повторної діагностики після півроку навчального процесу показники змінюються (див. табл. 1–2). Ця тенденція посилюється в кінці навчального року.

Після півроку навчального процесу і у хлопчиків, і у дівчат значно знижуються показники конструктивного самоствердження.

Конструктивна стратегія самоствердження виявляється у здатності бути асертивним, цілеспрямованим, «тримати удар» невдач, поєднувати автономність та здатність приймати й надавати допомогу іншим; внутрішньо означає здатність

Таблиця 1

## Вираженість стратегій самоствердження у хлопців на початку, в середині та в кінці 5-го класу

Тип самоствердження	Хлопці					
	60 осіб					
	Вересень		Січень		Травень	
	к. осіб	%	к. осіб	%	к. осіб	%
Поступливий (самозречувальний)	4	6,60%	8	13,30%	12	20%
Домінантний (наступальний, агресивний)	8	13,40%	24	40%	24	40%
Конструктивний (асертивний)	48	80,00%	28	46,70%	24	40%

Таблиця 2

## Вираженість стратегій самоствердження у дівчат на початку, в середині та в кінці 5-го класу

Тип самоствердження	Дівчата					
	64 особи					
	Вересень		Січень		Травень	
	к. осіб	%	к. осіб	%	к. осіб	%
Поступливий (самозречувальний)	4	6,25%	20	31,25%	24	40%
Домінантний (наступальний, агресивний)	8	12,50%	16	25%	16	20%
Конструктивний (асертивний)	52	81,25%	28	43,75%	24	40%

людини переживати цінність власного Я, не знижуючи цінності Я іншої людини. Особи з такою стратегією здатні висловлювати й обстоювати свою позицію, а також виражати свої позитивні і негативні емоції, але в такій формі, яка не травмує інших. Здатні вислухати іншу людину, зрозуміти та взяти до уваги її думку.

Наші спостереження показують, що підлітки з конструктивною стратегією вміють себе відстоювати, співпрацювати з іншими, здатні до взаємовиручки і взаємопідтримки, продуктивної діяльності, творчих занять, завдяки яким людина може переживати відчуття своєї самоцінності, значущості; у них нема потреби когось принижувати.

Повторна діагностика після півроку навчального процесу показує, що у 31,25% дівчат (і у лише 13,33% хлопців) виявляється невпевнена поступлива (або самозречувальна) стратегія самоствердження. До кінця року ця тенденція посилюється, і у дівчат досягає 40%.

Самозречення як стратегія самоствердження особи проявляється в нездатності розказати про свої почуття та бажання, сформулювати власну незалежну думку, чітко висловити свою позицію, у пасивно-

байдужій поведінці, необґрунтованій поступливості, неадекватній покірності, самознеціненні, пригніченості, відмови від самовираження, самореалізації і саморозвитку, в низькому рівні досягнень.

У самоствердженні невпевненої особистості працюють два провідних механізми: некритична інтродекція цінності іншого як надцінності і неадекватне заниження своєї самооцінки, ослаблення власного еґо. Неадекватне зниження самооцінки відбувається шляхом самозречення, знецінення своїх потреб, інтересів, бажань і некритичного (конформістського) прийняття позиції іншої особи (або інших осіб) [4].

Отже, самозречення тісно пов'язане зі зниженням самооцінки; водночас таке зниження спостерігається під час адаптації до середньої ланки школи. Це стосується не лише академічної самооцінки підлітків [21], але й оцінки свого тілесного Я, зовнішності і загальної самооцінки [7; 17; 19]. Таке зниження самооцінки відбувається не лише в перехідний рік, але може продовжуватись і в наступні після переходу [19].

Діти з низькою самооцінкою, сформованою в перехідний рік (тим більше – в початковій школі

чи раніше), не тільки гірше адаптуються в середній школі, але, ймовірно, схильні й надалі практикувати поступливу стратегію самоствердження.

Типовими рисами особи, схильної до самозречення (а це переважно дівчата), є неадекватно низька самооцінка, сором'язливість, поступливість, схильність до почуття провини та необґрунтованих перепросин, фрустрованість, оскільки частина її суттєвих потреб не задовольняється, конформність, схильність до позиції жертви.

За півроку 5-го класу зростає процент домінантної стратегії: вона стає вираженою у 40% хлопців і у 25% дівчат.

Домінантна стратегія самоствердження виявляється у формі протистояння, негативізму, знецінення особистості іншого. Така поведінка, супроводжуючись агресивними проявами, може посилювати почуття власної значущості, але, як правило, негативно оцінюється оточуючими та провокує часті конфлікти. Конфліктогенна поведінка, супроводжуючись агресивним проявами, може деструктивно впливати на навчальне середовище в самому класі, також вона пов'язана з негативними наслідками для особи, включаючи низькі досягнення, відсів зі школи [10]. Існує зв'язок між такою поведінкою та з успішністю після переходу до середньої освіти. Дослідження [20; 5] показали, що агресивна поведінка впливає на академічну успішність залежно від статусу підлітка серед однолітків, у підлітків з високою популярністю не було негативного впливу агресивної поведінки на академічну успішність. І навпаки, підлітки з низькою популярністю і агресивною поведінкою з більшою ймовірністю будуть мати нижчу успішність.

У перехідний період були ідентифіковані три типи траєкторій агресивної поведінки: нестійка, зниження і зростання [15]. Траєкторія залежала від поглядів дитини на дружбу. Зокрема, ті, у кого було менше розуміння цінності дружби, довіри та взаємності в дружніх стосунках, з більшою ймовірністю потрапляли в групу зростаючої агресії.

Домінантна стратегія самоствердження, тісно пов'язана з агресивною поведінкою, виявляється в наступальній ініціативі соціального спілкування, у прагненні встановити нерівноправні взаємини, принизити іншого, в перевазі активно-негативних емоцій, продукуванні негативних думок, деструктивної критики та знецінення.

Підлітки (переважно хлопчики), які практикують стратегію домінування, мають дефіцит позитивних почуттів щодо інших людей, ускладнені взаємини, зокрема, зі шкільним оточенням, схильність до заперечення особистісної цінності і значущості іншого, бажання нав'язувати іншим свої уявлення, підпорядковувати, що зазвичай негативно сприймається спільнотою, спонукаючи підлітка з метою підтримки власної самооцінки відстоювати право на заявлену ним поведінку, практикувати «напад як найкращий захист».

**Висновки.** Підводячи підсумок, можна сказати, що порівняно з хлопчиками дівчатка суб'єктивно більш важко переживають перехідний період, водночас дівчатка засвідчують вищу рефлексію, краще навчальне і соціальне функціонування після переходу. У хлопців у цьому віці, на відміну від дівчат, недостатньо розвинена здатність до рефлексії, їм важко при звичаїтись до нових вимог. Збільшення навчального навантаження призводить до суттєвого зниження успішності хлопчиків, що негативно позначається на їх навчальній мотивації. Агресивна поведінка буває частіше у хлопчиків, ніж у дівчат. У значній частині і дівчат, і хлопців спостерігається відхід від конструктивної стратегії самоствердження. Початкове зниження оцінок після переходу може призводити до загрози самоповазі підлітка та провокувати реакції агресивного самозахисту або капітуляції. Це виявляється у відході від конструктивних стратегій самоствердження – практикуванні самозречення (частіше у дівчат) або агресивного домінування (частіше у хлопців).

Перспективою дослідження може бути перевірка припущень щодо індивідуально-психологічних предикторів конструктивного самоствердження підлітка, якими, ймовірно, можуть бути позитивна самооцінка, емоційний інтелект, досвід безпечної прив'язаності, позитивних взаємин та успішної творчої діяльності. Ці гіпотези передбачають подальші дослідження. Також становить інтерес вивчення чинників та предикторів, важливих для забезпечення адаптації молодших підлітків, зокрема, визначення впливу інформаційних технологій на психологічне благополуччя підлітка в перехідний період; розробка програм фасилітації адаптації п'ятикласників, які в перехідний рік переживають емоційні проблеми різного типу.

#### Список літератури:

1. Дзюбенко О.А. Психологічні особливості адаптації молодших підлітків до навчання в основній школі : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2013. 209 с.
2. Никитин Е.П., Харламенкова Н.Е. Феномен человеческого самоутверждения. Санкт-Петербург : Алетей, 2000.

3. Татьяначиков А.О. Особенности адаптации младших подростков до обучения в основной школе. *Вісник Інституту розвитку дитини*. 2013. Вип. 27. С. 163–169.
4. Харламенкова Н.Е. Самоутверждение подростка : монография. Москва : Институт психологии РАН, 2007. 384 с.
5. Cillessen, A. H. N., and Mayeux, L. (2007). Expectations and perceptions at school transitions: the role of peer status and aggression. *J. Sch. Psychol.* 45, 567–586. doi: 10.1016/j.jsp.2007.05.004
6. Coelho, V. A., and Romão, A. M. (2016). Stress in Portuguese middle school transition: a multilevel analysis. *Span. J. Psychol.* 19:E61. doi: 10.1017/sjp.2016.61
7. Coelho, V. A., Marchante, M., and Jimerson, S. R. (2017). Promoting a positive middle school transition: a randomized-controlled treatment study examining self-concept and self-esteem. *J Youth Adolesc.* 46, 558–569. doi: 10.1007/s10964-016-0510-6
8. Duchesne, S., Ratelle, C. F., Poitras, S.-C., and Drouin, E. (2009). Early adolescent attachment to parents, emotional problems, and teacher-academic worries about the middle school transition. *J. Early Adolesc.* 29, 743–766. doi: 10.1177/0272431608325502
9. Duchesne, S., Ratelle, C. F., and Roy, A. (2012). Worries about middle school transition and subsequent adjustment: the moderating role of classroom goal structure. *J. Early Adolesc.* 32, 681–710. doi: 10.1177/0272431611419506
10. Evans D, Borriello GA and Field AP (2018) A Review of the Academic and Psychological Impact of the Transition to Secondary Education. *Front. Psychol.* 9:1482. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01482
11. Finn, J. D., Fish, R. M., and Scott, L. A. (2008). Educational sequelae of high school misbehavior. *J. Educ. Res.* 101, 259–274. doi: 10.3200/JOER.101.5.259-274
12. Grills-Taquechel, A. E., Norton, P., and Ollendick, T. H. (2010). A longitudinal examination of factors predicting anxiety during the transition to middle school. *Anxiety Stress Coping* 23, 493–513. Doi: 10.1080/10615800903494127
13. Koenig, L. J., and Gladstone, T. R. G. (1998). Pubertal development and school transition: joint influences on depressive symptoms in middle and late adolescents. *Behav. Modif.* 22, 335–357. doi: 10.1177/01454455980223008
14. Madjar, N., Zalsman, G., Weizman, A., Lev-Ran, S., and Shoval, G. (2016). Predictors of developing mathematics anxiety among middle-school students: a 2-year prospective study. *Int. J. Psychol.* doi: 10.1002/ijop.12403 [Epub ahead of print].
15. Malti, T., McDonald, K., Rubin, K. H., Rose-Krasnor, L., and Booth-LaForce, C. (2015). Developmental trajectories of peer-reported aggressive behavior: the role of friendship understanding, friendship quality, and friends'. *Aggressive Behavior. Psychol. Viol.* 5, 402–410. doi: 10.1037/a0039685
16. Riglin, L., Frederickson, N., Shelton, K. H., and Rice, F. (2013). A longitudinal study of psychological functioning and academic attainment at the transition to secondary school. *J. Adolesc.* 36, 507–517. doi: 10.1016/j.adolescence.2013.03.002
17. Schaffhuser, K., Allemann, M., and Schwarz, B. (2017). The development of self-representations during the transition to early adolescence: the role of gender, puberty, and school transition. *J. Early Adolesc.* 37, 774–804. doi: 10.1177/0272431615624841
18. Shell, M. D., Gazelle, H., and Faldowski, R. A. (2014). Anxious solitude and the middle school transition: a diathesis × stress model of peer exclusion and victimization trajectories. *Dev. Psychol.* 50, 1569–1583. doi: 10.1037/a0035528
19. Seidman, E., Lambert, L. E., Allen, L., and Aber, J. L. (2003). Urban adolescents' transition to junior high school and protective family transactions. *J. Early Adolesc.* 23, 166–193. doi: 10.1177/0272431603023002003
20. West, P., Sweeting, H., and Young, R. (2010). Transition matters: pupils' experiences of the primary-secondary school transition in the West of Scotland and consequences for well-being and attainment. *Res. Pap. Educ.* 25, 21–50. doi: 10.1080/02671520802308677
21. Wigfield, A., Eccles, J. S., Mac Iver, D., Reuman, D. A., and Midgley, C. (1991). Transitions during early adolescence: changes in children's domain-specific self-perceptions and general self-esteem across the transition to junior high school. *Dev. Psychol.* 27, 552–565. doi: 10.1037/0012-1649.27.4.552

### **Zavorodnia O.V., Minaienko T.A., Deputat V.V. GENDER ASPECTS OF ADOLESCENTS' TRANSITION TO MIDDLE SCHOOL**

*The article analyzes the existing research on gender aspects of the transition of younger adolescents to middle school. The transition has a wide range of consequences for the psychological state, health and development of adolescents. Data on the impact of gender on student achievement, psychological well-being, and personality development during the transition year vary from country to country, probably due to cultural factors. Most studies of 11-year-olds in transition showed that girls were more anxious than boys and more concerned about*

*relationships and learning workloads. Girls' anxiety is especially related to demonstrating their abilities in assessment situations and in relationships with new teachers. A positive social network helps to reduce anxiety. Compared to boys, girls are subjectively more difficult to go through the transition period, but girls show better adaptation to school, more successful academic and social functioning after the transition. Boys at this age, in contrast to girls, have insufficiently developed ability to reflect, it is difficult for them to get used to new requirements. Aggressive behavior is more common in boys than in girls. A part of both girls and boys are moving away from constructive strategies of self-affirmation. An initial decrease in grades after the transition can threaten the adolescent's self-esteem and provoke reactions of aggressive self-defence or surrender. Some boys (girls less often), defending their self-esteem, become aggressive, practice a dominant strategy of self-affirmation, provoke conflicts with the school community; they can seek self-affirmation in antisocial groups, compensating for school failures. Some adolescents (mostly girls) lose self-confidence, form an unfounded sense of guilt, a tendency to apologize and hyper-responsibility, and practice a strategy of self-denial.*

**Key words:** *early adolescence, transition to secondary education, self-esteem, dominant strategy, self-affirmation, hyper-responsibility, self-denial strategy.*

**Московець Л.П.**

Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна  
Національної академії педагогічних наук України

## СМИСЛ ЖИТТЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЛІТНЬОГО ВІКУ

*У статті представлено аналіз наукових підходів до проблеми смислу життя. Обґрунтовано взаємозв'язок між поняттями «смысл» і «значення». Розглянуто погляди науковців (К. Абульханової-Славської, А. Адлера, Д. Леонтєва, Г. Тульчинського, М. Рубінштейна, С. Рубінштейна, В. Франкла, В. Чудновського) на особливості смислу життя. Здійснено аналіз проблеми пошуку смислу життя, що потребує вольових зусиль та є рушійною силою розвитку особистості. Визначено взаємозв'язок смислу життя із самореалізацією: здійснюючи пошук смислу життя, особистість прагне до опредметнення своїх сутнісних сил, до самореалізації; смысл зумовлює специфіку самореалізації особистості. З'ясовано види життєвого смислу, який виникає під впливом професійної діяльності, і висвітлено види смислу життя педагогічних працівників (ситуативний, приземлений, піднесений (за Т. Марковою)). Визначено умови набуття конструктивного життєвого смислу. З'ясовано, що процес реалізації смислу життя ускладнюють зовнішні й внутрішні перешкоди. Гармонійний розвиток особистості відбувається тоді, коли педагог здатний успішно реалізувати себе як у професійній діяльності, так і в житті. Літній вік у житті педагогічних працівників пов'язаний із необхідністю прийняття такого вікового етапу, здійснення «его-інтеграції», пристосування до нового статусу, нової соціальної ролі – «пенсіонер», а також до нових умов життєдіяльності. На такому етапі вікового розвитку відбувається переоцінка цінностей і пошук смислу життя. Визначено, що смысл життя педагогічних працівників літнього віку передбачає суб'єктивну оцінку свого життєвого шляху, усвідомлення спрямованості свого життя, свого місця в соціумі. Самореалізація в умовах зміни діяльності допоможе педагогічним працівникам літнього віку наповнити своє життя смыслом. Пошук смислу життя педагогами літнього віку є одним із завдань, які розв'язує особистість на такому віковому етапі. Наявність життєвого смислу допоможе успішно протистояти процесу старіння, спонукатиме до постановки життєвих цілей, до самореалізації.*

**Ключові слова:** *смысл, значення, смысл життя, самореалізація, смысл життя педагогічних працівників літнього віку.*

**Постановка проблеми.** Смысл життя є однією із важливих категорій психології. Люди часто шукають відповідь на питання «в чому смысл життя». Безліч праць науковців присвячено вивченню проблеми. Дати однозначну відповідь на питання, у чому вбачає смысл конкретна людина, як вона його відшукує досить складно, адже змінюються покоління, змінюються їхні культурно-історичні традиції, цінності. Немає однозначної відповіді і в наукових поглядах вітчизняних та зарубіжних дослідників щодо трактування сутності поняття. На розуміння смислу життя впливає вік людини, коли відбуваються суттєві зміни в її житті. На визначення смислу здійснює вплив професійна діяльність, відповідно до якої будується життєвий шлях особистості.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Проблема пошуку смислу життя привертає увагу багатьох науковців: А. Адлера, К. Абульханової-Славської, К. Карпінського, О. Леонтєва, Д. Леонтєва,

Т. Максимової, Л. Мітіної, Н. Овсяннікової, В. Чудновського, О. Фонарьова, В. Франкла, А. Фурмана й інших.

У своїх дослідженнях науковці висвітлюють сутність феномену «смысл життя», розкривають особливості смислу життя на різних вікових етапах, аналізують вплив професії на його становлення. Проте відкритим залишається питання смислу життя педагогічних працівників літнього віку. Ми вважаємо, що педагоги як активні суб'єкти життєдіяльності є творцями смислу власного життя.

**Постановка завдання.** Мета публікації – проаналізувати наукові підходи до проблеми «смысл життя», з'ясувати взаємозв'язок категорій «смысл життя» та «самореалізації» особистості; визначити особливості смислу життя педагогічних працівників літнього віку.

Методами дослідження проблеми є теоретичний аналіз позицій науковців, осмислення, порівняння

основних положень наукових джерел відповідно до мети статті.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У виявленні сутності феномену доцільно розпочати з аналізу поняття «смысл». Згідно з трактуванням, викладеним у великому тлумачному словнику сучасної української мови за загальною редакцією В. Бусела [2, с. 1153], «смысл – це уявлення про щось, поняття, розуміння чого-небудь; внутрішній зміст, суть чого-небудь; значення; мета, завдання, призначення чого-небудь». У філософському словнику В. Шинкарука знаходимо розуміння смислу як «особливого змісту, яким людина наділяє прояви та явища об'єктивного світу в процесі його духовно-практичного освоєння і внаслідок цього надає їм певного значення в системі людської культури, в ієрархії суспільних цінностей» [16, с. 633]. У таких тлумаченнях ми спостерігаємо синонімічність понять «смысл» та «значення». Спираючись на дослідження Л. Виготського, П. Гальперіна, О. Леонтєва, Д. Леонтєва, Ю. Сорокіна, вважаємо за доцільне розмежовувати такі поняття [3; 14; 8]. Л. Виготський у своїй праці «Мислення та мовлення» вводить поняття «смысл», протиставляючи його поняттю «значення». Учений аналізує поняття в різних видах мови. Смысл слова, згідно з його поглядами, є складним, динамічним та змінним утворенням, яке має декілька осередків різної стійкості, тоді як значення виступає лише однією із зон такого смислу, якого слово набуває у контексті певної мови. Залежно від контексту слово легко змінює смысл, в той час як значення залишається незмінним у разі зміни смислу слова [3, с. 323]. О. Леонтєв розглядає значення як усвідомлення дійсності, суспільної практики людства, але оволодіння значеннями відбувається в міру того, який смысл вони мають для людини. Учений підкреслює, що «розвиток смислів – це розвиток мотивів діяльності» [14, с. 87]. Згідно з поглядами П. Гальперіна, О. Леонтєва значення відбиває об'єктивні властивості та зв'язки об'єктів, явищ, а смысл – відношення суб'єкта до цих об'єктів та явищ [8, с. 376]. Ю. Сорокін вважає, що поняття «значення» та «смыслу» взаємопов'язані, але протилежні за змістом. Під «значенням» він має на увазі сутність предмета, що відповідає деякому знаку, а під «смыслом» – інтерпретацію цього значення різними реципієнтами на основі даних колективного або особистісного досвіду [8, с. 376]. F. Martela, A. Pessi розглядають значення як описову характеристику певної смислової структури, а смысл виступає оціночною характеристикою

діяльності, яка базується на задоволеності, відповідності цінностям [25, с. 3].

У результаті аналізу співвідношення понять «смысл» та «значення» ми погоджуємося із думкою дослідників щодо відмінності таких феноменів. Смысл є суб'єктивним, тому що ґрунтується на особистісному сприйманні інформації, на інтерпретації його людиною, в той час як значення є об'єктивним, у ньому закладена сутність предмета.

Смысл може стосуватися різних об'єктів чи явищ, але нас цікавить смысл життя, який нерозривно пов'язаний із життєдіяльністю особистості. Поняття «смысл життя» в словнику-довіднику з психології особистості за редакцією П. Горностаєва, Т. Титаренко тлумачиться як «цілісне уявлення особистості про власне призначення, вищу ціль, про фундаментальні основи власного буття, про життєво необхідні, суттєво значущі цінності» [13, с. 118].

А. Адлер характеризує свою теорію індивідуальної психології як учення про смысл людських дій, про смысл, який індивіди надають світу та самим собі [8, с. 31]. Він вважає, що цілі, які ставлять люди перед собою, а також індивідуальні шляхи їх досягнення дають ключ до розуміння того, яке значення надає особистість своєму життю [20, с. 166]. Науковець зазначає, «смысл життя не можна вивести із каузальних відношень, і тим більше з особистих уявлень, а лише <...> із переслідування цілей, із пошуку рішення задач, заданого через її умову» [8, с. 31]. Д. Леонтєв зазначає, що А. Адлер пов'язує смысл життя із трьома фундаментальними життєвими проблемами: праці й професійного самовизначення; міжособистісних стосунків, кооперації та дружби; стосунків між представниками двох статей, любові та шлюбу [8, с. 32]. Згідно з поглядами А. Адлера, смысл життя знаходить своє відбиття в усіх поведінкових проявах, установках, психічних процесах і рисах характеру особистості та є джерелом їх смислу [8, с. 33]. Як ми бачимо, професійна діяльність виступає смыслом життя, хоча з віком і досвідом людина може змінювати свої професійні наміри, пристосовувати їх відповідно до сучасних життєвих реалій.

Представник гуманістичної психології В. Франкл вважав, що людині притаманне прагнення до пошуку та реалізації смислу життя, що є «вродженою мотиваційною тенденцією, яка властива всім людям, є основним рушієм поведінки та розвитку особистості» [18, с. 10]. Таке прагнення залежить від волі людини й містить

прийняття рішення на відміну від потягу, який штовхає людину до певної дії [18, с. 63]. Вчення В. Франкла про прагнення до смислу ґрунтується на ідеї, що людина прагне досягнути смисл і переживає фрустрацію або вакуум, якщо це прагнення залишається нереалізованим [18, с. 11]. Серед можливих шляхів пошуку смислу життя автор вказує на творчу роботу (що ми даємо життю), переживання (що ми беремо від світу) та позицію, яку ми займаємо щодо долі, котру не здатні змінити. Як наслідок, виділяються цінності творчості, цінності переживання та цінності ставлення [18, с. 12]. В. Франкл вважає, що бути людиною означає бути зверненим до смислу, що вимагає здійснення, та зверненим до цінностей, які потребують реалізації. Людина живе ідеалами та цінностями [18, с. 285]. Цінності науковець визначає як «універсальні смислу, які кристалізуються в типових ситуаціях, з якими зіштовхується суспільство або навіть людство» [18, с. 288].

Проблема смислу життя є предметом дослідження представників діяльнісного підходу (К. Абульханової-Славської, М. Рубінштейна, С. Рубінштейна та інших). Згідно з дослідженнями М. Рубінштейна смисл життя є творчістю сутності через добро, зло є руйнівним. Смисл життя не існує сам по собі, він пов'язаний із життєдіяльністю людини. Здійснюючи добрі вчинки, людина конструє смисл свого життя [7, с. 107], [15, с. 328]. М. Рубінштейн та С. Рубінштейн висловлювали спільну думку про те, що тільки в самодіяльності та боротьбі може виявитися здатність особистості творити життя, створювати її смисл [15, с. 328]. На думку К. Абульханової-Славської, смисл життя є здатністю суб'єкта переживати цінність життєвих проявів своєї індивідуальності, свого «Я», своєї особистості [1, с. 40]. Смисл життя розглядається К. Абульхановою-Славською як «психологічний спосіб переживання життя в процесі його здійснення» [1, с. 73]. Дослідниця пропонує психологічний закон смислу життя: можливості особистості повинні бути пропорційні мірі її зусиль, дій, затрат, що буде супроводжуватися задоволенням і зумовлювати подальший смисл життя. Дуже висока психологічна ціна, яка витрачається на життєві досягнення, знижує мотивацію, прагнення та підриває смисл життя. Проте і за малих зусиль особистість перестає отримувати задоволення, а це руйнує її смисл [1, с. 74].

Г. Тульчинський розглядає смисл життя як соціально-ідеологічну модель належного; як об'єктивну спрямованість життєдіяльності, яка може і не усвідомлюватися; як суб'єктивно усві-

домлюваний смисл [8, с. 274]. К. Карпінський визначає життєвий смисл як «об'єктивне ставлення певного виду діяльності до процесу практичної реалізації людиною смислу свого життя, місця та ролі цієї діяльності в структурі життєдіяльності, її інструментальне значення для побудови індивідуального життєвого шляху» [6, с. 148].

А. Фурман використовує поняття «смысло-життєва сфера», під якою розуміє «систему персоніфікованих психічних утворень свідомості й самосвідомості особистості, що стає підґрунтям соціально-психологічних імперативів, цінностей, відповідних дій, учинків, основою спрямованості діяльності людини, її суспільно-моральної і духовної активності» [19, с. 213].

У рамках екзистенційно-гуманістичного підходу Д. Леонтьєв розглядає смисл життя як більш або менш адекватне переживання інтенціональної спрямованості власного життя; концентровану описову характеристику найбільш стрижневої й узагальненої динамічної смислової системи, відповідальної за загальну спрямованість життя суб'єкта як цілого [8, с. 249–250].

Цікавими є погляди В. Чудновського як представника акмеологічного напрямку. Науковець пропонує 2 підходи до розгляду проблеми пошуку набуття смислу життя: по-перше, смисл життя існує об'єктивно, і людина в результаті пошуку «відкриває» його для себе; по-друге, смисл життя не виникає «на пустому місці», він «дозріває» як плід, що наливається соком до потрібної кондиції в результаті тривалої, часом повільної роботи людської душі [22, с. 23].

Смисл життя пов'язаний із самоактуалізацією, самореалізацією особистості. Здійснено аналіз поглядів науковців щодо місця смислу життя у процесі самореалізації. В. Франкл під час розгляду феномену самоактуалізації наголошує на тому, що «<...> це не кінцеве призначення людини. Це навіть не первинне прагнення. Самоактуалізація є лише результатом, наслідком існування смислу. Лише в тій мірі, у якій людині вдається здійснити смисл, який вона знаходить у внутрішньому світі, вона здійснює і себе. Якщо людина намагається актуалізувати себе замість здійснення смислу, то і смисл самоактуалізації відразу втрачається» [18, с. 58–59]. Смисл є відносним, тому що він стоїть конкретної людини, яка залучена до певної ситуації, адже смисл може змінюватися впродовж певного часу, залежно від самої людини [18, с. 287].

Б. Гершунський пов'язує смисл життя з найповнішою життєвою самореалізацією людини, що означає максимальну можливу користь, яку



вона здатна принести собі, своїм близьким, рідним, суспільству, цивілізації у цілому [4, с. 5]. На думку В. Чудновського, у людини виникає прагнення до пошуку і набуття смислу життя, який вказує шлях і способи самореалізації [22, с. 23]. Науковець зазначає, що такий пошук вимагає від людини об'єктивної адекватної самооцінки, що передбачає знання своїх потенційних можливостей, своїх переваг та недоліків. Адекватна самооцінка сприятиме формуванню конструктивного смислу життя, у той час як неадекватна – деструктивного [22, с. 24]. Ю. Жидецький, В. Логвиненко вважають, що взаємозв'язок між смислом життя та самореалізацією існує за умови їх глибокого усвідомлення особистістю. Адже самореалізація може здійснюватися особистістю без пошуку смислу життя, а життєвий смисл можна втілити без усвідомлення реалізації потенційних сил. На рівні цілісності особистість знаходить смисл життя завдяки самореалізації [5, с. 156; 9, с. 118].

Людина здійснює пошук смислу не в собі, не в самоактуалізації, а у зовнішньому світі і, здійснюючи його, здійснює саму себе. Вона несе відповідальність за реалізацію унікального смислу власного життя. Життя людини за жодних умов не може бути позбавлене смислу. Найвищий смисл кожного моменту існування людини визначається інтенсивністю її переживань, життєвими піками, поодинокими подіями, які можуть наповнити смислом її подальше життя [13, с. 119].

Здійснений теоретичний аналіз досліджень з проблеми смислу життя та самореалізації дозволяє виокремити певні положення, які розкривають взаємозв'язок таких психологічних феноменів:

- смисл життя особистості є суб'єктивним, стосується певної особистості;
- здійснюючи пошук смислу життя особистість прагне до опредметнення своїх сутнісних сил, до самореалізації;
- самореалізація сприяє знаходженню смислу життя;
- у процесі самореалізації особистість переосмислює смисл свого життя, свої цінності;
- смисл життя зумовлює особливості самореалізації особистості;
- смисл життя динамічний, змінюється в процесі життєдіяльності особистості, її самореалізації, певних подій.

Смисл життя особистості здійснюється в різних сферах життєдіяльності, у тому числі й у професії. Через смисл життя визначається ставлення до професійної діяльності, формується стиль діяльності, відбувається розкриття індивідуальності.

На думку К. Карпінського, професійна трудова діяльність може набувати в структурі цілісної життєдіяльності такі види життєвого смислу:

1. Професійна діяльність як смисл життя, коли трудова діяльність повністю зливається із життєдіяльністю і виступає справою всього життя. Особистість будує індивідуальний життєвий шлях за допомогою професійної кар'єри, поєднуючи в цьому процесі функції суб'єкта професії і суб'єкта кар'єри.

2. Позитивний життєвий смисл професійної діяльності, за якого трудова діяльність об'єктивно сприяє реалізації людиною смислу її життя, виступає зручним «засобом» для побудови життєвого шляху, але водночас спостерігається відсутність максимального поглинання особистості професією.

3. Негативний життєвий смисл професійної діяльності проявляється в тому, що професія об'єктивно перешкоджає здійсненню людиною смислу її життя, ускладнює реалізацію особистістю обраного життєвого шляху.

4. Конфліктний життєвий смисл професійної діяльності характеризується одночасно як допомогою практичного втілення одних цінностей, так і створенням перешкод для реалізації інших цінностей, які входять у структуру смислу життя [6, с. 150–153].

Окрім названих видів життєвого смислу, К. Карпінський передбачає наявність ще одного варіанту, в якому праця за професією не має жодного життєвого смислу, оскільки її власні мотиви не перетинаються зі смислом життя і реалізуються особистістю відокремлено від лінії життєдіяльності [6, с. 153].

О. Фонарьов зауважує, що у випадку повного занурення особистості в професію можуть виникнути різноманітні особистісні розлади. А тому для особистісного зростання у професії варто постійно виходити за її межі в суміжні області діяльності, розширювати сфери своєї життєдіяльності [17, с. 105].

Педагогічний працівник як суб'єкт життєдіяльності визначає свій життєвий шлях відповідного до смислу життя та смислу професійної діяльності. Л. Мітіна [11, с. 72] вважає, що смисл професійної діяльності визначається тим, яким чином ця діяльність вписується в ширший контекст, чим вона є для вчителя: джерелом отримання засобів для існування чи способом саморозвитку та самореалізації [11, с. 72]. На думку В. Чудновського, головний професійний смисл педагогічної діяльності полягає в її віддалених результатах. «Плоды педагогической деятельности опосредованны и

неоднозначні, необхідна «проекція» сьогоднішніх результатів... труда учителя в отдаленное будущее. То есть профессия педагога является одной из наиболее смыслообразующих» [24, с. 1]. В. Чудновський разом зі своїми однодумцями (О. Бодальов, Г. Вайзер, С. Вахромов, Н. Карпова) зазначає, що людина не лише пристосовується до професії та її вимог, але і «пристосовує» професію до власної індивідуальності. Для того, щоб досягнути успіху в професійній діяльності, потрібно знайти в ній щось близьке до своєї індивідуальності. Ця умова сприяє реалізації потенційних можливостей, є засобом досягнення вершини розвитку особистісних та професійних якостей педагога, його акме [23, с. 56]. Педагогічна діяльність може займати різне місце в структурі смисложиттєвих орієнтацій. Розкриттю індивідуальності вчителя-професіонала сприяє високий рівень значущості педагогічної діяльності, саме тоді за малої важливості спостерігається ускладнення нейтралізації недоліків, які пов'язані з особливостями особистості вчителя, що призводить до однобічного прояву його індивідуальності, закріплення недоліків та емоційного вигорання [23, с. 56].

Л. Мітіна вважає, що вчитель має прагнути досягнути такої моделі професійного розвитку, яка характеризується оптимальним співвідношенням життєвого та професійного смислів, коли смисл професійної діяльності вибудовується відповідно до основних життєвих смислів, але не зливається з ними. Саме це й дозволить учителю повноцінно реалізувати себе як у професії, так і за її межами й допоможе мінімізувати ризик професійних деформацій. Проте, зауважує дослідниця, у вчителя може з'явитися модель адаптивної поведінки, яка характеризується крайніми варіантами: або повним злиттям життєвого та професійного смислів (проявляється як інтервенція професійного в позапрофесійну сферу життєдіяльності, як повне ототожнення особистості з професійною роллю), або їх неузгодженим існуванням (може призвести до втрати смислу професійної діяльності, відчуження учителя від цієї діяльності, від себе самого як її суб'єкта) [11, с. 72].

Т. Максимова запропонувала види смислу життя педагогічних працівників: «ситуативний» (планування життя на найближчий період, не зачіпає основних особистісних установок та прагнень людини); «приземлений» (орієнтація на елементарні матеріальні та духовні цінності: наявність певного авторитету в колективі, підвищення рівня матеріального забезпечення, сімейне благополуччя); «піднесений» (проявляється у макси-

мально творчій реалізації, прагненні присвятити своє життя улюбленій справі, допомогти своїм вихованцям віднайти єдиний та неповторний для кожного життєвий смисл) [10, с. 114].

У дослідженнях, проведених В. Чудновським, О. Бодальовим, Г. Вайзером, С. Вахромовим, Н. Карповою, А. Суворовим, знаходимо види уявлень про смисл життя з погляду педагогічних працівників:

– «Я» та суспільство (широкі соціальні смисли, які проявляються у бажанні «принести більше користі суспільству», «учитися і вчити робити добро» тощо);

– «Я» та мої рідні (групові смисли: «діти, внуки», «розуміння в сім'ї», «повага в колективі»);

– «Я» – для себе (індивідуальні смисли: «духовне і професійне самовдосконалення», «досягнення гармонії з тим, що тебе оточує»);

– «Я» та моє пізнавальне середовище (пізнавальні смисли: «пізнання самого себе й оточуючих людей», «пізнання природи»);

– «Я» та моя емоційна сфера (емоційні смисли: «емоційне задоволення від професійної діяльності», «спілкування з друзями») [23, с. 55].

Т. Максимова, вивчаючи смисложиттєві орієнтації вчителів, розглядає педагогічну професію як таку, що визначає головний смисл життя педагога та є провідним компонентом структурної ієрархії смислу життя. Учена звертає увагу на зв'язок між характером смисложиттєвих орієнтацій та стилем педагогічної діяльності: з однієї сторони, коли педагогічна діяльність є провідним компонентом структурної ієрархії смислу життя, то створюються сприятливі умови для розкриття індивідуальності вчителя-професіонала, оптимально використовуються його потенції і нейтралізуються недоліки, збільшується ефективність професійної діяльності, а це сприяє подальшому підвищенню її значущості в системі смисложиттєвих орієнтацій. З іншої сторони, в умовах малої значущості «професійного смислу», який не володіє достатньою енергетикою, послаблюється вплив смисложиттєвої орієнтації на формування індивідуального стилю, ускладнюється нейтралізація недоліків, які пов'язані з психодинамічними особливостями особистості вчителя, зумовлюється однобічний прояв індивідуальності в професійній діяльності [10, с. 117].

В. Чудновський виділяє деякі умови набуття адекватного, конструктивного, цілісного смислу життя, які варто враховувати педагогам із метою здійснення самореалізації:

– шлях до себе – до свого внутрішнього світу, своїх потенційних можливостей, свого істинного покликання;

– шлях до себе як вихід у цілісний смисловий простір власного життя;

– орієнтація інтелектуальної діяльності на пізнання віддалених результатів своїх рішень та дій;

– шлях до себе як вибудовування «смислової вертикалі», що з'єднує особистісне «Я» зі світом, в якому особистість живе;

– шлях до себе як усвідомлення себе членом екіпажу корабля «Планета Земля»;

– виховання молодого покоління, яке усвідомлює себе громадянином Землі [21, с. 49].

Досягнення смислу життя може супроводжуватися подоланням різноманітних перешкод. У дослідженнях В. Чудновського серед бар'єрів, які ускладнюють реалізацію смислу життя, учителями виділяються перешкоди внутрішні (особистісні якості) та зовнішні (обставини, в яких людина живе). Також вказується наявність протиріч між професійним покликанням та його життєвим втіленням (низький матеріальний стан, необхідність додаткової роботи) [23, с. 55].

Смисл життя у літньому віці є одним із завдань, яке потрібно розв'язати людині на такому віковому етапі. Н. Овсяннікова пов'язує смисл життя літньої людини з ретроспективною оцінкою свого життя – з почуттям невідповідності життя ідеалу, неможливістю апробувати інші стилі життя або з переживаннями вдалого втілення планів та реалізацією цілей, прийняття минулого [12].

Спираючись на результати теоретичного дослідження смислу життя педагогічних працівників та осіб літнього віку, ми вважаємо за доцільне окремо розглядати смисл життя педагогічних працівників літнього віку, які продовжують здійснювати професійну діяльність і тих педагогів літнього віку, які змінили її на інший вид діяльності. Спільним для цих категорій педагогів літнього віку є переосмислення свого життя, своїх цінностей, ретроспективний аналіз свого життєвого шляху. Проте, для педагогічних працівників літнього віку зайнятих професійною діяльністю педагогічна праця залишається важливим компонентом у структурі ієрархії смислу життя, а для педагогів-пенсіонерів по завершенню педагогічної діяльності важливо шукати смисл життя в іншому виді діяльності, цілеспрямовано оволодівати нею, що допоможе здійснити себе, свої можливості. Знайти смисл життя в умовах зміни діяльності педагогам літнього віку допоможе значний досвід педагогічної діяльності, постійна попередня інтелектуальна

діяльність, здійснення самоосвіти та саморозвиток, здатність до взаємодії з людьми, креативний підхід, активність, збереження життєздатності, прагнення довести оточуючим свою працездатність.

Оскільки смисл життя є динамічним утворенням, то він змінювався в процесі життєдіяльності педагогів, а особливих перетворень зазнає в літньому віці. Смисл життя педагогів цього віку виявляється у суб'єктивній оцінці свого життєвого шляху, усвідомленні спрямованості свого життя, свого місця в соціумі, порівнянні досягнутих результатів із тими, які ставилися у процесі життєдіяльності, на початку здійснення професійної діяльності.

Також варто зазначити, що смисл життя педагогічного працівника літнього віку не повинен зводитися лише до якось однієї смисложиттєвої цінності, а має містити конструктивні, гармонійні цілі, які у структурі смисложиттєвих орієнтацій займатимуть різне місце, впливатимуть одна на одну: якісь будуть провідними, інші підпорядковуватимуться. Це допомагатиме педагогу розширювати межі своєї життєдіяльності, визначати напрями самореалізації. Педагогічні працівники, здійснюючи пошук смислу, особливо у перехідні періоди свого життя, мають нести відповідальність за обраний життєвий шлях, водночас варто слідувати своєму покликанню, використовувати мудрість, яка допоможе здійснити себе в зовнішньому світі через добрі вчинки.

Висновки. Проаналізувавши наукові підходи можемо констатувати, що смисл життя є розумінням особистістю свого призначення, власної місії, які визначають спрямованість суб'єкта життєдіяльності. Смисл життя допомагає людині визначити заради чого вона існує в цьому світі, здійснює ту чи іншу діяльність. Наявність смислу життя сприяє обмірковуванню, розумінню, усвідомленню буття людини. Динамічний характер смислу життя зумовлює зміну поглядів особистості на свою місію у цьому світі, допомагає визначити напрям руху свого існування та бути творцем власного життя. Прагнення знайти смисл життя є рушійною силою, яка спонукає людину до активності, до саморозвитку, вимагає адекватних зусиль та відповідальності за власні дії. Смисл життя здійснюється у різних сферах життєдіяльності, він визначає ставлення до професії, зумовлює розкриття індивідуальності.

На основі аналізу психологічної літератури ми з'ясували, що смисл життя визначає специфіку самореалізації особистості. Самореалізація як процес, що сприяє особистісному зростанню,

досягненню акме, не може здійснюватися без наявності у людини смислу життя. І смисл життя, і самореалізація вимагають від особистості їх усвідомлення.

Пошук смислу життя педагогами літнього віку є важливим завданням на такому етапі життя. Педагогічним працівникам літнього віку притаманне переосмислення свого життя, аналіз свого професійного і життєвого шляху. Ми вважаємо, що, здійснюючи пошук смислу життя, особистість педагога прагне до опредметнення своїх сутнісних сил, до самореалізації. У педагогів літнього віку, які продовжують здійснювати педагогічну діяльність, у структурі смисложиттєвих цінностей можуть бути різні цінності, у тому числі й

педагогічна діяльність, яка допоможе особистості реалізувати потенційні здібності. Педагогам, які завершили професійну діяльність, варто шукати смисл життя в інших видах діяльності. Самореалізація в умовах зміни діяльності допоможе педагогічним працівникам літнього віку наповнити своє життя смислом.

Перспективи подальших розвідок ми пов'язуємо із дослідженням ціннісно-смислового компоненту в структурі самореалізації особистості педагогічного працівника літнього віку. Вважаємо необхідність порівняння ціннісно-смислових орієнтацій педагогічних працівників літнього віку, які працюють із літніми педагогами, які змінили вид діяльності.

### Список літератури:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. Москва : Мысль, 1991. 299 с.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови / за ред. В.Т. Бусел. Київ ; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
3. Выготский Л.С. Мышление и речь. Москва : «Лабиринт», 1999. 352 с.
4. Гершунский Б.С. Концепция самореализации личности в системе обоснования ценностей и целей образования. Педагогика. 2003. № 10. С. 3–7.
5. Жидецький Ю.Ц. Самореалізація особистості в системі ступеневої професійної освіти. Вісник Львівського університету. Серія педагогічна. 2001. № 15 (1). С. 154–159.
6. Карпинский К.В. Смысл жизни и жизненный смысл профессии. Вестник ТГУ. 2010. № 6 (86). С. 147–155. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/smysl-zhizni-i-zhiznennyi-smysl-professii> (дата обращения: 11.01.2020).
7. Коваленко О.Г. Міжособистісне спілкування осіб похилого віку : психологічні аспекти : монографія. Київ : Інститут обдарованої дитини, 2015. 456 с.
8. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2003. 487 с.
9. Логвиненко В.І. Соціально-філософський аналіз поняття «самореалізація». Філософія і політологія в контексті сучасної культури. 2013. № 6 (III). С. 114–119.
10. Максимова Т.В. Смысл жизни и индивидуальный стиль педагогической деятельности. Мир психологии. 2001. № 2. С. 114–117.
11. Митина Л.М. Психологические основания смыслообретения и смыслоутраты в профессиональной деятельности педагога. Психологические проблемы смысла жизни и акме : Материалы XIII симпозиума / за ред. Г.А. Вайзер, Н.В. Волкова. Москва : ПИ РАО, 2008. С. 71–72.
12. Овсянникова Н.В. Проблема смысла жизни в старости. URL: [http://dom-hors.ru/rus/files/arhiv\\_zhurnala/fik/2016/9/philosophy/ovsyannikova.pdf](http://dom-hors.ru/rus/files/arhiv_zhurnala/fik/2016/9/philosophy/ovsyannikova.pdf) (дата обращения: 27.01.2021).
13. Психологія особистості : словник-довідник / за ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. Київ : Рута, 2001. 320 с.
14. Рыбалка В.В. Методологічні питання наукової психології (Досвід особистісно центрованої систематизації категоріально-поняттєвого апарату) : навчально-методичний посібник. Київ : Ніка-Центр, 2003. 204 с.
15. Рыбалка В.В. Теории личности в отечественной философии, психологии и педагогике : пособие. Житомир : Изд-во ЖГУ им. И. Франко, 2015. 872 с.
16. Філософський словник / за ред. В.І. Шинкарука. Київ : Голов. ред. УРЕ, 1986. 800 с.
17. Фонарев А.Р. Профессиональная деятельность как смысл жизни и акме профессионала. Мир психологии. 2001. № 2. С. 104–108.
18. Франкл В. Человек в поисках смысла : сборник / пер. с англ. и нем. ; под ред. Л.Я. Гозмана, Д.А. Леонтьева. Москва : Прогресс, 1990. 368 с. URL: [https://imwerden.de/pdf/frankl\\_chelovek\\_v\\_poiskakh\\_smysla\\_1990.pdf](https://imwerden.de/pdf/frankl_chelovek_v_poiskakh_smysla_1990.pdf) (дата обращения: 24.01.2021).
19. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості : монографія. Тернопіль : ТНЕУ. 2017. 508 с.
20. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 608 с.

21. Чудновский В.Э. Проблема целостности смысла жизни. Смысл жизни и судьба Вилена Эммануиловича Чудновского : коллективная монография / под ред. Н.Л. Карпова, Т.А. Попова, Г.А. Вайзер. Москва : ПИ РАО, 2017. С. 45–50. URL: <https://docplayer.ru/71219292-Fgbnu-psihologicheskiiy-institut-rao-smysl-zhizni-i-sudba-vilena-emmanuilovicha-chudnovskogo.html> (дата обращения: 29.01.2021).

22. Чудновский В.Э. Смысл жизни: «коэффициент» полезного действия (проблема действенности феномена смысла жизни). Смысл жизни и судьба Вилена Эммануиловича Чудновского : коллективная монография / под ред. Н.Л. Карпова, Т.А. Попова, Г.А. Вайзер. Москва : ПИ РАО, 2017. С. 22–28. URL: <https://docplayer.ru/71219292-Fgbnu-psihologicheskiiy-institut-rao-smysl-zhizni-i-sudba-vilena-emmanuilovicha-chudnovskogo.html> (дата обращения: 29.01.2021).

23. Психологические проблемы смысла жизни и акме (возрастной, профессиональный и социореабилитационный аспекты) / В.Э. Чудновский, А.А. Бодалев, Г.А. Вайзер, Е.Е. Вахромов, Н.Л. Карпова, А.В. Суворов. Теоретическая и экспериментальная психология. 2008. № 1 (2). С. 50–59. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-problemy-smysla-zhizni-i-akme-vozrastnoy-professionalnyy-i-sotsioreabilitatsionnyy-aspekty> (дата обращения: 21.01.2021).

24. Чудновский В.Э., Сутормина Л.И. Опыт изучения педагогического конфликта как фактора становления смысложизненных ориентаций учителя. Психологическая наука и образование. 2003. № 4. С. 1–7. URL: [https://psyjournals.ru/files/2307/psyedu\\_2003\\_n4\\_Chudnovskij.pdf](https://psyjournals.ru/files/2307/psyedu_2003_n4_Chudnovskij.pdf) (дата обращения: 19.01.2021).

25. Martela F., Pessi A.B. Significant Work Is About Self-realization and Broader Purpose: Defining the Key Dimensions of Meaningful Work. *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. P. 1–15. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00363/full#B24> (дата звернення: 27.01.2021).

#### **Moskovets L.P. REASON FOR LIVING OF ELDERLY TEACHING STAFF**

*The article presents an analysis of scientific approaches to the problem of the meaning of life. The relationship between the concepts of “reason” and “meaning” is substantiated. The ideas of such scientists as K. Albukhanova-Slavskaya, A. Adler, D. Leontev, H. Tulchinsky, M. Rubinstein, S. Rubinstein, V. Frankl, V. Chudnovsky concerning the peculiarities of reason for living are considered. The search of reason for living which requires conations and drives personality development is studied. The correlation of reason for living and self-realization is defined. While searching for reason for living a personality strives for the objectification of his / her intrinsic power, for self-realization. The types of reason for living resulted from professional activity are described. The types of reason for living of teaching staff after T. Markova are discussed. They include situational, earth-bound, and elevated ones. The conditions for the acquisition of functional reason for living are determined. Harmonious personality development takes place when a teacher is able to realize his or her professional and personal potential. Advanced years in teaching staff lives are connected with the need to accept this aging stage, to achieve ego integration, and adapt to new status and conditions of living. Re-evaluation and reason for living search take place at this stage of developmental age. It is determined that the meaning of life of elderly teachers involves a subjective assessment of their life style, awareness of the direction of their lives, their place in society. Self-realization in the conditions of changes the activity will help to fill the pedagogical elderly workers with the life of sense. Reason for living search is one of the tasks performed by elderly teaching staff at this developmental age stage. The presence of reason for living promotes their efficient resistance to aging processes, urges to formulate goals in life and achieve self-realization.*

**Key words:** reason, meaning, reason for living, self-realization, reason for living of elderly teaching staff.

**Уханова А.І.**

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

## КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНОЇ АМБІВАЛЕНТНОСТІ ПІДЛІТКІВ

*Стаття являє собою емпіричне дослідження, яке було проведено для вивчення феномену соціальної амбівалентності підлітків. Загальна вибірка дослідження становила 589 осіб. Дослідження проводилося в 10 середніх навчальних закладах міста Одеси. Були охоплені навчальні заклади різних типів: загальноосвітні школи (ЗОШ), гімназія, ліцей, коледж і школа-інтернат. Середній вік респондентів склав 14,866 року ( $SD = 1,107$  років). Нами було вирішено виділити групи підлітків з амбівалентністю та простежити, що відрізняє цих респондентів від неамбівалентних однолітків. Під амбівалентністю ми в такому випадку розуміли наявність одночасно протилежних за змістом самоописів. Ми розглядали декілька моделей. Респондентів із відчуттям об'єктивної самотності й суб'єктивної самотності в аспекті батьківської залученості нами було віднесено до першої моделі. До другої моделі увійшли підлітки з відчуттям об'єктивної та суб'єктивної самотності в аспекті кількості їх друзів. До третьої моделі нами було віднесено респондентів, які стикаються з фізичним і психологічним булінгом також в аспекті кількості їх друзів. Підлітків, які заявляли про наявність в їх житті фізичного й психологічного булінгу в аспекті доброзичливості, ми віднесли до четвертої моделі. Лише Модель 2 знайшла своє емпіричне підтвердження. Установлено статистично значущі розбіжності між групами амбівалентних і неамбівалентних старших школярів за показниками: просоціальної поведінки, фізичної активності, готовності стикатися з проблемою та готовності розв'язувати проблему. Підлітки з амбівалентної групи виявились більш просоціальними, вони приділяли більше часу заняттям спорту, а також були більш схильними до боротьби й до розв'язання проблеми. Перспективами подальших досліджень виступає вивчення амбівалентності у сфері настрою, установок у нормі й патології в різних вікових контингентів. Результати дослідження можуть бути використані в педагогічній і психологічній практиці для попередження проблем психічного здоров'я підлітків.*

**Ключові слова:** підлітки, амбівалентність, об'єктивна самотність, суб'єктивна самотність, просоціальна поведінка.

**Постановка проблеми.** В умовах сучасного українського суспільства проблема збереження психічного здоров'я є надзвичайно актуальною. Важливими складовими частинами психічно здоров'я підлітків є соціальна адаптація, наявність цілеспрямованої поведінки, бачення свого професійного майбутнього. Амбівалентність може виступати чинником порушення цих складових частин психологічного благополуччя сучасної молоді. У науковій літературі феномен амбівалентності у підлітків розглядається стосовно таких аспектів: сексуальна поведінка [26], адиктивна поведінка [19], умовні комунікації [22] та прийняття рішень стосовно особистісного розвитку [17]. Натепер не досить даних стосовно вивчення феномену амбівалентності у підлітковому віці в Україні, що й зумовлює тему нашого дослідження.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Дослідження феномена амбівалентності широко представлені в психологічній літературі.

Так, М. Кругман, К. Левін, Н. Міллер [5] досліджували когнітивний аспект амбівалентності; Д. Карр [15] – морально-етичний; вікову амбівалентність вивчали О.А. Орехова [8], Т.Н. Лук'яненко [7] і Т.М. Зелінська [4], В.В. Хабайлюк [10], І.М. Шастко [11]; як соціально-психологічної установки (атитюда) – А. Лютрель, Р.І. Пітті, П. Бріноль [21], К. Дж. ДеМаре [16], Ф. Харвельд, Х.Ю. Нохлен [18]; амбівалентність в сімейних та батьківсько-дитячих стосунках вивчали І.М. Гоян, М.М. Малкович [3], К.С. Бірдіт, К.Л. Фінгерман, С.Х. Заріт [14]; І.О. Кочарян вивчав феномен амбівалентності в психотерапії [5].

Також вивченням амбівалентної поведінки займалися такі автори: О.М. Борисюк [2], Т.В. Курило [6], Н.А. Сургунд [9], І.О. Красильников [1], Н.Б. Росман, М.Г. Пратт, Л. Ріс, Т. Дж. Вогус [28], І.К. Шнейдер, Н. Шварц [29], Х. Сонг, Д. Р. Евольдсен [30], Е. Еббей [12], Т. Рейч, С.К. Віллер [27] та Й.М. Байк [13].

**Постановка завдання.** Проте загальносистемних медико-психологічних концепцій явища амбівалентності досі запропоновано не було. Таким чином, метою дослідження було вивчення феномену соціальної амбівалентності підлітків.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Загальна вибірка дослідження становила 615 осіб. Остаточний обсяг вибірки склав 589 чоловік. Дослідження проводилося в середніх навчальних закладах міста Одеси (всього 10 середніх навчальних закладів). Середній вік респондентів склав 14,866 років ( $SD = 1,107$  років). Були охоплені навчальні заклади різних типів: загальноосвітні школи (ЗОШ), гімназія, ліцей, коледж і школа-інтернат. Нами було вирішено виділити групи підлітків з амбівалентністю та простежити що відрізняє цих респондентів від неамбівалентних однолітків. Під амбівалентністю ми в такому випадку розуміли наявність одночасно протилежних за змістом самоописів. Ми розглядали декілька моделей. Респондентів з відчуттям об'єктивної самотності та суб'єктивної самотності в аспекті батьківської залученості нами було віднесено до першої моделі. До другої моделі увійшли підлітки з відчуттям об'єктивної та суб'єктивної самотності в аспекті кількості їх друзів. Провівши частотний аналіз питання стосовно кількості близьких друзів було встановлено, що  $M_e = 3,000$  осіб та  $M = 12,140$  осіб. Але орієнтуватися на середнє значення ми не можемо, тому що є позамежні значення. До третьої – нами було віднесено респондентів, які стикаються з фізичним і психологічним булінгом також в аспекті кількості їх друзів. Підлітків, які заявляли про наявність в їх житті фізичного і психологічного булінгу в аспекті доброзичливості ми віднесли до четвертої моделі.

Кореляційний параметричний аналіз даних (критерій  $r$  Пірсона) [25] старших школярів, здійснювався за допомогою статистичного програмного пакету IBM SPSS Statistics 26.0.0.

На першому етапі дослідження для виявлення таких ортогональних змінних нами було вивчено 4 моделі. На нашу думку це соціальна амбівалентність, яка характеризує взаємодію з батьками (Модель 1); соціальна амбівалентність, яка характеризує інтерперсональну поведінку з однолітками (Модель 2); соціальна амбівалентність, яка характеризує віктимну поведінку з однолітками (Модель 3); соціальна амбівалентність, яка характеризує сприйняття агресії з боку однолітків (Модель 4).

*Модель 1.* Стосовно першої моделі обернено зворотній зв'язок було встановлено між участю

батьків в житті їх дітей та об'єктивною ( $r = -0,246$ ;  $p < 0,001$ ) і суб'єктивною самотністю ( $r = -0,235$ ;  $p < 0,001$ ). Відповідно, ортогональності не виявлено. Це може пояснюватися тим, що підлітки з високим рівнем батьківської залученості можуть бути обмежені в спілкуванні з однолітками.

*Модель 2.* В результаті вивчення другої моделі, а саме об'єктивної самотності ( $r = 0,019$ ;  $p = 0,660$ ) і суб'єктивної самотності ( $r = 0,019$ ;  $p = 0,646$ ) в аспекті кількості близьких друзів статистично значущий зв'язок був відсутній. Тобто ортогональність підтверджено.

*Модель 3.* Обернено пропорційний зв'язок між фізичним ( $r = 0,169$ ;  $p < 0,001$ ) і психологічним булінгом ( $r = 0,105$ ;  $p < 0,01$ ) та кількістю близьких друзів було встановлено в результаті аналізу третьої моделі. Відповідно, ортогональності не виявлено. Це може бути пов'язано з тим, що чим більше друзів є у респондентів, тим вище ймовірність цькування з їх боку.

*Модель 4.* В рамках вивчення четвертої моделі, а саме наявності фізичного ( $r = -0,084$ ;  $p < 0,05$ ) та психологічного булінгу ( $r = -0,176$ ;  $p < 0,001$ ), в аспекті доброзичливості, статистично значущий обернено пропорційний зв'язок був також присутній. Відповідно, ортогональності не виявлено. Тобто підлітки, які визнавали себе жертвами фізичного та психологічного булінгу, вважали, що оточуючі ставляться до них вороже.

Оскільки наявність ортогональності була виявлена лише для другої моделі, то далі амбівалентність ми розглядали лише в її рамках. До групи амбівалентних були занесені підлітки, які мають велику кількість друзів, але зазначають в себе самотність за об'єктивними та суб'єктивними критеріями. Також до цієї групи було включено респондентів з протилежного полюсу, які мають малу кількість друзів та зазначають в себе стану самотності за об'єктивними та суб'єктивними критеріями. Проте для перевірки можливості створення таких груп нами попередньо було проведено кореляційний аналіз. Якщо між параметрами, які визначають класифікацію у цих групах відсутні суттєві статистично значущі кореляції, то це дозволяє розглядати ці параметри як ортогональні.

На рисунках 1 та 2 наведено діаграми розсіювання, що демонструють взаємовідношення між такими показниками: кількістю друзів та об'єктивною самотністю та кількістю друзів та суб'єктивною самотністю. Як видно з цих діаграм розсіювання розподіл об'єктів у просторі двох параметрів не створює якогось визначеного патерну і є абсолютно випадковим. Квадрати

коефіцієнтів кореляції для кожної пари змінних були дуже низькими:  $R^2 = 0,020$  – для першої та  $R^2 = 0,002$  – для вищого медичного персоналу. Таким чином, параметри кількості друзів з одного боку та суб'єктивної і об'єктивної самотності – з іншого не є взаємозалежними. Очевидно, можна припустити, що в досліджуваному контингенті представлено особи як з високим рівнем самотності, який супроводжується великою кількістю друзів, так і особи з низьким рівнем самотності, який супроводжується малою кількістю друзів, тобто амбівалентні підлітки.

За значенням медіани створено контрастні вибірки для кожної змінної. Для показника об'єктивної самотності контрастну групу з низьким рівнем показника склали респонденти, що відповіли «Не вірно» ( $n = 323$ ; 55,3%). Контрастну групу з високим рівнем показника склали респонденти, що відповіли «Частково вірно», «Цілком вірно» ( $n = 261$ ; 44,7%). Для показника суб'єктивної самотності контрастну групу з низьким рівнем показника склали респонденти, що відповіли «Ніколи» та «Рідко» ( $n = 332$ ; 56,8%). Контрастну групу з високим рівнем показника склали респонденти, що відповіли «Іноді», «Часто», «Завжди» ( $n = 252$ ; 43,2%). Для параметру кількості близьких друзів контрастну групу з низьким рівнем показника склали респонденти, що до трьох друзів включно ( $n = 304$ ; 51,7%). Контрастну групу з високим рівнем цього параметру склали респонденти, що мають чотири й більше друзів ( $n = 284$ ; 48,3%).

Відповідно, за співвідношенням ортогональних показників було сформовано групи амбівалентних та неамбівалентних осіб за об'єктивною самотністю та амбівалентних та неамбівалентних осіб за суб'єктивною самотністю. Підлітки, які мають мало друзів, та не характеризуються об'єктивною самотністю ( $n = 149$ ; 25,6%), а також підлітки, які мають багато друзів та характеризуються об'єктивною самотністю ( $n = 106$ ; 18,2%) були віднесені до групи амбівалентних за об'єктивною самотністю ( $n = 255$ ; 43,7%). Своєю чергою підлітки, які мають мало друзів, та характеризуються об'єктивною самотністю ( $n = 174$ ; 29,8%), а також підлітки, які мають багато друзів, та не характеризуються об'єктивною самотністю ( $n = 154$ ; 26,4%) були віднесені до групи неамбівалентних осіб за об'єктивною самотністю ( $n = 328$ ; 56,3%).

Підлітки, які мають мало друзів, та не характеризуються суб'єктивною самотністю ( $n = 157$ ; 26,9%), а також підлітки, які мають багато друзів та характеризуються суб'єктивною самотністю ( $n = 107$ ; 18,4%) були віднесені до групи амбівалентних за суб'єктивною самотністю ( $n = 264$ ; 45,3%). Своєю чергою підлітки, які мають мало друзів та характеризуються суб'єктивною самотністю ( $n = 144$ ; 24,7%), а також підлітки, які мають багато друзів та не характеризуються суб'єктивною самотністю ( $n = 175$ ; 30,0%) були віднесені до групи неамбівалентних осіб за суб'єктивною самотністю ( $n = 319$ ; 54,7%).

І надалі було встановлено яка кількість підлітків, амбівалентних за суб'єктивною самотністю, також була амбівалентною за об'єктивною самотністю ( $n = 168$ ; 29,1%). Ця група порівнювалась з групою неамбівалентних підлітків ( $n = 410$ ; 70,9%).

На наступному етапі дослідження за допомогою критерію U Манна-Вітні [23] нами було проаналізовано статистично значущі розбіжності між групами підлітків з амбівалентними відповідями стосовно, як об'єктивної, так і суб'єктивної самотності та респондентами з неамбівалентними відповідями стосовно об'єктивної та суб'єктивної самотності щодо таких питань: поведінка самоушкодження; психосоматичні порушення; загальний бал самопочуття; наявність хронічних захворювань; ризикова

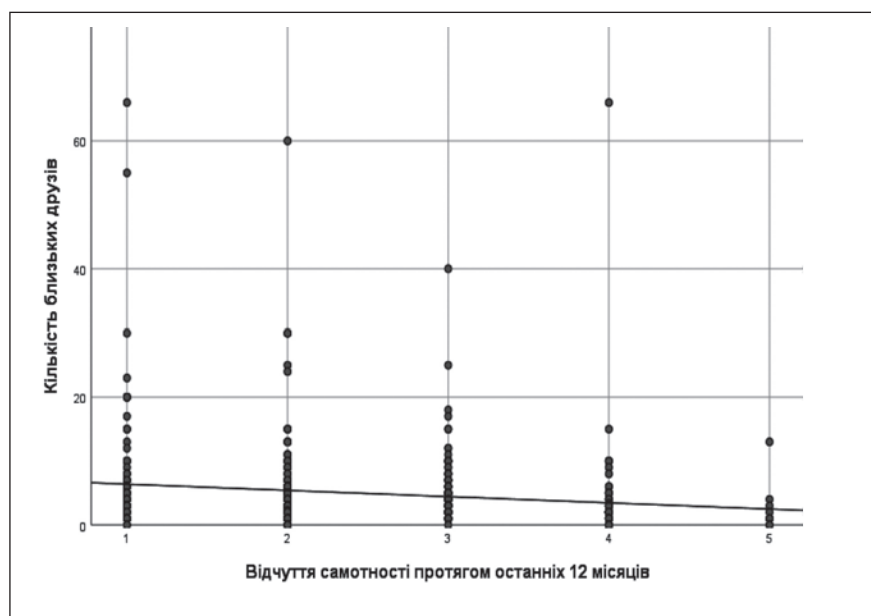


Рис. 1. Діаграма розсіювання, що демонструє взаємовідношення між параметрами кількості близьких друзів та суб'єктивної самотності у підлітків

Примітка: суцільною лінією позначена лінійна кореляція між параметрами



поведінка; відчуття стресу; суїцидальні думки та бажання; сума балів депресії; кількість годин нічного сну; тип навчального закладу; батьківська залученість; сумарний стрес за останні 6 місяців; просоціальна поведінка; фізична активність; готовність стикатися з проблемою; готовність вирішувати проблему; важливість сім'ї; важливість друзів; заняття спортом як копінг-стратегія, творчість як копінг-стратегія, спілкування як копінг-стратегія.

Не виявлено статистично значущих розбіжностей між амбівалентними та неамбівалентними підлітками за такими параметрами: поведінка самоушкодження; психосоматичні порушення; загальний бал самопочуття; наявність хронічних захворювань; ризикова поведінка; відчуття стресу; суїцидальні думки та бажання; сума балів депресії; кількість годин нічного сну; тип навчального закладу; батьківська залученість; сумарний стрес за останні 6 місяців; важливість сім'ї; важливість друзів; заняття спортом як копінг-стратегія, творчість як копінг-стратегія, спілкування як копінг-стратегія.

Встановлено статистично значущі розбіжності між групами амбівалентних та неамбівалентних старших школярів за просоціальною поведінкою ( $U = 26282,000$ ,  $p < 0,001$ ). Більш просоціальними виявились підлітки з амбівалентної групи. Це може пояснюватися тим, що в зовнішньому соціальному середовищі вони намагаються знайти ті чинники, які збалансують їх внутрішні протиріччя.

В дослідженні К. Айронса та П. Гілберта ненадійна прив'язаність розглядалась як чинник амбівалентності, який був пов'язан з неконструктивним порівнянням з іншими, депресією та тривожністю [20].

Також статистично значущі розбіжності між амбівалентними та неамбівалентними респондентами було встановлено стосовно фізичної активності ( $U = 49878,500$ ,  $p < 0,05$ ). Більше часу заняттям спорту приділяли амбівалентні респонденти. Біологічною причиною високого рівню фізичної діяльності, на наш погляд, може бути активність підкіркових структур, яка може бути властива дітям з амбівалентністю. Також цей взаємозв'язок вивчали у своєму дослідженні А. Нохлен з колегами [24].

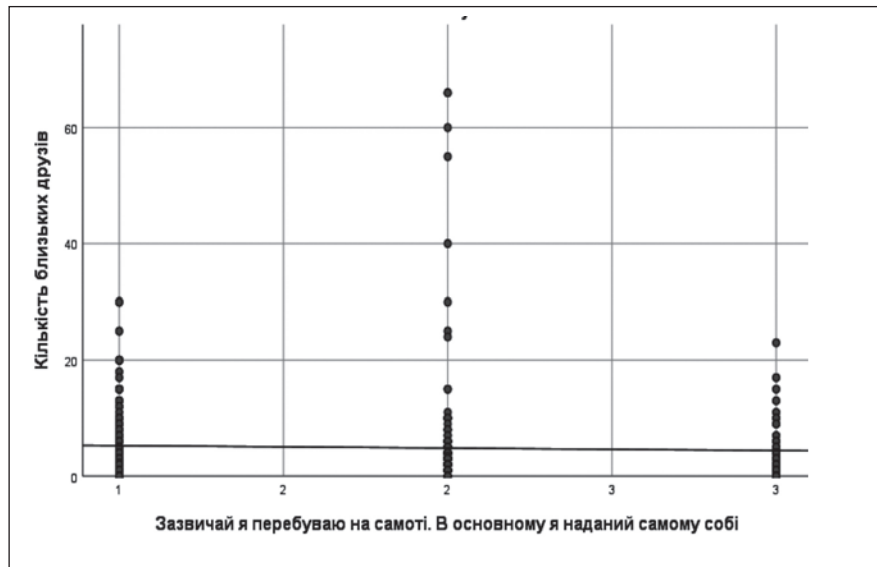


Рис. 2. Діаграма розсіювання, що демонструє взаємовідношення між параметрами кількості близьких друзів та об'єктивної самотності у підлітків

Примітка: суцільною лінією позначена лінійна кореляція між параметрами.

Встановлено статистично значущі розбіжності між групами амбівалентних та неамбівалентних старших школярів за готовністю стикатися з проблемою ( $U = 107300,000$ ,  $p < 0,05$ ) і готовністю вирішувати проблему ( $U = 107584,000$ ,  $p < 0,01$ ). Це може бути пов'язано з тим, що амбівалентні підлітки більш активні та невгамовні, а саме тому більш схильні до боротьби та до вирішення проблеми. Аналогічні дані було також знайдено в дослідженні А. Нохлен зі співавторами [24].

#### Висновки.

Таким чином, в дослідженні було запропоновано чотири моделі амбівалентності: соціальна амбівалентність, яка характеризує взаємодію з батьками (Модель 1); соціальна амбівалентність, яка характеризує інтерперсональну поведінку з однолітками (Модель 2); соціальна амбівалентність, яка характеризує віктимну поведінку з однолітками (Модель 3); соціальна амбівалентність, яка характеризує сприйняття агресії з боку однолітків (Модель 4). Лише Модель 2 знайшла своє емпіричне підтвердження. Встановлено статистично значущі розбіжності між групами амбівалентних та неамбівалентних старших школярів за показниками: просоціальною поведінкою, фізичною активністю, готовності стикатися з проблемою і готовності вирішувати проблему. Підлітки з амбівалентної групи виявились більш просоціальними, вони приділяли більше часу заняттям спорту, а також були більш схильними до боротьби та до вирішення проблеми. Перспективами подальших досліджень виступає вивчення амбівалентності у сфері настрою, установок в нормі та патології у різних вікових контингентів.

Список літератури:

1. Красильников І.О. Амбівалентність життєвих цінностей в контексті їх зв'язку з самоактуалізації особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2016. № 59. С. 33–37.
2. Борисюк О.М., Прохорчук Н.В. Амбівалентність особистості як психологічний феномен. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2017. Вип. 2. С. 80–91.
3. Гоян І.М., Малкович М.М. Змістові характеристики роліової амбівалентності батьків. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. 2014. Вип. 19 (1). С. 205–213.
4. Зелінська Т.М. Амбівалентність особистості. Теорія, діагностика і психокорекція : навчальний посібник. Київ : Каравела, 2010. 256 с.
5. Кочарян І.А. Теорія амбівалентності в психотерапії. *Вісник Харківського національного університету. Серія «Психологія»*. 2011. № 959. С. 65–69.
6. Курило Т.В. Проблема амбівалентності в психологічних теоріях і концепціях особистості. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2013. Вип. 31. С. 142–152.
7. Лук'яненко Т.Н. Психологічні особливості прояву амбівалентності особистості в ранньому юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2003. 20 с.
8. Орехова О.А. Особенности развития эмоциональной сферы у детей дошкольного и школьного возраста : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.13. Санкт-Петербург, 2007. 199 с.
9. Сургунд Н.А. Амбівалентність особистості як компонент вибору та варіативної регуляції професійно-мобільної поведінки фахівця під час подолання криз професійного розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2017. Вип. 5 (2). С. 101–107.
10. Хабайлюк В.В. Психологічні особливості амбівалентності як чинника розвитку особистості в ранньому юнацькому віці в умовах сім'ї : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Національний педагогічний ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2007. 235 с.
11. Шастко І.М. Науково-теоретичне вивчення проблеми переживання амбівалентності особистості. *Молодий вчений*. 2019. № 5 (1). С. 76–78.
12. Abbey E. Ambivalence and Its Transformations. *The Oxford Handbook of Culture and Psychology*, 2012. DOI: 10.1093/oxfordhb/9780195396430.013.0048.
13. Baek Y.M. An integrative model of ambivalence. *The Social Science Journal*. 2010. V. 47 (3). P. 609–629.
14. Birditt K.S., Fingerman K.L., Zarit S.H. Adult children's problems and successes: implications for intergenerational ambivalence. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2010. No. 65B (2). P. 145–153.
15. Carr D. Virtue, Mixed Emotions and Moral Ambivalence. *Philosophy*. 2009. V. 84 (1). P. 31–46.
16. DeMarree K.G., Briñol P., Petty R. E. Wanting other attitudes: Actual–desired attitude discrepancies predict feelings of ambivalence and ambivalence consequences. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2014. V. 53. P. 5–18.
17. Feldstein Ewing S.W., Apodaca T.R., Gaume J. Ambivalence: Prerequisite for success in motivational interviewing with adolescents? *Addiction*. 2016. V. 111 (11). P. 1900–1907.
18. Harrevelde F.V., Nohlen H.U., Schneider I.K. Chapter Five – The ABC of Ambivalence: Affective, Behavioral, and Cognitive Consequences of Attitudinal Conflict. *Advances in Experimental Social Psychology*. 2015. V. 52. P. 285–324.
19. Hohman Z.P., Crano W.D., Siegel J.T., Alvaro E.M. Attitude Ambivalence, Friend Norms, and Adolescent Drug Use. *Prev Sci*. 2014. V. 15 (1). P. 65–74.
20. Irons C., Gilbert P. Evolved mechanisms in adolescent anxiety and depression symptoms: the role of the attachment and social rank systems. *Journal of Adolescence*. 2005. V. 28 (3). P. 325–341.
21. Luttrell A., Petty R.E., Briñol P. Ambivalence and certainty can interact to predict attitude stability over time. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2016. V. 63. P. 56–68.
22. Macintyre P.D., Burns C., Jessome A. Ambivalence About Communicating in a Second Language: A Qualitative Study of French Immersion Students' Willingness to Communicate. *Modern Language Journal*. 2011. V. 95 (1). P. 81–96.
23. Mann H.B. On a test of whether one of two random variables is stochastically larger than the other / H.B. Mann, D.R. Whitney. *Annals of Mathematical Statistics*. 1947. № 18. P. 50–60.
24. Nohlen H.U., van Harrevelde F., Rotteveel M., Lelieveld G.-J., Crone E.A. Evaluating ambivalence: social-cognitive and affective brain regions associated with ambivalent decision-making. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 2014. V. 9 (7). P. 924–931.
25. Pearson K. On a correction, needful in the case of correlation ratio. *Biometrika*. 1911. № 8. P. 254–256.
26. Pinquart M. Ambivalence in Adolescents' Decisions about Having Their First Sexual Intercourse. *The Journal of Sex Research*. 2010. V. 47 (5). P. 440–450.

26. Reich T., Wheeler S.C. The good and bad of ambivalence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2016. V. 110 (4). P. 493–508.
27. Rothman N.B., Pratt M.G., Rees L., Vogus T.J. Understanding the Dual Nature of Ambivalence: Why and When Ambivalence Leads to Good and Bad Outcomes. *Academy of Management Annals*. 2016. V. 11 (1). P. 33–72.
28. Schneider I.K., Schwarz N. Mixed feelings: the case of ambivalence. *Current Opinion in Behavioral Sciences*. 2017. V. 15. P. 39–45.
29. Song H., Ewoldsen D.R. Metacognitive Model of Ambivalence: The Role of Multiple Beliefs and Metacognitions in Creating Attitude Ambivalence. *Communication Theory*. 2014. V. 25 (1). P. 23–45.

#### **Ukhanova A.I. CONCEPTUALIZATION OF SOCIAL AMBIVALENCE IN ADOLESCENTS**

*This article is an empirical study that was conducted to research the phenomenon of social ambivalence in adolescents. 589 students were observed. The study was conducted in secondary schools in the city of Odessa (of 10 secondary schools). Were covered different types of schools: public schools, gymnasium, lyceum, college and boarding school. The average age of respondents was 14,866 years ( $SD = 1,107$  years). We decided to compare students with ambivalence with a group of non-ambivalent respondents. The respondents who showed objective and subjective loneliness in the aspect of parental involvement formed the first model. The second model was formed with adolescents who showed objective and subjective loneliness in the aspect of their friend's number. The third group was formed with the respondents who were involved in physical and psychological bullying as well in the aspect of their friend's number. Adolescents, who declared the presence of physical and psychological bullying in their life in the aspect of friendliness, formed the fourth model. Only the second model showed its empirical approval. Significant differences were found between groups of ambivalent and non-ambivalent high school students by such indicators: prosocial behavior, physical activity, readiness to face the problem and readiness to solve the problem. Adolescents from the ambivalent group were found more prosocial, more physically active, and were also more tending to face the problem and to solve the problem. The perspectives of the further research are to study the mood ambivalence and ambivalence in the sphere of attitudes in different age and clinical groups. The results of this study can be used in educational and psychological practice for the prevention of adolescents' mental health problems.*

**Key words:** adolescents, ambivalence, objective loneliness, subjective loneliness, prosocial behavior.

**Шевчук В.В.**

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

## ЕМОЦІЙНІ ПЕРЕЖИВАННЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ ІЗ КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ

*У статті представлено результати теоретичного й емпіричного дослідження психологічних особливостей емоційних переживань батьків, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, у порівнянні з батьками дітей без вад розвитку.*

*У нашому емпіричному дослідженні взяло участь 152 батьків, які виховують дітей зі складними мовленнєвими вадами й розумовою відсталістю, 136 батьків дітей із порушеннями опорно-рухового апарату й олігофренією, що разом складають основну групу досліджуваних, і 184 батьків, які мають дітей без вад розвитку – це контрольна група.*

*Вивчення емоційних переживань батьків проводилося за допомогою методик «Оцінка психічної активації, інтересу, емоційного тону, напруги й комфортності» (Н.А. Курганської, Т.А. Немчин) і «Семантичний диференціал» (Ч. Осгуда). Для виявлення статистичних відмінностей у кількісних значеннях досліджуваних шкал і понять був використаний критерій Манна-Уїтні, а для встановлення взаємозв'язку між показниками – кореляційний аналіз.*

*Батьки дітей, які не мають вад розвитку, частіше оцінюють свій стан більш бадьорим, а самопочуття – гарним на відміну від батьків дітей із комплексними порушеннями розвитку, які більше говорять про втому, погане самопочуття та підвищену напругу.*

*Коефіцієнти напруги в основній і контрольній групах кількісно значно різняться лише у двох групах переживань («ставлення до хвороби» й «ставлення до лікування»). Можна виявити, що переживання батьків дітей із комплексними порушеннями розвитку відрізняються від переживань батьків контрольної групи за ступенем їх негативної забарвленості.*

*Проведене дослідження дозволяє зробити висновок про наявність тривалих негативно забарвлених переживань, у тому числі стану хронічної психічної напруженості, емоцій страху й тривоги, і про перебування батьків дітей із комплексними порушеннями розвитку в умовах хронічного стресу. Емоційна фіксація на порушенні в розвитку дитини, неможливість перемкнутися на інші думки, емоції посилюють психічну напруженість.*

**Ключові слова:** напруженість, емоційний тонус, тривога, діти з комплексними порушеннями розвитку, страх.

**Постановка проблеми.** Народження дитини з вадами розвитку є сильним травмуючим фактором для усієї сім'ї, який сприяє загалом зміні світосприйняття батьків. Зростає фізичне та психологічне навантаження на родину дитини, змінюючи тим самим взаємини у ній. Фактори, пов'язані із здоров'ям дитини не лише провокують емоційні переживання, але й впливають на особистісні особливості батьків. Ступінь важкості комплексного порушення розвитку дитини має суттєвий вплив на інтенсивність переживань батьків, рівень їх емоційної напруги та в цілому на їх суб'єктивне благополуччя. Порушення емоційного стану батьків сприяє неадекватному ставленню до вади дитини, що в майбутньому може призвести до її неправильного виховання та педагогічної занедбаності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Починаючи із 60-х років минулого століття, з'являються

дослідження особливостей емоційних переживань батьками народження своєї дитини з порушеннями розвитку: Е. Kubler-Ross, J. Blasher, M. Irvin, M. Klaus, L. Kennell, M. Семаго, Р. Майромян тощо. Простежуючи переживання батьками події, різні дослідники (Е. Kubler-Ross, J. Blasher, M. Irvin, M. Klaus, L. Kennell) дійшли висновку про закономірну зміну їхніх емоційних станів на шляху до адаптації: шок, заперечення, гнів, депресія [2, с. 157]. J. Blasher подає власну, дещо адаптовану щодо стадій Е. Kubler-Ross, модель, яка перегукується з ідеями М. Irvin, М. Klaus і L. Kennell: шок, заперечення захворювання; усвідомлення реальності, яке супроводжується почуттями провини, смутку, відчаю, злості тощо; поступове примирення та прийняття реальності, реорганізація життя та реалістична адаптація до неповносправності [14, с. 55–68].

М. Семаго й Р. Майромян виділяють чотири фази реакцій батьків на народження дитини з

вадами розвитку: стресовий стан; негативізм, заперечення діагнозу; депресивний стан; стація адекватних емоційних контактів, що означає початок соціально-психологічної адаптації членів сім'ї [9, с. 72].

Сім'ї, які виховують дитину з комплексними порушеннями розвитку, стають безпорадними, їх становище характеризується як «внутрішній» (психологічний) і «зовнішній» (соціальний) глухий кут. Батьки перебувають у стресовій ситуації, яка спустошує як фізично, так і емоційно. Симптомами такого спустошення, як зазначають Н.Є. Карпова, Т.А. Стрелекалова, В.В. Ткачова, С.А. Хазова, проявляються на соматичному, психічному та поведінковому (соціальному) рівнях [12, с. 126; 11, с. 210].

В.В. Ткачова прийшла до висновку, що народження дитини з вадами, а потім її подальше виховання, навчання, реабілітація і загалом спілкування з нею є тривалим патогенним фактором, що змінює особистість батьків та їх життя в цілому. Окрім того, дослідниця виділяє кризові стани в родині, які виховують дітей із фізичними відхиленнями: народження хворої дитини (до 3 років); період постановки її діагнозу (3–5 років); період підтвердження попереднього діагнозу, підбір програми навчання (7–9 років); перший рік навчання в школі; перехід у старші класи; пубертатний період; період професійної орієнтації; розв'язання проблем особистого життя [11, с. 244].

Р. Hill на основі ідей когнітивного підходу до терапії розробив теоретичну АВСХ-модель сімейної кризи, відповідно до якої дитина з порушеннями розвитку розглядається в контексті моделі сімейного стресу як джерелопостійного стресового стану. Автор виділяє такі фактори, що можуть створювати психотравмуючу ситуацію: А-фактор – подія-стресор, що здатна змінити сімейну систему; В-фактор – сімейні ресурси, які допомагають протистояти стресу; С-фактор – сприймання значущості стресової події для сім'ї; Х-фактор – криза, що виникає в результаті впливу на сім'ю факторів А, В, С, а це своєю чергою свідчить про нездатність сім'ї відновити баланс і стабільність [16, с. 17].

І.Б. Іванова виділяє суб'єктивні й чинники причин наявних проблем у сім'ях, які виховують дітей із вадами. Суб'єктивними здебільшого є біологічний стан дитини, її хвороба, спадковість, здоров'я батьків, спосіб їх життя. Об'єктивних причин значно більше: медико-соціальні (пологова, післяпологова травма, низька кваліфікація медичного персоналу,

наслідки катастрофи в Чорнобильській атомній електростанції, низький рівень медичного обслуговування), фінансові (складне матеріальне становище), світоглядні (суспільство не сприймає дітей із вадами своїми рівноправними членами), правові (недосконалість законодавства про охорону дитинства), інформаційні (відсутність інформації для батьків), професійні (зайнятість батьків, відсутність спеціалістів, які б займалися з дитиною), освітні (низький рівень опіки держави фізичним і розумовим розвитком дітей з особливими потребами. Авторка після проведеного дослідження виявляє, що на першому місці – фінансові й матеріальні проблеми, на другому – психологічні (нервові перевантаження, нерозуміння, покинутість, самотність, моральні проблеми), на третьому – лікування та оздоровлення дитини [7, с. 62–65].

М.Н. Гуслова й Т.К. Стуре відзначають у батьків дітей із комплексними порушеннями розвитку ряд загальних особливостей особистості у вигляді сенситивності (підвищеної емоційної чуттєвості, вразливості), гіперсоціалізації (загостреного почуття відповідальності, складності компромісів) та захисної форми поведінки [4, с. 29].

О.В. Александрова й І.Б. Дерманова зауважують, що психоемоційне благополуччя батьків дітей із складними вадами розвитку, значно відрізняється за афективним, особистісним та когнітивним компонентом. Народження дитини з комплексними порушеннями розвитку активізує у батьків особистісні ресурси, сприяючи усвідомленню мети життя. Провідну роль тут відіграє активізація сімейних сенсів, спрямованих на підтримку або порятунк дитини, унаслідок зниженого прагнення до самореалізації. Для такої ситуації характерним є послаблення психічної активації, інтересу, емоційного тону, комфортності, наявності тривожності, зниження задоволеності життям в цілому [1, с. 38].

Т.Н. Висотина зазначає, що у батьків дітей з порушеннями розвитку загострюються тривожно-сензитивні риси особистості, астенодепресивні реакції у матерів і дисфоричні реакції у батьків таких дітей. Найбільший ступінь емоційно-особистісних порушень характерний для матерів. Окрім того, дослідниця виявила прямий взаємозв'язок між складністю емоційно-особистісних порушень у батьків (викривлення їх емоційної сфери) і структури комплексної вади у дитини [3, с. 127].

І.М. Єфимова, провівши емпіричне дослідження зв'язку системного профіля мотивації

батьків і ступеня їх батьківського вигорання, зауважує, що найбільший вплив на вигорання має вітальна та моральна мотивація. Ступінь вигорання тим вищий, чим нижче місце вітальної мотивації в профілі і чим вище місце моральної [5].

О.Ю. Кочерова, О.М. Филькіна, Н.В. Дологова О.Н. Антишева й А.І. Малишкіна визначають, що у батьків дітей з дитини з комплексними порушеннями розвитку часто зустрічаються такі емоційні порушення, як зосередженість на поганому самопочутті, тривожність, імпульсивність, гіпоманія [8, с. 8].

**Постановка завдання.** Метою статті є розгляд результатів емпіричного дослідження емоційних переживань батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку.

**Виклад основного матеріалу.** У нашому емпіричному дослідженні взяло участь 152 батьків, які виховують дітей із складними мовленнєвими вадами та розумовою відсталістю, 136 батьків дітей із порушеннями опорно-рухового апарату та олігофренією, що разом складають основну групу досліджуваних і 184 батьків, які мають дітей без вад розвитку – це контрольна група.

Вивчення психічної напруженості батьків основної та контрольної груп проводилася за допомогою методик «Оцінка психічної активації, інтересу, емоційного тону, напруги та комфортності» (Н.А. Курганської, Т.А. Немчин) і «Семантичний диференціал» (Ч. Осгуда).

Згідно з першою методикою напруга – зосередження сил та уваги на чомусь, витрата великих зусиль та енергії; активація – стан організму, що характеризує рівень його збудження і реактивності; тону – життєва активність, життєдіяльність; інтерес – стан, пов'язаний з інтересом до чого-небудь, прояв уваги.

Оцінка психічної активації, інтересу, емоційного тону, напруги та комфортності показала статистичні відмінності рівня психічної напруги в основній і контрольній групах. У таблиці 1 пред-

ставлені статистичні відмінності за Критерієм Манна-Уїтні.

Дані таблиці свідчать, що існують статистично значущі відмінності в вибірках за характеристиками психічної активації, емоційного тону, напруги і комфортності. Характеристики параметрів «психічна активація», «емоційний тону» і «комфортність» нижче в контрольній групі. Отже, батьки здорових дітей частіше оцінюють свій стан як бадьорий, радісний, мають гарне самопочуття, настрій та бажання працювати. Батьки дітей з комплексними порушеннями розвитку більше говорять про втому, бажання відпочити, млявість, заклопотаність, про поганий настрій і самопочуття. Статистичні дані по параметру «напруга», навпаки, вище в основній вибірці. Таку шкалу ми вважаємо найбільш значущою під час вимірювання хронічного стресу. Можна говорити про те, що батьки, які виховують дітей з вадами, в порівнянні з батьками здорових дітей, частіше перебувають у стані психічної напруги.

За параметром «інтерес» не існує статистично значущих відмінностей в основній і контрольній вибірках.

Оцінка психічного напруження в вибірках проводилася і за допомогою методики «Семантичний диференціал». Застосовуваний варіант методики складено Л.М. Шипіциною, у якій вона вказує на те, що методика Ч. Осгуда, адаптована нею, вимірює рівень емоційної напруженості.

Досліджуваним пропонується оцінити поняття «Мій син / дочка», «Майбутнє моєї дитини», «Хвороба мого сина/дочки», «Я сам» за факторами «оцінка», «сила» і «активність». Кожна шкала представлена чотирма парами антонімічних прикметників. Для виявлення статистичних відмінностей у кількісних значеннях досліджуваних шкал і понять був використаний критерій Манна-Уїтні. В таблиці 2 наведені значення відмінностей в шкалах СД для основної та контрольної вибірок.

Таблиця 1

**Значення відмінностей показників за опитувальником «Оцінка психічної активації, інтересу, емоційного тону, напруги і комфортності» в групах батьків дітей з комплексними порушеннями розвитку і батьків здорових дітей**

Параметри	Батьки дітей з комплексними порушеннями розвитку	Батьки дітей без вад розвитку	Достовірна розбіжність
Психічна активація	9,6	1,95	$p \leq 0,01$
Інтерес	1,15	0,68	-
Емоційний тону	7,65	3,34	$p \leq 0,01$
Напруга	7,57	3,39	$p \leq 0,01$
Комфортність	4,68	5,38	$p \leq 0,01$

**Значення відмінностей показників по критерію Манна-Уїтні  
в основній і контрольній групах за методикою «Семантичний диференціал»**

Шкали	Середнє значення		Рівень достовірності
	Основна група	Контрольна група	
	<b>Фактор «Оцінка»</b>		
Моя дитина	11,55	15,14	$p \leq 0,01$
Майбутнє моєї дитини	7,91	3,18	$p \leq 0,01$
Хвороба моєї дитини	7,12	3,71	$p \leq 0,01$
Я сам (а)	9,86	13,72	$p < 0,01$
	<b>Фактор «Сила»</b>		
Моя дитина	0,83	7,59	$p \leq 0,01$
Майбутнє моєї дитини	1,16	0,59	
Хвороба моєї дитини	8,91	2,21	$p \leq 0,01$
Я сам (а)	6,48	8,47	$p < 0,01$
	<b>Фактор «Активність»</b>		
Моя дитина	5,35	12,88	$p \leq 0,01$
Майбутнє моєї дитини	9,11	2,41	$p \leq 0,01$
Хвороба моєї дитини	1,02	1,67	-
Я сам (а)	7,51	11,55	$p < 0,01$

Аналіз таблиці дозволяє зробити висновок про те, що значення за фактором «активність» поняття «моя дитина» нижче в основній вибірці (тобто батьки дітей з вадами розвитку оцінюють свою дитину як менш активну, ніж батьки здорових дітей (значущість відмінностей  $p < 0,01$ ). Числові показники за факторами «оцінка» та «активність» поняття «майбутнє моєї дитини» також нижче у батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку: батьки основної вибірки оцінюють майбутнє своєї дитини як менш активне і менш значне, ніж батьки контрольної групи (значущість відмінностей  $p < 0,01$ ). Найбільші статистичні відмінності за критерієм Манна-Уїтні спостерігаються за фактором «оцінка» в понятті «хвороба моєї дитини» (значущість відмінностей  $p < 0,001$ ). Батьки основної вибірки оцінюють вади своїх дітей за шкалами «сила» і «оцінка» як значно складніші, ніж батьки здорових дітей. У той же час значення за шкалою «активність» не мають статистично значущих відмінностей в вибірках. Тут, швидше за все, можна говорити про те, що для батьків не має значення, як протікає захворювання – гостро або хронічно, зі зміною стабільності стану або без нього, а має значення сам факт наявності хвороби чи певної вади розвитку у дитини.

В основній групі за поняттям «я сам(а)» отримані нижчі показники (9,86) за фактором «оцінка». Тобто у батьків дітей з комплексними порушеннями розвитку значно страждає оцінка свого «Я». Одночасно з цим статистичні відмінності за факторами «сила» і «активність» також виявлені.

Був проведений кореляційний аналіз даних основної вибірки за шкалами «Семантичного диференціала» для виявлення прямої та зворотної залежності. Пряма кореляційна залежність виявлена між: фактором «активність» поняття «майбутнє моєї дитини» і шкалою «активність» поняття «моя дитина» (чим активнішою та рухливою є дитина, на думку батьків, тим активніше її майбутнє); між факторами «активність» та «оцінка» поняття «майбутнє моєї дитини» (чим активніша дитина, тим «якісніше» життя буде у неї); між факторами «оцінка» понять «я сам» і «майбутнє моєї дитини» (чим вище самооцінка батьків, тим краще ними оцінюється майбутнє дитини, і навпаки); між факторами «оцінка» понять «я сам» і «хвороба моєї дитини» (тобто чим вище самооцінка батьків, тим хвороба дитини оцінюється як «легша»). Зворотній кореляційний зв'язок за шкалами СД в основній вибірці виявлено між: факторам «сила» поняття «хвороба моєї дитини» і фактором «оцінка» поняття «майбутнє моєї дитини» (на думку батьків дітей з комплексними вадами розвитку, чим «сильніше» порушення дитини, тим важче буде її майбутнє); між фактором «сила» поняття «хвороба моєї дитини» і «активність» поняття «майбутнє моєї дитини» (як вважають батьки основної групи, чим «сильніше» хвороба дитини, тим менш активним буде її майбутнє).

Стан психічної напруженості і емоційного переживання діагностувалися також за допомогою методики «Незакінчені речення». У таблиці 3 представлено статистичні показники та коефіцієнт емоційної напруги в основній і контрольній групах.

Показники емоційної напруги в основній і контрольній групах за шкалами методики «Незакінчені речення»

Група речень	Основна група			Контрольна група		
	М	Мах	К напруги	М	Мах	К напруги
Уявлення про здоров'я	2	3	0,66	1,82	2,5	0,72
Уявлення про хворобу	2,83	4	0,70	2,04	3	0,68
Ставлення до хвороби	3,36	4	0,84	2,75	4	0,68
Ставлення до лікування	1,78	4	0,44	1,65	2,5	0,66
Уявлення про майбутнє	0,97	2	0,48	0,7	1,5	0,46
Ставлення родини до хвороби	2,19	2	0,62	1,85	3	0,61
Ставлення дитини до лікарів	1,59	3	0,53	1,3	2,5	0,52

Найбільші коефіцієнти емоційної напруги, як в основній, так і контрольній вибірках, отримані в групах речень «ставлення до хвороби» (0,84 і 0,68 відповідно), «уявлення про хворобу» (0,70 і 0,68) і «уявлення про здоров'я» (0,66 і 0,72). Коефіцієнт напруги в групі речень «ставлення до лікування» вище середнього в контрольній групі (0,66), і середній – в основній (0,44). Фактично мало відрізняються коефіцієнти напруги в основній і контрольній вибірках по групах речень «уявлення про хворобу» (0,70 і 0,68 відповідно), «уявлення про майбутнє» (0,48 і 0,46), «ставлення сім'ї до хвороби» (0,62 і 0,61), «ставлення дитини до лікарів» (0,53 і 0,52).

Таким чином, аналіз речень дозволяє зробити висновок, що незважаючи на те, коефіцієнти напруги в основній і контрольній групах у представлений методиці кількісно значно різняться лише в двох групах переживань («ставлення до хвороби» і «ставлення до лікування»), за допомогою якісного аналізу можна виявити, що переживання батьків дітей-інвалідів відрізняються від переживань батьків контрольної групи за ступенем їх негативної забарвленості.

Найбільш змістовно і повно незакінчені речення продовжували батьки основної групи. Батьки контрольної групи, виконуючи таку методику, демонструючи здивування з приводу змісту незакінчених речень, оскільки їм не пояснювалися, що вони беруть участь в дослідженні як контрольна група, і їх відповіді будуть порівнюватися з відповідями батьків, які виховують дітей з вадами розвитку.

Якісний аналіз отриманих речень дозволив зробити висновки, що батьки дітей з комплексними порушеннями розвитку формують свою концепцію захворювання дитини. Найчастіше

вона представлена таким чином: «Існують винні в захворюванні дитини, вона має ваду через чиюсь недбалість». Найчастіше винними в хворобі виявляються лікарі – 24,9% відповідей, 15,7% батьків винними вважають себе, 33,3% батьків називають об'єктивну причину порушення у розвитку дитини (процес протікання вагітності і пологів або якусь іншу «медичну причину»).

Доповнюючи незакінчені речення, батьки дітей з вадами вказують на переживання своїх почуттів частіше, ніж батьки контрольної групи, говорячи про переживання болю, тяжкості, почуття провини, почуття страху. Невеликий відсоток батьків основної групи все ж сподівається на одужання своєї дитини – 13,5%. Батьки основної групи усвідомлюють, що для виховання хворої дитини необхідно дуже багато сил (10,2%), часу і уваги до дитини (15,3%), засобів (33,3%), терпіння (25,6%). Абсолютна більшість (97,5%) батьків основної групи мріють щоб їх дитина одужала. Хоча деякі батьки усвідомлюють нералізованість своїх бажань, об'єктивно оцінюючи стан своєї дитини («Я хочу, що б коли-небудь моя дитина що-небудь навчився робити сама»).

Багато батьків (45%) основної групи беруть на себе відповідальність за стан своєї дитини на сьогоднішній день, 22,5% – на лікарів і процес лікування, а по 12,5% сподіваються на Бога та саму дитину. Для порівняння батьки контрольної групи в 85% випадках говорять про те, що «її здоров'я залежить, перш за все, від неї самої».

Закінчуючи речення «найнеприємніше в хворобі дитини...», батьки основної групи найчастіше вказують на якусь конкретну дисфункцію дитини. Водночас можна зробити висновок, що найбільшу значущість для батьків має розвиток рухових навичок – 45% відповідей, 34,5% уза-



гальнюють стан дитини, позначаючи його як «безпорадність», 20,5% батьків близькі до усвідомлення того, що захворювання їхньої дитини невиліковне.

Відповіді батьків основної групи щодо майбутнього ми умовно розділили на чотири підгрупи. Перша, найбільша підгрупа батьків (48,6%) уявляє собі «позитивний образ майбутнього», друга підгрупа (8,1%) представляє «негативний образ майбутнього», деякі батьки погано уявляють (24,3%) або взагалі не уявляють собі майбутнього (8,1%).

Занижена самооцінка батьків основної групи простежується в реченні «Мої близькі думають, що я ...». У багатьох дослідженнях, присвячених вивченню особистості батьків дітей із комплексними порушеннями розвитку, в тому числі й у нашому, відзначається, що самооцінка батьків таких дітей нижче, ніж у батьків, які виховують здорових дітей. Це стає зрозумілим і під час аналізу методики «Незакінчені речення» – 27,7% батьків низько оцінюють свою діяльність. Серед відповідей є позитивна оцінка себе й своїх дій (41,6%). Серед відповідей батьків основної групи нами виділені відповіді, де батьки або не хочуть (або не можуть) вербалізувати свої думки. Звертає на себе увагу такий факт, що лише двічі у батьків дітей з комплексними порушеннями розвитку прозвучала тема відмови від дитини з низьким реабілітаційним потенціалом («Мої близькі думають, що я права, що з ним займаюся, що не відмовилася»).

Цікаві результати отримані в реченні «Якби всі знали, як я боюся ...». У цій реченні були виділені три основні теми, а саме: смерть дитини – 17,1% відповідей; продовження хвороби на все життя – 42,8% і боязнь майбутнього – 17,1% відповідей.

Нами виділено групу відповідей, яку ми назвали «вам не зрозуміти» («Якби всі знали, як я боюся ... Я не хочу, щоб це хтось знав», «Коли я вперше дізнався про хворобу дитини ... Вам це не пояснити»). Таким чином, виховання в сім'ї дитини з вадами розвитку сприймається батьками як виняткове та неповторне явище, тому вони переконані, що іншим не зрозуміти їх переживань. Хочеться підкреслити, що цілий ряд дослідників вважає цю особливість свідомості особистості, яка пережила будь-який вид психічної травми, коли все, що відбувається з людиною сприймається ним як виняткове явище, що сталося тільки з нею. Про це ж у своїй теорії про психічну травму говорить і Дж. Ялом. На думку людей, які пережили психічну травму, їх переживання, досвід настільки унікальні, що іншим людям їх зрозуміти неможливо.

Інші люди починають здаватися нецікавими, нічого не розуміючими в житті. Це переконання Дж. Ялом називає базисне уявлення про ізоляцію [6].

У всіх матеріалах методики «Незакінчені речення» простежується наявність явного або приховуваного почуття провини перед дитиною. Особливо чітко це простежується у реченні «З хворобою моєї дитини у мене пов'язано почуття ...». 22,2% батьків основної групи говорять в цьому реченні про пережите почуття провини, такий же відсоток батьків (22,2%) говорять про переживання ними почуття страху. Аналіз цього речення дозволяє зробити висновок про те, що абсолютна більшість батьків основної групи переживають лише негативні емоції, пов'язані із захворюванням дитини. Переживання батьків з контрольної групи в такому реченні також негативно забарвлені, але відмінності видно в семантичній насиченості речень («З хворобою моєї дитини у мене пов'язано почуття болю» – 8,3%, «... ненависті» – 13,8%, «... тривоги» – 8,3%, «... невпевненості», «... жалю» – по 5,5% відповідей у основний вибірці). Батьки дітей із комплексними порушеннями розвитку вживають інші семантично насичені слова порівняно з батьками контрольної групи («З хворобою моєї дитини у мене пов'язано почуття незадоволеності та тяжкості в житті», «... відчаю», «... розгубленості, тривоги», «... гіркоти, як ніби в житті я зробила щось не так», «... паніки» тощо).

За результатами методики «Незавершені речення» спостерігається існування симбіотичного зв'язку батьків з дитиною. Дитина з комплексними порушеннями розвитку та її захворювання являють певну діаду, в яку включені батьки, найчастіше мати або бабуся. Подібна структура життєвої ситуації характерна і для здорової дитини в ранньому віці, але в міру дорослішання відбувається процес «вивільнення» від батьків. Батьки дітей з вадами, самі того не усвідомлюючи, розглядають своє життя та життя своєї дитини як єдину систему («У моїй родині все життя підлаштовано під дитину»). Особливо явно цей зв'язок простежується у реченнях, де батьки, говорячи про дитину, вживають займенник «ми» («Я вірю, що в майбутньому ми почнемо ходити», «... у нас все буде добре», «Якби всі знали, як я боюся, щоб у нас більше нічого не знайшли»).

За результатами «Незакінчених речень» у батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, виявляється наявність тривоги та страху. Особливо часто батьки дітей з вадами

розвитку говорять про переживання ними почуття страху: «Коли я думаю про її хвороби, я боюся за неї», «... мені стає страшно», «коли стало відомо про хворобу моєї дитини мені стало дуже страшно», «... страшно і погано». Переживання почуття тривоги простежується в таких реченнях як: «Коли я думаю про ваду дитини, то дуже сильно переживаю», «... мені дуже важко, часом не знаю, що мені робити», «коли ми з дитиною приходимо до лікаря я чомусь очікую чогось поганого».

**Висновки.** Таким чином, за даними методики «Незакінчені речення можна зробити такі висновки: на певному етапі хвороби дитини батьки дітей з комплексними порушеннями розвитку формують свою концепцію захворювання дитини. Відповідно до цієї теорії батьки визначають своє ставлення та поведінку щодо дитини, до сім'ї, лікарям та інших людей, а також до себе; батьки виділяють зовнішні, внутрішні та незалежні причини того, що сталося в їхній родині. З перебігом хвороби зовнішня причина поступово змінюється на внутрішню; цю закономірність відзначають такі психологи як Н. Neckhause [15] та G. Krampen [17]; батьки дітей з порушеннями розвитку сприймають свою життєву ситуацію як виняткову за своїм характером; переживання батьків з приводу вади їхньої дитини відрізняються негативним емоційним забарвленням і глибшим негативним семантичним навантаженням на них. Часто батьки одночасно переживають кілька негативних емоцій (сором, провину, горе), що впливає на особистість батьків і їх поведінку; почуття глибокої прихиль-

ності до дитини поєднується з почуттям провини перед нею, яке згодом призводить до зниження самооцінки батьків; переживання почуття страху та тривоги, що належать до тривожного ряду, підтверджують теорію про проживання батьків, які виховують дитину з низьким реабілітаційним потенціалом, в умовах хронічного стресу; дитина з комплексними порушеннями розвитку та її батьки (найчастіше це мати або бабуся) утворюють міцний симбіотичний зв'язок один з одним.

У цілому, проведені дослідження дозволяють зробити висновок про наявність тривалих негативно забарвлених переживань, у тому числі стану хронічної психічної напруженості, емоцій страху та тривоги, і, отже, про перебування батьків дітей з комплексними порушеннями розвитку в умовах хронічного стресу. Це тим вірніше, що вік дітей, батьки яких брали участь в дослідженні старше двох років, а часовий показник хронічного стресу, на думку дослідників (Н.В. Тарабрина, Н.Є. Харламенкова, Ю.В. Биховец, Л.Ш. Мустафина, О.А. Ворона, Н.Н. Казимова, О.Н. Димова, Н.Є. Шаталова) повинен бути не менше ніж 6 місяців. Емоційна фіксація на порушенні у розвитку дитини, неможливість перемкнутися на інші думки, емоції посилюють психічну напруженість.

Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні впливу сукупності негативних емоційних переживань і психічної напруги на зміну ціннісно-смысловий складової частини образу світу батьків дітей з комплексними порушеннями розвитку, зокрема на трансформацію їх базисних переконань.

#### Список літератури:

1. Александрова О.В., Дерманова И.Б. Психоземциональное благополучие матерей детей с тяжелыми и неизлечимыми заболеваниями. *Медицина: теория и практика*. 2019. Том 4. С. 37–38.
2. Андрейко Б.В. Соціальні проблеми, що детермінують стани батьків дитини з порушеннями розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2015. Випуск 1. Том 2. С. 156–160.
3. Высотина Т.Н. Личностные особенности родителей, воспитывающих детей со сложными нарушениями психического развития. *Вестник СПбГУ*. 2011. Серия 12. Вып. 2. С. 122–127.
4. Гулова М.Н., Стуре Т.К. Психологическое изучение матерей, воспитывающих детей-инвалидов. *Дефектология*. 2003. № 6. С. 28–31.
5. Ефимова И.Н. Роль системного профиля мотивации в развитии родительского выгорания. *Системная психология и социология*. 2014. № 9. С. 23–32.
6. Заборина Л.Г. Базисные убеждения и смыслы родителей детей с ограниченными возможностями здоровья : монография / Забайкал. гос. ун-т. Чита : Изд-во ЗабГГПУ, 2012. 180 с.
7. Иванова І.Б. Соціально-психологічні проблеми дітей-інвалідів. Київ : Логос, 2000. 87 с.
8. Кочерова О.Ю., Филькина О.М., Дологова Н.В., Малышкина А.И., Антышева Е.Н. Психологические особенности матерей, воспитывающих детей инвалидов. *Вестник РАМН*. 2014. № 5–6. С. 92–102.
9. Семаго М.М. Основные аспекты психологического подхода при консультировании семей с детьми, имеющими отклонение в развитии. *Клинико-генетическое и психолого-педагогическое изучение и коррекция аномалий психического развития у детей* : сборник научных трудов. Москва, 1991. С. 130.
10. Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е., Биховец Ю.В., Мустафина Л.Ш., Ворона О.А., Казимова Н.Н., Дымова Е.Н., Шаталова Н.Е. Посттравматический стресс и картина травматических событий в разные периоды взрослости. *Психологический журнал*. 2016. Т. 37. № 6. С. 82–96.

11. Ткачева В.В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии. Москва : АСТ : Апрель, 2007. 320 с.
12. Хазарова С.А. Ментальные ресурсы субъекта и жизнеспособность личности. *Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты* / Ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. Москва : Изд-во Институт психологии РАН, 2016. С. 210–219.
13. Шебанец Е.Ю., Хатит Ф.Р. Ребенок-инвалид как отягчающий фактор положения женщины-матери в семье: психолого-педагогический аспект. *Вестник АГУ*. 2015. Выпуск 4 (169). С. 125–129.
14. Blasher J. Sequential stages of parental adjustment to the birth of a child with handicaps : fact or artifact? *Mental retardation*. 1984. Vol. 22. P. 55–68.
15. Heckhausen H. Entwicklungsschritte in der Kausalattribution von Handlungsergebnissen. *Kindliche Erklärungsmuster*. Weinheim : Beltz, 1983. S. 49–85.
16. Hill R. Families under stress. New York : Harper and Row, 1946. 443 p.
17. Krampen G. Fragebogen zu Kompetenz- und Kontrollüberzeugungen. Göttingen : Hogrefe, 1991. 127 S.
18. Kubler-Ross E. On death and dying. New York : Macmillan, 1969. 304 p.

### **Shevchuk V.V. EMOTIONAL EXPERIENCES OF PARENTS OF CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISORDERS**

*The article presents the results of theoretical and empirical research of psychological features of emotional experiences of parents who raise children with complex developmental disorders in comparison with parents of children without developmental disabilities.*

*Our empirical study involved 152 parents raising children with speech and mental retardation, 136 parents of children with musculoskeletal disorders and oligophrenia, who together make up the main group of subjects and 184 parents who have children with disabilities – this control group.*

*The study of parents' emotional experiences was carried out using the methods: "Assessment of mental activation, interest, emotional tone, tension and comfort" (N.A. Kurganskaya, T.A. Nemchin) and "Semantic Differential" (Ch. Osgood). The Mann-Whitney test was used to identify statistical differences in the quantitative values of the studied scales and concepts, and correlation analysis was used to establish the relationship between the indicators.*

*Parents of children who do not have developmental disabilities are more likely to assess their condition as more energetic and well-being, in contrast to parents of children with complex developmental disorders, who talk more about fatigue, malaise and increased stress.*

*Stress coefficients in the main and control groups differ significantly quantitatively in only two groups of experiences ("attitude to the disease" and "attitude to treatment"), we can find that the experiences of parents of children with complex developmental disorders differ from the experiences of parents in the control group.*

*The study concludes that there are long-term negative experiences, including a state of chronic mental tension, emotions of fear and anxiety, and the presence of parents of children with complex developmental disorders in chronic stress. Emotional fixation on the violation of the child's development, the inability to switch to other thoughts, emotions increase mental tension.*

**Key words:** *tension, emotional tone, anxiety, children with complex developmental disorders, fear.*

## ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/18>

**Бойчук С.С.**

Харківський національний університет внутрішніх справ

### ЖИТТЄЗДАТНІСТЬ У СТРУКТУРІ ОСОБИСТОСТІ ПРАЦІВНИКІВ СПЕЦІАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ ПОЛІЦІЇ

*У статті представлено результати емпіричного дослідження прояву життєздатності в поліцейських спеціальних підрозділів поліції. Висвітлено теоретичні погляди вітчизняних та зарубіжних учених на феномен життєздатності в структурі особистості та підкреслено необхідність розвитку даної якості у фахівця ризиконебезпечних професій. Дефініція поняття життєздатності демонструє значну варіативність змісту, що відбиває різноманітність напрямів вивчення цього психологічного феномену. Вітчизняні науковці визначають життєздатність як потенціал людини, як ресурс у подоланні труднощів, як інтегральну властивість особистості відновлюватися після перенесених критичних ситуацій. Зарубіжні дослідники характеризують життєздатність як багатовимірне явище та здатність людини швидко відновлюватися після перенесених стресових подій.*

*Метою дослідження було визначити особливості психологічної життєздатності в різних кластерних групах поліцейських-спеціалістів. Було використано тест «Життєздатність людини» О. Рильської. Вибірка дослідження становила 75 поліцейських Корпусу оперативно-раптової дії (КОРД), які були протестовані за допомогою вищезазначеної методики та із застосуванням кластерного аналізу за методом  $k$  – середніх розподілені на три групи. У першу групу з низьким рівнем психологічної життєздатності увійшло 16 осіб, у другу, із середнім рівнем – 36 респондентів, третю групу (з високим рівнем) представили 13 досліджуваних. Для математико-статистичної обробки даних було використано  $t$  – критерій Стьюдента для незалежних вибірок.*

*Результати проведеного дослідження показали, що для групи поліцейських з низьким рівнем життєздатності характерні високі адаптивні здібності, однак занижені показники здатності до саморозвитку та саморегуляції по відношенню до двох інших груп. Поліцейські зі середнім рівнем життєздатності можуть швидко пристосуватися до стресових ситуацій та схильні робити відповідні висновки з них. Для третьої групи поліцейських, які мають високий рівень життєздатності, характерні високі показники за всіма параметрами даного феномену, що говорить про неабияку перевагу даної групи в здійсненні професійної діяльності в умовах великого стресу і ризику. Досліджуваним з високим рівнем життєздатності властиве прагнення сприймати виклики професії як можливості кар'єрного успіху та подальшого професійного зростання, тобто вони сприймають труднощі як можливості проявити свої вміння, знання та навички.*

**Ключові слова:** життєздатність, КОРД, поліцейські-спеціалісти, професійна діяльність, ресурс, спеціальні підрозділи поліції, стресові події.

**Постановка проблеми.** Надмірні емоційні та фізичні навантаження на робочому місці мають серйозні наслідки для якості роботи працівника та його загального психологічного функціонування. Сучасні психологічні дослідження доводять, що існує взаємозв'язок між життєздатністю особистості та результатами її професійної діяльності, що знаходить своє віддзеркалення у здатності протистояти надмірному психологічному

стресу, характерному для фахівців, виконання службових обов'язків яких відбувається в екстремальних умовах. Беззаперечним є той факт, що перед науковцями постає необхідність ґрунтовного вивчення особливостей індивідуальної стійкості людини в умовах небезпечної професії, адже отримані дані дозволять сприяти здоровій психологічній адаптації працівників, що працюють в умовах високого стресу. Цілком зрозуміло,

що існує потреба в таких дослідженнях, особливо для таких професійних груп, як поліцейські Корпусу оперативно-раптової дії, де рівень втоми та вигорання занадто високий. Якщо поліцейський не здатен буде протидіяти їм, то високий рівень стресу під час виконання службової діяльності заважатиме її ефективному виконанню та може призвести до значних негативних наслідків для особистості правоохоронця. Поліцейські-спецпризначенці працюють в умовах, котрі відрізняються високою стресогенністю, що може призводити до виникнення таких станів, як тривога, депресія, вторинний травматичний стрес та професійне вигорання. Водночас для певної частки працівників поліції вплив професійного стресу є менш деструктивним, а його наслідки не набувають загостреної негативної форми. Науковці кваліфікують таких осіб як «психологічно стійких» або «життєздатних». Відповідно до цього емпіричне вивчення психологічної життєздатності працівників спеціальних підрозділів поліції виступає актуальним дослідницьким завданням.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Найперші наукові пошуки особливостей феномену життєздатності людини проводилися в контексті вивчення дитячої патопсихології, однак згодом інтерес до даної проблеми набув більш широкого масштабу. Сучасні дослідники М. Кузнецов та Л. Зотова впевнені, що в царині психології життєздатність разом із такими психологічними категоріями, як життєстійкість, адаптивність, психологічна стійкість, життєтворчість, особистісний потенціал, відноситься до таких внутрішніх потенціалів людини, які допомагають їй протистояти важким життєвим умовам, зберігаючи свою людську сутність, цілісність та ідентичність [4].

В. Предко вважає, що розвиток життєстійкості людини в період дорослішання та опанування професії здатний поліпшити життєздатність, суспільний лад та добробут усього суспільства. Тому найважливіше завдання – сформувати зрілу особистість, котра може долати труднощі та досягати намічених цілей [6, с. 158].

В. Древаль вважає, що в психологічній літературі присутній певний дисонанс у визначенні феноменів «життєздатність» та «життєстійкість». Авторка говорить, що розбіжності пов'язані з тим, що деякі науковці стверджують, що життєздатність – багато ширше поняття і тому має більше значення, звідси варто розглядати життєстійкість у структурі життєздатності людини. Дослідниця визначає життєздатність як ресурс

людини, котрий напряму впливає на успішність її адаптації до негативних явищ та є інтегративною властивістю, яка необхідна заради самоконтролю людини в критичних ситуаціях [2, с. 40].

М. Гарсія-Дія зі співавторами визначають життєздатність як схильність людини відновлюватися, змінюватися, пристосовуватися чи навіть процвітати після нещастя, змін або негараздів [10]. К. Во та Е. Костер інтерпретують даний феномен як складне, динамічне та багатовимірне явище [13].

Щодо професійної діяльності Р. Березовська виділяє три рівні життєздатності: *організаційний* (адаптивні здібності до негативних явищ; вміння відновлювати власні ресурси; здатність виконувати професійні обов'язки на високому рівні всупереч труднощам); *міжособистісний/ груповий* (особливості комунікації; лідерські якості; специфіка міжособистісної взаємодії); *індивідуальний* (знання, уміння, та навички для виконання професійних завдань; життєвий та професійний досвід протистояти критичним ситуаціям; потенційні ресурси долати виклики професії; пошук індивідуальної стратегії адаптації в професії) [1, с. 545]. Як відзначають Е. Симанюк та А. Печеркіна, життєздатність людини – це потенціал, який визначає успішність становлення професіонала. Науковиці зазначають, що істотним показником у професійному розвитку є наявність у фахівця високої життєздатності, котра дозволяє йому мобілізувати власні сили та ресурси, а також орієнтує в подальших професійних напрямках та перспективах усупереч труднощам на роботі [8, с. 536].

Т. Какіашвілі зі співавторами вважають, що для людини особливу небезпеку становить стрес на роботі та нездатність фахівця керувати ним. Вчені підкреслюють, що професійний стрес – це універсальне явище, яке має негативні наслідки для фізичного та психічного здоров'я [11]. Р. Бріджер зі співавторами погоджуються, що через стрес на роботі порушується не лише нормальне функціонування організму людини, а й погіршуються організаційні результати через зниження трудових показників і високу плинність кадрів [9].

На думку О. Рильської, життєздатність є інтегральною здатністю особистості зберігати свою цілісність під час вирішення складних питань, з якими їй довелося стикнутися в житті та професійній діяльності, що свідчить про постійний зв'язок соціального буття та людського призначення, котрі для людини відіграють домінуючу роль та можуть свідчити про задоволеність життям загалом. Авторка пропонує розглядати життєдіяльність через її три критерії: особистісний

(етхолостичний), комунікативний (діалогічний) та рівневий (тепоральний). Дослідниця наголошує, що професійну життєдіяльність варто визначати як ресурс особистості в подоланні труднощів, як потенційні можливості з ними справлятися, як гармонійне балансування між «підйомами» та «падіннями» в професії, що забезпечуються завдяки п'яти факторам: любові до життя, саморозвитку, адаптації, саморегуляції та комунікабельності [7].

На думку С. Забегаліної, в умовах сьогодення життєздатність суб'єкта діяльності детермінована специфікою діяльності та її прогнозованими особливостями в майбутньому. Особистість суб'єкта діяльності змінюється внаслідок зміни змісту, складності, умов здійснення діяльності, які відбуваються незалежно від конкретного індивіда, визначаючись багатьма об'єктивними факторами. Життєздатність у професії характеризується особливостями життєздатності людини як особистості і як суб'єкта діяльності, тобто відбувається об'єднання особистісного і діяльнісного аспектів, які зумовлюють життєздатність у цілому [3, с. 360].

К. Маннапова зазначає, що «життєздатність – це індивідуальна здатність людини керувати власними ресурсами в контексті соціальних норм і умов середовища, яка не є невід'ємною і стабільною якістю». Авторка вважає, що у всебічно розвинутої особистості центральним ядром слід вважати життєздатність, яка здатна забезпечити повноцінне життя для людини, спонукає до самоактуалізації та саморозвитку [5, с. 158].

Надмірні навантаження на людей, які працюють в умовах високого ризику, можуть збільшити ймовірність розвитку у них вигорання, котре виражається через емоційне виснаження, знеособлення та відчуття низьких особистих успіхів. Нездатність опиратися й долати виклики професії, на думку Б. Стемма, провокує виникнення симптомів когнітивних порушень, наприклад, втрату пам'яті, труднощі з концентрацією уваги та вирішенням складних завдань [12].

Розуміння факторів, що негативно впливають на особистість поліцейського-спецпризначенця, є

важливим у подальшому розробленні практичних рекомендацій, які можуть позитивно впливати на подолання травмуючих та критичних ситуацій і, таким чином, зменшувати пов'язані з цим негативні наслідки.

**Мета дослідження** – визначити особливості психологічної життєздатності в різних кластерних групах поліцейських-спецпризначенців.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для досягнення поставленої мети нами було проведено емпіричне дослідження показників психологічної життєздатності в різних кластерних групах поліцейських-спецпризначенців.

Вибірка дослідження становила 75 поліцейських Корпусу оперативно-раптової дії (КОРД), які із застосуванням кластерного аналізу за методом k-середніх були розподілені на три групи. У першу групу з низьким рівнем психологічної життєздатності увійшло 16 осіб, у другу, із середнім рівнем – 36 осіб, третю групу (з високим рівнем) представили 13 досліджуваних. Для математико-статистичної обробки даних було використано t – критерій Стьюдента для незалежних груп. У дослідженні було використано тест «Життєздатність людини», розроблений О. Рильською. Даний психодіагностичний інструментарій призначений для оцінки показників життєздатності людини зрілого віку як інтегральної здібності до збереження власної системної цілісності, яка дозволяє успішно вирішити основні життєві завдання. Тест налічує 106 питань, котрі згруповані в чотири шкали: «Адаптація», «Саморегуляція», «Саморозвиток» і «Осмисленість життя» [7].

Отримані результати психологічної життєздатності в різних кластерних групах поліцейських-спецпризначенців надано в таблиці 1.

За шкалою «Адаптація» показник у першій групі становив  $60.88 \pm 4.79$ , у другій –  $54.22 \pm 1.98$ , у третій групі показник за цією шкалою дорівнював  $43.33 \pm 4.05$ . Математико-статистичний аналіз виявив вірогідно більш високий показник у першій та другій групі порівняно з третьою ( $t = 2.80$ ,  $p \leq 0,05$  та  $t = 2.42$ ,  $p \leq 0,05$  відповідно). Показники першої та другої групи за шкалою «Адап-

Таблиця 1

**Показники психологічної життєздатності в різних кластерних групах поліцейських-спецпризначенців ( M±m)**

Шкали	1 група	2 група	3 група	t 1-2	t2-3	t 1-3
Адаптація	60.88±4.79	54.22±1.98	43.33±4.05	<b>1.29</b>	<b>2.42*</b>	<b>2.80*</b>
Саморегуляція	36.75±1.33	39.77±1.01	41.16±2.32	<b>1.82</b>	<b>0.55</b>	<b>1.65</b>
Саморозвиток	33.63±1.76	40.05±0.73	38.16±1.69	<b>3.37*</b>	<b>1.03</b>	<b>1.85</b>
Осмисленість життя	33.63±1.76	36.33±1.2	38.17±4.17	<b>1.27</b>	<b>0.42</b>	<b>1.00</b>

Примітка: \* - рівень значущості  $\leq 0,05$

тація» під час порівняння не виявили вірогідних відмінностей.

Отже, представники першої та другої групи на відміну від третьої відрізняються вірогідно вищою нервово-психічною стійкістю, більшою толерантністю до стресу, більшою адекватністю сприйняття умов діяльності та своїх можливостей, більш вираженим відчуттям власної значущості для оточуючих і більш значним досвідом соціального спілкування.

За шкалою «Саморегуляція» показник у першій групі становив  $36.75 \pm 1.33$ , у другій –  $39.77 \pm 1.01$ , у третій групі показник за цією шкалою дорівнював  $41.16 \pm 2.32$ . Вірогідні відмінності між групами за цією шкалою встановлені не були.

Таким чином, представники всіх трьох груп не відрізняються за ступенем вираженості здатності до планування, моделювання, контролю, оцінки та корекції, котрі представлені у свою чергу компонентами інтелектуальних, творчих, атенційних, мнемічних та інших здатностей, які можуть бути співвіднесені з природними або духовними здібностями.

За шкалою «Саморозвиток» показник у першій групі становив  $33.63 \pm 1.76$ , у другій –  $40.05 \pm 0.73$ , у третій групі показник за цією шкалою дорівнював  $38.16 \pm 1.69$ . Було встановлено вірогідно більш високий показник у другій групі порівняно з першою ( $t = 3.37$ ,  $p \leq 0,05$ ). Показники першої і третьої, а також другої та третьої групи за шкалою «Саморозвиток», під час порівняння не виявили вірогідних відмінностей.

Таким чином, досліджувані другої групи порівняно з першою характеризуються більш вираженою здатністю до саморозвитку в цілому та готовністю до розвитку тих здібностей, які дозволяють вирішувати життєві завдання в постійно змінюваних умовах.

За шкалою «Осмишеність життя» показник у першій групі становив  $33.63 \pm 1.76$ , у другій –  $36.33 \pm 1.2$ , у третій групі показник за цією шкалою дорівнював  $38.17 \pm 4.17$ .

Тобто представники всіх трьох груп не відрізняються за ступенем сформованості цілей, задоволення, яке вони отримують під час їх досягнення, та впевненості у власній здатності ставити перед собою цілі, вибирати завдання й досягати результатів; співвідносити цілі з майбутнім, емоційну насиченість – із сьогоденням, задоволеність – із досягнутим результатом, тобто з минулим.

Таким чином, отримані результати свідчать про таке:

– за шкалою «Адаптація» більш високий показник визначено в першій та другій групі порівняно з третьою, тоді як показники першої та другої групи за цією шкалою в порівнянні не виявили вірогідних відмінностей;

– за шкалою «Саморозвиток» вірогідно більш високий показник встановлено в другій групі порівняно з першою. Разом із цим показники першої та третьої, а також другої та третьої групи, за цією шкалою в порівнянні не виявили вірогідних відмінностей;

– за шкалами «Саморегуляція» та «Осмишеність життя» вірогідні відмінності між групами встановлені не були.

Висновки. Таким чином, емпірично було встановлено, що для першої групи поліцейських-спецпризначенців, які мають низький рівень життєздатності, характерна здатність ефективно адаптуватися до мінливих умов та вміння швидко підлаштуватися до ситуацій, котрі характеризуються непередбачуваністю та небезпечністю. Однак у даній групі за іншими показниками життєздатності встановлені найнижчі бали по відношенню до двох інших досліджуваних груп поліцейських, що дозволяє констатувати про значні недоліки в здатності до швидкого відновлення ресурсу в подоланні нових професійних викликів та зменшення бажання ставити собі нові цілі після перенесених критичних ситуацій. Другій групі спецпризначенців, які мають середній рівень життєздатності, також притаманне вміння адаптуватися до стресових подій та схильність будувати перспективи свого подальшого кар'єрного зростання. Тобто друга група поліцейських активно будує плани на майбутнє стосовно подальшого свого професійного майбутнього після перенесених стресових подій. У третій групі поліцейських-спецпризначенців, які мають високий рівень життєздатності, отримано майже однакові високі результати за всіма показниками життєздатності, що дозволяє нам говорити про гармонійний розвиток особистості поліцейського за всіма досліджуваними параметрами й доводить необхідність розвитку даної якості серед поліцейських, які працюють в умовах підвищеного ризику та стресу.

Перспективами подальших досліджень ми вважаємо охоплення інших аспектів життєздатності, таких як упевненість у собі, наявність навичок вирішення професійних проблем та прийняття рішень у невизначених ситуаціях поліцейськими, які працюють в умовах підвищеного ризику.

Список літератури:

1. Березовская Р.А. Жизнеспособность и профессиональное благополучие личности. *Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты* / отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. Москва, 2016. С. 538–555.
2. Древалъ В. Життєстійкість як внутрішній ресурс особистості. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи*. 2021. Вип. 2. С. 38–42.
3. Забегалина С.В. Прогностические и адаптационные способности как детерминанты жизнеспособности человека: глава в книге. *Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты* / отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. Москва, 2016. С. 356–373.
4. Кузнецов М.А., Зотова Л.М. Психологические механизмы и детерминанты поддержания здоровья человека. *Вісник ХНПУ ім. Григорія Сковороди. Серія: Психологія*. 2016. № 53. С. 165–188.
5. Маннапова К.Р. Життєздатність як індивідуальна здатність керувати власними ресурсами в контексті умов середовища. *Вісник ХНПУ ім. Григорія Сковороди. Серія: Психологія*. 2011. № 40. С. 146–158.
6. Предко В.В. Розвиток життєстійкості особистості як основна психологічна умова ефективного освітнього процесу. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Т. 32 (71). № 2. С. 157–162. DOI: 10.32838/2709-3093/2021.2/28
7. Рыльская Е.А. Психология жизнеспособности человека : дисс. ... доктора психол. наук : 19.00.01. Ярославль, 2014. 446 с.
8. Сыманюк Э.Э., Печеркина А.А. Жизнеспособность как предиктор конструктивного профессионального развития. *Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты* / отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. Москва, 2016. С. 525–537.
9. Bridger R.S., Day A.J., Morton K. Occupational stress and employee turnover. *Ergonomics*. 2013. № 56. P. 1629–1639. DOI: 10.1080/00140139.2013.836251
10. Concept analysis: resilience. *Archives of Psychiatric Nursing* / M.J. Garcia-Dia et al. 2013. № 27. P. 264–270. DOI: 10.1016/j.apnu.2013.07.003
11. Kakiasvili T., Leszek J., Rutkowski K. The medical perspective on burnout. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*. 2013. № 26. P. 401–412. DOI: 10.2478/s13382-013-0093-3
12. Stamm B. *The Concise ProQOL Manual*, 2nd Edn. Pocatello, ID: ProQoL.org. 2010. 74 p.
13. Waugh C.E., Koster E.H.W. A resilience framework for promoting stable remission from depression. *Clinical Psychology Review*. 2015. № 41. P. 49–60. DOI: 10.1016/j.cpr.2014.05.004

**Boychuk S.S. RESILIENCE IN THE PERSONALITY'S STRUCTURE OF OFFICERS OF SPECIAL POLICE UNITS**

*The article presents the results of an empirical study of the manifestation of resilience in officers of special police units. The theoretical views of domestic and foreign scientists on the phenomenon of resilience in the structure of personality are highlighted and the need to develop this quality in a specialist of risky professions is emphasized. The definition of the concept of resilience demonstrates a significant variability of content, which reflects the diversity of areas of study of this psychological phenomenon. Domestic scientists define resilience as a human potential, as a resource in coping difficulties, as an integral attribute of the personality to recover from critical situations. Foreign researchers characterize resilience as a multidimensional phenomenon and a person's ability to recover quickly after stressful events.*

*The study aimed to determine the features of psychological resilience in different cluster groups of special force police officers. Test "Human resilience" by O. Ryłska was used. The sample of the study consisted of 75 police officers of special police units KORR (Corps of Rapid Reaction), who were tested using the above methods, and using cluster analysis by the method of k - means divided into three groups.*

*The first group with a low level of psychological resilience included 16 persons, the second, with a medium level - 36 respondents, the third group (with a high level) consisted of 13 subjects. Student's t-test for independent samples was used for mathematical and statistical data processing.*

*The results of the study showed that the group of police officers with a low level of resilience is characterized by high adaptive abilities, but low indicators of the ability to self-development and self-regulation, compared to the other two groups. Medium-level police officers can adapt quickly to stressful situations and tend to draw appropriate conclusions from them. The third group of police officers with a high level of resilience, have high performance in all parameters of this phenomenon, which indicates a significant advantage of this group in carrying out professional activities in conditions of great stress and risk. High-resilience subjects tend to see the challenges of the profession as opportunities for career success and further professional growth, that is, they perceive difficulties as opportunities to demonstrate their skills, knowledge and abilities.*

**Key words:** resilience, KORR, special force police officers, professional activity, resource, special police units, stressful events.



## ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 615.851

DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/19>

Гулько Ю.А.

Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

### ОСНОВНІ НАПРЯМИ Й ЦІЛІ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ З БАТЬКАМИ, ЩО МАЮТЬ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ

Загальний аналіз напрямів психотерапевтичної роботи з батьками, що мають дітей з розладами аутистичного спектру, показав, що, незважаючи на різні методологічні та методичні засади напрямів психотерапії, всі вони вимагають активізації та залучення творчих розумових процесів клієнтів. Саме розуміння виступає тим інтелектуально-творчим процесом, який допомагає батькам дітей з аутизмом конструктивно осмислювати своє минуле, теперішнє і вибудовувати ефективні життєтворчі стратегії на майбутнє. Розуміння емоцій, поведінки, відношень трансформується і розвивається від шаблонних форм до творчих конструктивних переосмислень. Аналіз опитування фахівців, що працюють у напрямі гештальт-терапії та в когнітивно-поведінковому напрямі, дав змогу говорити про те, що творче позитивне переосмислення ґрунтується на активізації в клієнтів процесів розуміння. Розуміння, що породжується в процесі психотерапії, є інтелектуальними й особистісними утвореннями. Воно може протікати сумбурно і непередбачувано, а іноді плановано, шляхом етапних, розтягнутих у часі роздумів. Терапевт навчає батьків, що мають дітей з аутизмом, відслідковувати власні розумові операції, усвідомлювати власний мисленнєвий процес, контролювати його. Всі опитані нами психотерапевти відзначали, що в процесі психотерапевтичної роботи підвищувався розумовий розвиток клієнтів, і якщо на початку терапії деяким батькам було важко зрозуміти речі, події з позицій іншої людини, то в процесі терапії розвивалась їх здатність до розумової децентрації. Сам процес розуміння в процесі терапії підлягає якісним трансформаціям. Він розвивається від розуміння – сприйняття і розуміння, що протікає на основі мнемічних процесів впізнання або розуміння, – до пригадування. Згодом розвивається розумово-творчий компонент, що дозволяє батькам дітей з аутизмом переосмислювати минуле і проєктувати майбутнє. Найчастіше розуміння в клієнтів протікає як пошук аналогів різного ступеня віддаленості, образності, метафоричності. Згодом у процесі психотерапевтичної роботи розуміння досягає високих творчих конструкторологічних форм.

**Ключові слова:** аутизм, психотерапія батьків, трансформація розуміння, розуміння – аналогізування, творче розуміння.

**Постановка проблеми.** Розлади аутистичного спектру (або дитячий аутизм) прийнято позначати аббревіатурою РАС, і під ними фахівці розуміють широкую групу розладів загального розвитку дитини. У самому загальному вигляді дитячий аутизм характеризується якісними суттєвими порушеннями соціальної взаємодії, порушеннями комунікації, однотипністю інтересів, моторними, мовленнєвими та поведінковими стереотипіями. Вже на першому році життя в дітей з РАС можна діагностувати порушення розвитку пізнавально-комунікативної та соціально-емоційної сфер. Зараз розроблено і впроваджено міждисциплі-

нарну науково-практичну галузь – аутологію, що присвячена розв'язку питань діагностики, розвитку, навчання та соціалізації дітей з аутизмом, а також методам профілактики у них вторинних, третинних тощо розладів [6]. Водночас уся діагностична, корекційна, розвивальна робота психологів та корекційних педагогів спрямована на тісну взаємодію із сім'єю. Батьків учать взаємодіяти з дітьми, зрозуміти та навчати їх за допомогою спеціальних освітніх програм і терапій, на кшталт методу прикладного аналізу – АВА терапії, ТЕАССН терапії, карток PECS тощо. Це в цілому поліпшує якість навчання, виховання і розвитку

дитини з аутизмом. Однак при цьому дуже мало уваги приділяється психологічним станам саме батьків, що мають дітей з РАС, хоча ці батьки знаходяться у специфічній групі ризику щодо появи в них соціальної дезадаптації, невротизації, різкого падіння самооцінки, депресивних розладів тощо [2; 3; 11]. Фахівці відзначають недостатність або фрагментарність робіт, присвячених психотерапевтичній допомозі батькам, що мають дітей з розладами аутистичного спектру [5; 11]. Виокремленню основних цілей та напрямів психотерапевтичної роботи з батьками, що виховують дітей з аутизмом, і присвячено дану статтю.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Встановлення дитині діагнозу «аутизм» є психотравмуючим фактором для батьків, низкою досліджень це показано як стрес, в якому перебувають батьки з моменту постановки діагнозу, що набуває хронічного характеру і виробленню в них неадаптивних психологічних захистів [8; 11]. Зокрема, спеціалісти вказують на специфіку вигорання батьків, особливо к тому періоду, коли діти дорослішають, досягають підліткового віку, і в них з'являються нові проблеми, пов'язані зі стрімкою гормональною перебудовою [2; 6; 8; 9; 11]. Французький дослідник Л. Дормуа, вказуючи на необхідність психотерапевтичної роботи з батьками, що мають дітей з аутизмом, наголошує на тому, що, окрім почуття нерозуміння, провини, невдачі, батьки страждають від того, що відчують себе невизнаними батьками – батьками, які не можуть адекватно стану своїх дітей виховувати і навчати їх [13]. Також негативний вплив дитини з РАС стає суттєвим випробуванням подружньої пари, він деформує і навіть спотворює сімейні відносини. У дослідженнях В.В. Ткачової показано, як дитина-аутист стає «емоційним чоловіком (або жінкою)» для одного з батьків, який здебільшого займається її розвитком, водночас реальний чоловік або дружина ігнорується разом зі своїми потребами та інтересами. Загальне нервово-психічне напруження батьків, що стають перед проблемою виховання дитини з РАС, негативно позначається на всьому психологічному комфорті в сім'ї, часто шлюб розпадається, і зазвичай жінка залишається одна з дитиною-інвалідом. Загалом, фахівці відзначають відсутність або фрагментарність суттєвих досліджень, присвячених внутрішнім сімейним відносинам пар, що виховують дитину-аутиста, а також відсутність праць, що висвітлюють їхні головні психологічні проблеми, переживання, страхи, порушення регуляції емоційних негативних процесів, специфіку психо-

логічних захистів і психотерапевтичні напрями роботи з ними [5; 8; 9; 11].

Спостереження показують, що батьки прагнуть вибирати своє коло підтримки, спілкуючись із тими людьми, які їх не критикують, наповнюють позитивом, взаємини з якими є специфічним відпочинком для них. Така побутова підтримка, безумовно, чинить стихійний терапевтичний вплив, однак вона не допомагає системно, професійно і стратегічно правильно розставляти пріоритети, запобігати вигоранню, зберігати баланс інтересів своїх дітей і власних інтересів, відстежувати і розуміти свої шкідливі, а часом й руйнівні реакції та думки, загалом підвищувати якість свого життя. Без професійної терапевтичної допомоги багатьом батькам неможливо реалізувати ефективні стратегії своєї життєтворчості, відчуючи себе людиною, яка не лише виховує дитину з особливими потребами, а й активно творить свій власний життєвий шлях. Загалом, у сучасній науковій літературі не виділені найбільш ефективні напрями психотерапевтичної допомоги батькам, діти яких мають розлади аутистичного спектру.

**Постановка завдання.** Мета статті полягає в аналізі сучасних доказових методів психотерапевтичної допомоги, виділенні основних цілей допомоги та виокремленні основних психологічних процесів, які підлягають активації та розвитку в процесі терапії.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Так склалось, що з усіх видів психологічної допомоги найбільш відомий пересічним батькам психоаналіз. Навряд чи знайдеться людина молодша 50-ти років, яка не знає ім'я З. Фрейда. Психоаналітична модель терапевтичної допомоги головною своєю метою становить допомогу батькам усвідомити свої внутрішні конфлікти, бажання, потяги та досягти їх адекватного аналізу та розуміння. Згідно з Б.Д. Карвасарським, основна мета психоаналітичної психотерапії – поглиблювати розуміння свого внутрішнього життя [4]. Основна робота психоаналітика спрямована на мотиви фіксації та захисні механізми і на основі цього – на більш глибоке розуміння та ухвалення реалістичної адекватної інтерпретації значущих подій у житті, зокрема й народження дитини з аутизмом. Важливим компонентом терапії є посилення тенденцій власного «єго» для того, щоб відчути і розкрити свій життєвий потенціал. Під час процедури конфронтації терапевт працює зі страхами, злістю, образами батьків та допомагає знаходити шляхи їх уникнення. Як правило, робота з батьками спрямовується на відособлення у свідомості

батьків сорому за свою дитину, на страхи щодо погіршення розумового та поведінкового розвитку дитини з аутизмом, страхи за його та своє майбутнє з особливою дитиною, образи на лікарів, педагогів, родичів тощо. Далі пропарювання передбачає роботу зі значущими деталями в житті мами або тата. І найбільш важливим етапом психоаналітичної терапії є процедура інтерпретації, коли батьки свої неусвідомлені негативні емоції та переживання перетворюють в усвідомлені з тим, щоб нівелювати їх [10]. Для батьків дітей з РАС найбільш вдалим варіантом терапевтичної допомоги буде експресивна або підтримуюча психотерапія. Від терапевта при цьому вимагається розуміння клієнта та своєї професійної взаємодії з ним, а від клієнта – розуміння та переосмислення самої події появи дитини з особливостями розвитку, розуміння своїх переживань, вчинків та переосмислення їх. Однак психоаналітичний напрям психотерапії передбачає часті зустрічі з терапевтом, розтягнуті на кілька років, і тому не часто батьки дітей з особливостями розвитку погоджуються саме на таку терапію. Окрім того, сам вид психоаналітичної психотерапії вимагає від батьків певного рівня інтелектуального, мовленнєвого, духовного розвитку.

Ефективним психотерапевтичним напрямом роботи з батьками є терапія Г. Саллівена. У моделі такого психотерапевтичного впливу головна увага приділяється тим проблемам, що пов'язані саме зі спілкуванням та поведінкою [4]. Терапевт навчає батьків дітей з РАС ефективним стратегіям спілкування та поведінки з іншими людьми в ситуаціях, які є найбільш травмуючими (з родичами, друзями, і зазвичай у випадках, що описуються, ці незручні ситуації пов'язані з поведінковими розладами дитини-аутиста в місцях загального перебування людей, як-то транспорт, поліклініка, дитячі площадки тощо). У моделі такої психотерапії робота спрямована на вироблення у батька чи матері саме узгоджуючої мотивації їхнього міжособистісного спілкування. Також батьки навчаються самосприйняттю своєї поведінки та особливостям спілкування. Усвідомлення та узгодження мотивів ефективно долає страхи батьків виглядати неуспішними, приниженими, головні страхи щодо їхнього майбутнього та дитини і допомагає підвищувати почуття безпеки, яке Г. Саллівен вважав важливішим, ніж почуття задоволення, введене З. Фрейдом. Вибудовування міжособистісних ефективних відносин, як правило, призводить до особистісного переосмислення ситуацій та гармонізації життя.

Модель допомоги батькам, розроблена в гештальт-терапії Ф. Перзлом, передбачає розуміння та осмислене усвідомлення балансу між внутрішнім станом і навколишнім середовищем. Акцент терапевтичної роботи ставиться не на минулі переживання, а на те, що людина відчуває зараз. Гештальт-терапія допомагає батькам відтужити, відсумувати діагноз своєї дитини, розібратися у своїх відчуттях по відношенню до дитини, власних батьків, родичів тощо. У процесі терапії психолог навчає клієнта технікам, які він може використовувати надалі сам. Розуміння власних відчуттів, емоцій, вчинків і відповідальність за них є основною метою гештальт-терапії [4].

Найбільш ефективно під час роботи з батьками «особливих» дітей зарекомендувала себе науково доказова когнітивно-поведінкова психотерапія, розроблена А. Бекком. Цей напрям також спрямований на суттєвий актуальний запит клієнта. Робота ведеться з емоційною сферою людини. І згідно з концепцією когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), всі емоції, переживання, почуття зумовлюються не ситуацією, яка склалась, а тим, як людина сприймає цю ситуацію. Тому терапевт виявляє й ідентифікує дисфункціональні та іраціональні думки та стереотипи і вчить батьків замінювати їх конструктивними, продуктивними, діючи на свої нефункціональні думки з позицій розуміння та переосмислення їх, у цілому вчить розумній трансформації думок і почуттів. Можна сказати, що терапевт навчає батьків гнучкому творчому мисленню. Концептуальна модель когнітивно-поведінкової терапії представлена у формулі АВС, де А (activating event) – подія, що стає стимулом, В (belief) – система настановлень, переконань, що формує розуміння ситуації, С (emotional consequences) – результати у вигляді конструктивних емоцій та ефективної поведінки. Як правило, терапевти використовують два види технік: ті, що спрямовані на усвідомлення і розуміння власних думок, а також ті, що спрямовані на заперечення неконструктивних думок і доказ ефективних, конструктивних думок [1].

О.І. Романчук описує найбільш типові когнітивні спотворення, з якими працює когнітивно-поведінковий психотерапевт: фокус на негативному/ тунельне бачення; перебільшення/ переменшення; знецінення позитивного; катастрофічне, фаталістичне мислення; емоційне мислення; генералізація – схильність робити загальні висновки з окремих фактів; персоналізація провини; чорно-біле мислення/мислення за взірцем «все або нічого»; нереальні, надвисокі стандарти;

ментальний фільтр/вибіркове абстрагування; наклеювання етикеток; читання думок [цит по 9].

Окремо робота спрямовується на активізацію уявлень, у цілому імажинативної сфери клієнта. Це допомагає нивелювати нав'язливі, лякаючі образи, деструктивні уявлення за допомогою різних технік на кшталт «стоп слова», «метод повторення», позитивних уявлень тощо. Як і в гештальт-терапії, психолог навчає клієнта самостійно використовувати техніки і випробовувати їх самостійно в різних ситуаціях.

Сучасною модифікацією когнітивно-поведінкової терапії є схема-терапія, розроблена Джефрі Янгом. Головне поняття схеми-терапії – це ранні дезадаптивні схеми, а сам терапевтичний процес полягає в зміні схем. Схеми представлені у вигляді дезадаптивних форм поведінки і шаблонів, за якими люди оцінюють світ і події в ньому. Всі думки і дії людини закріплюють або ж ослаблюють схеми [12]. Окремим відгалуженням когнітивно-поведінкового напрямку є нарративна терапія. У ній клієнтам пропонуються різноманітні письмові практики, як-то складання історії свого життя, казки про своє життя з тим, щоб зміщувати акценти на конструктивні стратегії.

**Висновки.** Загальний аналіз напрямів психотерапевтичної роботи з батьками, що мають дітей з РАС, показав, що, незважаючи на різні методологічні та методичні засади напрямів психотерапії, всі вони вимагають активізації і залучення творчих розумових процесів клієнтів. Саме розуміння виступає тим інтелектуально-творчим процесом, який допомагає батькам дітей з аутизмом конструктивно осмислювати своє минуле, теперішнє і вибудовувати ефективні життєтворчі стратегії на майбутнє. Розуміння емоцій, поведінки, відношень трансформується і розвивається від шаблонних форм до творчих кон-

структивних переосмислень. Аналіз опитування фахівців, що працюють у напрямі гештальт-терапії та в когнітивно-поведінковому напрямі, дав змогу говорити про те, що творче позитивне переосмислення ґрунтується на активізації в клієнтів процесів розуміння. Розуміння, що породжується в процесі психотерапії, є інтелектуальними і особистісними утвореннями. Воно може протікати сумбурно і непередбачувано, а іноді плановано, шляхом етапних, розтягнутих у часі роздумів. Терапевт навчає батьків, що мають дітей с аутизмом, відслідковувати власні розумові операції, усвідомлювати власний мисленнєвий процес, контролювати його. Усі опитані нами психотерапевти відзначали, що в процесі психотерапевтичної роботи підвищувався розумовий розвиток клієнтів. Якщо на початку терапії деяким батькам було важко зрозуміти речі, події з позицій іншої людини, то в процесі терапії розвивалась їх здатність до розумової децентрації.

Сам процес розуміння в процесі терапії підлягає якісним трансформаціям. Він розвивається від розуміння – сприйняття і розуміння, що протікає на основі мнемічних процесів впізнання або розуміння, – до пригадування. Згодом розвивається розумово-творчий компонент, що дозволяє переосмислювати минуле і проектувати майбутнє. Найчастіше розуміння в клієнтів протікає як пошук аналогів різного ступеня віддаленості, образності, метафоричності. Згодом, у процесі психотерапевтичної роботи розуміння досягає високих творчих конструкторологічних форм.

Перспективи подальших досліджень полягають у пошуках арт-терапевтичних шляхів, доцільних у роботі з батьками дітей-аутистів, щодо знаходження оптимальних шляхів розкриття і реалізації їхнього творчого побутового та професійного потенціалу.

#### Список літератури:

1. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Д. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів : Свічадо, 2014. 420 с.
2. Высотина Т.Н. Особенности родительского отношения к детям с атипичным аутизмом : автореф. дисс. ... на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Санкт-Петербург, 2013. URL: [https://disser.spbu.ru/disser/%7Bzashiti\\_disser\\_id%7D/avtoref-Visotina.pdf](https://disser.spbu.ru/disser/%7Bzashiti_disser_id%7D/avtoref-Visotina.pdf)
3. Концепція розвитку, навчання і соціалізації дітей з аутизмом : навч. посіб. для вищих навчальних закладів / В.В. Тарасун та ін. ; Інститут спеціальної педагогіки АПН України. Київ : Наук. світ, 2004. 100 с.
4. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б.Д. Карвасарского. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 944 с.
5. Романчук О.І. Розлади спектру аутизму в запитаннях та відповідях. Львів : Свічадо, 2016. 168 с.
6. Тарасун В.В. Аутологія: теорія і практика ; Міністерство освіти і науки України, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ : «Вадекс», 2018. 590 с.
7. Титаренко Т.М. Испытание кризисом. Одиссея преодоления, Москва : КОгито-центр, 2010. 303 с.
8. Ткачева В.В. Психокоррекционная работа с матерями, воспитывающими детей с отклонениями в развитии: практикум по формированию адекватных отношений. Москва : Гном-Пресс, 1999. 64 с.

9. Химко М.Б. Психотерапевтична робота з батьками дітей з особливими потребами та робота з проблемною поведінкою. *Психологічний часопис*. 2016. № 2. С. 31–42. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch\\_2016\\_2\\_5](http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2016_2_5)
10. Холман Г., Кантер Д.У., Цай М. Функциональная аналитическая психотерапия Москва : Вильямс, 2021. 368 с.
11. Шабанова Е.В. Психологические защиты и внутрисемейные отношения у родителей, воспитывающих детей с расстройством аутистического спектра : дисс. ... на соиск. уч. степени канд. психол. наук. Санкт-Петербург, 2018. 220 с.
12. Янг Д., Клоско Дж., Вайсхаар М. Схема-терапия. Практическое руководство. Москва : Диалектика, 2020. 464 с.
13. Dormoy L. Le soutien au parents d'enseignants avec TSA. *Le Journal des psychologies*, 353 (1). S. 42–47. URL: <https://ludovicgadeau-psychotherapie.com/le-soutien-aux>

### **Hulko Yu.A. MAIN DIRECTIONS AND OBJECTIVES OF PSYCHOTHERAPEUTIC WORK WITH PARENTS WHO HAVE CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS**

*The most general analysis of psychotherapeutic work directions with parents who have children with autism spectrum disorders showed that despite the different methodological and methodical principles of psychotherapy directions, they all require activation and involvement of clients' creative mental processes. Understanding itself is the intellectual-creative process that helps parents of children with autism to constructively comprehend their past, present and build effective life strategies for the future. Understanding of emotions, behavior, relationships is transformed and developed from standard forms to creative constructive rethinking. The analysis of specialists' survey working in the field of Gestalt therapy and cognitive-behavioural direction allowed us to say that creative positive rethinking is based on the activation of understanding processes in clients. The understanding, generated in the process of psychotherapy is intellectual and personal formations. It can be chaotic and unpredictable, and sometimes planned, by step-by-step, time-stretched reflections. The therapist teaches parents who have children with autism to monitor their own mental operations, to be aware of their own thinking process, to control it. All psychotherapists we interviewed noted that in the process of psychotherapeutic work increased mental development of clients, if at the beginning of therapy some parents found it difficult to understand things, events from the standpoint of another person, then in the process of therapy their ability to decentralize developed. The very process of understanding in the process of therapy is subject to qualitative transformations. It develops from understanding – perception and understanding, which proceeds on the basis of mnemonic processes, as recognition or understanding – recollection. Over time, a mental-creative component develops that allows to rethink the past and project the future. Most often, the understanding of customers proceeds as a search for analogues of varying degrees of remoteness, imagery, metaphor in general. Subsequently, in the process of psychotherapeutic work, understanding reaches high creative constructological forms.*

**Key words:** autism, parental psychotherapy, transformation of understanding, understanding-analogizing, creative understanding.

**Кодлубовська Т.Б.**

Національний університет охорони здоров'я України імені П.Л. Шупика

## ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ МОРАЛЬНИХ, ПСИХОЛОГІЧНИХ І ФІЗІОЛОГІЧНИХ РІВНІВ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СТАНІВ ПРАВООХОРОНЦІВ

*У статті представлені результати дослідження особливостей прояву моральних, психологічних і фізіологічних рівнів функціональних станів правоохоронців. Для цього було виконано діагностику показників моральних, психологічних і фізіологічних рівнів функціональних станів кожного правоохоронця, інтенсивність проявів у них ознак емоційного вигорання: морально-емоційної дезорієнтації, неадекватного вибіркового емоційного реагування, переживання психотравмуючих обставин, незадоволеності собою, тривоги і депресії, редукації професійних обов'язків, емоційного дефіциту, емоційної відстороненості, психосоматичних і вегетативних порушень; емоційних станів: фізичної агресії, провини, образи, роздратованості, негативізму, ворожості; фізіологічних показників: частоти пульсу, артеріального тиску, резервів серцево-судинної та адаптаційної систем.*

*Наведено статистичний і кореляційний аналіз отриманих результатів. Представлено статистично значущі закономірності і кореляційні зв'язки між показниками проявів моральних, психологічних і фізіологічних рівнів функціональних станів правоохоронців. Визначено наявність кореляційних зв'язків між адаптаційним потенціалом і фізичною агресією. Це вказує на те, що у працівників із проявами недоброзичливості, нестриманості, демонстрації власної переваги над іншими та застосування фізичної сили спостерігається зниження адаптаційного потенціалу та виснаження власних енергетичних ресурсів.*

*Виявлено зворотні кореляційні зв'язки між показниками резервів серцево-судинної системи, фізичною агресією та дратівливістю. Це свідчить про те, що у працівників з агресивними проявами і дратівливістю знижуються резерви серцево-судинної системи.*

*Підтверджено ефективність застосування обраних діагностичних методик для профвідбору і щорічного диспансерного обстеження моральних, психологічних, фізіологічних рівнів функціональних станів правоохоронців.*

**Ключові слова:** діагностика морально-емоційних і фізіологічних рівнів функціональних станів правоохоронців, морально-емоційна дезорієнтація, деструктивні психологічні стани, емоційне вигорання, професійна деформація.

**Постановка проблеми.** Ефективність боротьби зі злочинністю визначається наявністю розробленої наукової та практичної системи, яка апробована і впроваджена для профвідбору і підготовки фахівців до дій в екстремальних умовах.

Актуальність цієї проблеми зумовлена суттєвими політичними й економічними змінами в житті української держави.

Науково-технічний прогрес призводить до корінної перебудови наявних форм життєдіяльності. Принципово важливим є не спрощення змісту життя і праці, а її якісні зміни [4].

Закордонні вчені виявили такі зміни у психологічному стані бійців загону спеціального призначення після їх перебування в екстремальних умовах, у зонах локальних озброєних конфліктів: у 75% особового складу спостерігалась підвищена дратівливість, у 45% – порушення сну, у 30% –

конфлікти в родині й на службі, а у 16% виникали зміни в системі міжособистісних стосунків (відчуття недооцінки оточенням своєї особистості). Проведений аналіз показав, що у 25% працівників із досвідом подібної роботи менше року були зафіксовані неадекватні дії, що призводили до значного зниження ефективності діяльності [6].

Моральні почуття утворюють вищий механізм людської саморегуляції і допомагають людині в пошуках правильного життєвого шляху, в формуванні світогляду і переконань в цілому.

Слід зазначити, що на адекватність проявів емоційних реакцій на стресові фактори передусім впливає розвиток морально-психологічних якостей людини-правоохоронця. Наші наукові дослідження показали, що у 31% правоохоронців сформована, а у 43% формується ознака емоційно-моральної дезорієнтації. Ця ознака свідчить про нездатність

контролювати емоції в межах морально-етичних норм. За її наявності збільшується вірогідність байдужості до суб'єкта діяльності й апатії до обов'язків, які треба виконувати. У 42% правоохоронців спостерігається, а у 45% формується ознака «Неадекватне емоційне реагування», тоді як 54,3% знаходяться в стані ворожості [8].

До того ж напруження механізмів адаптації, за показником Р.М. Баєвського, діагностується у 78% правоохоронців [15].

Найстаріший, початковий і основоположний пласт моральної структури особистості – моральні почуття. Моральні почуття активізують свідомість людини, збуджують її пізнання і вольові функції. У моральних почуттях людини відображаються її ставлення до своїх і чужих вчинків. Аристотель у «Великій етиці» акцентував увагу на тому, що «правильно спрямовані почуття, а не розум є початком доброчесності. Якщо почуття спрямовані правильно, то розум, як правило, прямує за ними. Якщо джерелом доброчесності є розум, то почуття найчастіше всього суперечать йому. Оптимальною є ситуація, коли правильно спрямований розум буває згоден з рухом почуттів» [2].

Слід звернути увагу на те, що як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології проблемі дослідження духовних і саме моральних почуттів, тим більше фізіологічним основам почуттів, не приділялося достатньої уваги [26].

Духовні якості особистості багатогранні, включають у себе багато аспектів, зокрема інтелект, ерудицію і моральність, але ми робимо акцент саме на моральних якостях правоохоронців відповідно до моральних канонів, які існують у суспільстві.

Аналіз сучасних досліджень і публікацій. Проблемою психофізіологічної регуляції функціональних станів і їхніх механізмів цікавились багато вітчизняних і зарубіжних науковців та фахівців.

Напрями їхніх наукових робіт у психології представлено таким чином: психофізіологічне забезпечення діяльності (О.М. Кокун, О.Р. Малхазов, М.С. Корольчук); теорія єдності психіки і діяльності (Б.Г. Ананьєв, Л.С. Виготський, О.М. Леонт'єв, Б.Ф. Ломов, С.Д. Максименко); дослідження психологічних станів у працівників правоохоронної системи (О.М. Бандурка, В.С. Медведєв, О.Р. Малхазов, В.О. Лефтеров, О.В. Тімченко).

Функціональні стани – це поняття, що широко застосовується у психології, фізіології та медицині. Функціональний стан – це інтегральний комплекс певних характеристик якостей і властивостей організму людини у процесі її життєдіяльності [17].

На нашу думку, цілком доцільним є визначення В.К. Мартенса про те, що, з позиції комплексного підходу, прояв можливостей різноманітної респонсу психофізіологічних індикаторів (частота серцевих скорочень, дихальних рухів тощо) привело до усвідомлення функціональних станів як комплексу проявів, що супроводжують різні аспекти людської діяльності та поведінки. За цією логікою, функціональні стани розуміють як інтегральний комплекс характеристик тих якостей і властивостей організму людини, які прямо або опосередковано визначають її діяльність [18].

Оптимальне визначення функціональних станів надав В.І. Медведєв: «Функціональний стан – це системна відповідь організму, який забезпечує його адекватність вимогам життєдіяльності» [21].

Згідно з цією логікою, діагностика функціональних станів пов'язана з завданням розпізнавання багатомірного вектору, компонентами якого є різні фізіологічні показники і реакції [22]. Функціональний стан кожної людини при цьому характеризується своїм власним унікальним сполученням показників і реакцій [20].

Діяльність співробітників правоохоронних органів, які виконують оперативно-службові завдання в зонах екстремальних ситуацій, має виражений небезпечний характер не тільки для їхнього здоров'я, але і для життя.

Це емоційний стан, що потребує тотальної мобілізації сил на пошук виходу із ситуації для досягнення необхідного пристосованого ефекту; це стрес [5]. Стресовий стан виникає за необхідності швидкого прийняття рішення, у незвичній ситуації, внаслідок обставин які найчастіше психологічно травматичні, при підвищеній відповідальності [1].

Багато військових фахівців вважають, що боєздатність частин і підрозділів військовослужбовців, у тому числі правоохоронців, слід оцінювати за показниками функціональних станів та за даними їх психофізіологічної діагностики [24].

Стародавній філософ Платон у своїй книзі «Держава» висловив таку важливу думку: «Система не може бути кращою за людей, які її складають». У своїй книзі Платон розкриває чотири властивості ідеальної держави: «Мудрість, мужність, розсудливість і справедливість. Ці властивості держави знаходяться і в душі кожної людини», а також думку про те, що «гроші для людей розумних складають засіб, а для нерозумних – мету» [25].

Історія розвитку і зникнення Римської імперії є наочним прикладом психологічної деформації у свідомості суспільства і його правителів [9].

Ми вважаємо, що вивчення у психології станів духовності та, перш за все, усвідомлення особистістю необхідності дотримування моральних канонів, дозволить суттєво поглибити уяву про можливості і резерви людської психіки, потенціалу та джерел її активності першочергово в судовій та правоохоронній системі. Зараз необхідні глибокі усвідомлені зміни у відродженні моральних цінностей у суспільстві [15].

У правоохоронній системі працюють такі ж самі люди з нашого суспільства, яким потрібно це усвідомити в найкоротший термін. І не стільки будівництвом церковних капличок на території правоохоронних закладів, скільки особистісною трансформацією духовних переконань і аналізом власних дій відносно моральних канонів. Саме це і є духовний зворотний зв'язок з індивідуально-особистісним підходом до своєї душі і життя з нею в мирі та злагоді [13].

**Постановка завдання.** Мета статті – надати інформацію з діагностики, статистичного і кореляційного аналізу показників моральних, психологічних і фізіологічних рівнів функціональних станів правоохоронців.

**Виклад основного матеріалу.** Ця робота була виконана в Учбовому центрі післядипломної освіти Національної академії внутрішніх справ на практичних тренінгах «Комунікація – Стрес – Безпека». Групу, в якій було проведено діагностичне дослідження склали співробітники правоохоронних органів різної спеціалізації, чоловічої статі, у віці від 25 до 40 років зі стажем роботи до 15 років у кількості 270 респондентів.

Дослідження морального, психологічного рівня функціональних станів правоохоронців проводилися за допомогою методики «Діагностика емоційного вигорання В.В. Бойко» [27] та опитувальника А. Баса – А. Даркі [19].

Саме ці методики надали змогу виділити основні значущі тенденції, що можуть призводити до формування патологічного характеру моральних, психологічних станів правоохоронців під впливом професійної діяльності.

За результатами аналізу рівня агресивності та ворожості у досліджуваних установили (табл. 1), що високі показники рівня вербальної агресії виявлено у 82,0% правоохоронців, у 16,0% він знаходиться у межах норми, а у 2,0% низький. Інтенсивність вербальних проявів агресії вказує на те, що вони найчастіше виражають власні негативні емоції. Водночас слід зазначити, що тривалий вплив складних умов професійної діяльності може спричинити формування цілої низки дезадаптивних проявів [15; 16].

Таблиця 1

**Ступінь проявів деструктивних емоційних станів у правоохоронців за методикою діагностики показників форм агресивності (методика А. Баса – А. Даркі) (N=270)**

№ з/п	Показники	Номін. сума балів	Середні значення показників форм агресії	% від загальної кількості досліджуваних
1	Фізична агресія	4–6	5,87	35,0
2	Непряма агресія	4–5	4,91	41,0
3	Дратівливість	4–6	5,60	32,0
4	Негативізм	2–3	5,60	48,0
5	Образливість	4–5	6,70	68,0
6	Підозрілість	4–6	7,65	28,0
7	Вербальна агресія	4–6	7,94	82,0
8	Почуття провини	4–5	7,00	70,0
9	Індекс ворожості	2–10	13,26	54,0
10	Індекс агресивності	17–25	19,78	53,0

За показником «Почуття провини» високі показники констатовано у 70,0% досліджуваних, що засвідчує наявність можливих переконань правоохоронців у тому, що вони є не такими, якими прагнуть бути, та через це відчують докори сумління в певних життєвих чи службових ситуаціях. Це є стримуючим фактором прояву ворожості до інших людей [10]. Також установлено, що у 18,0% досліджуваних осіб цей показник знаходиться в межах норми, а у 11,0% – низький.

За показником «Образливість» у 68,0% досліджуваних спостерігаємо високу інтенсивність прояву. Це вказує, що у правоохоронців образа до оточуючих зумовлена почуттями роздратованості та деякого невдоволення суб'єктами або обставинами, що виникли [11]. У 18,0% досліджуваних осіб цей показник знаходиться в межах норми, а у 14,0% – низький.

За показниками «Індекс агресивності» (53,0%) та «Індекс ворожості» половина досліджуваних (54,0%) демонстрували високий рівень їх прояву, що найчастіше проявляється у критичних обставинах або ситуаціях невизначеності [8].



Констатовано також високі прояви негативізму в 49,0% правоохоронців та непрямой агресії – у 41,0% осіб, що вказує на непряме направлення люті – через заздрість, жарти, плітки, а також різноспрямованість тенденцій у поведінці від пасивних дій до активних у відстоюванні власної позиції [16].

У підсумку можемо констатувати, що у досліджуваних правоохоронців діагностується висока інтенсивність прояву таких показників: вербальної агресії, почуття провини, образливості, негативізму та непрямой агресії, що можуть бути першопричинами або наслідками дистресу, внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів, напруженості механізмів адаптації, зниження резервів серцево-судинної системи [11;13;14].

Діагностику фізіологічного рівня функціональних станів правоохоронців ми виконували за допомогою вимірювань показників: частоти серцевих скорочень, артеріального систолічного і діастолічного тиску, резервів серцево-судинної системи за індексом Руф'є та адаптаційного потенціалу за показником Р.М. Баєвського [19; 2].

Норми частоти серцевих скорочень, показників артеріального систолічного і діастолічного тиску, резервів серцево-судинної системи і алгоритм їх вимірювання виконувався за Комплексною методикою визначення психофізіологічного стану військовослужбовців на етапі професійного відбору для участі у міжнародних миротворчих операціях. ННДЦОТ і ВБ України. Київ, 2005 [19].

За результатами дослідження фізіологічного рівня функціональних станів правоохоронців встановлено, що у них наявна напруженість механізмів адаптації (2,42 б.), рівень резервів серцево-судинної системи нижчий за середній (98,80), серцевих скорочень (76,15), та систолічний (126,89) артеріальний тиск.

Таким чином, відхилення від критерія норми середніх показників фізіологічного рівня функціональних систем у правоохоронців середнього віку 29 років, свідчить про необхідність психофізіологічної регуляції їхніх функціональних станів, а в деяких випадках медичного втручання [10].

Проведений кореляційний аналіз за методом Пірсона показав наявність статистично значущих зв'язків між показниками фізіологічних станів та агресією у правоохоронців.

Установлено прямі кореляційні зв'язки між резервом судинної системи за Руф'є, дратівливістю ( $r=0,17$ ;  $p=0,005$ ) та фізичною агресією ( $r=0,13$ ;  $p=0,003$ ). Тобто, прояви різкості, грубості, запальності та агресивні дії у поведінці призводять до виснаження резервів серцево-судинної системи організму правоохоронців [15; 16].

Констатовано, що адаптаційний потенціал Р.М. Баєвського має кореляційний зв'язок з фізичною агресією ( $r=0,17$ ;  $p = 0,006$ ). Це вказує на те, що при підвищених безпосередніх фізичних проявах агресії, підвищується стан напруженості адаптаційних механізмів, які можуть спричинити зрив адаптації та призвести до хвороби [7; 15; 16].

Відзначено кореляційний зв'язок між систолічним артеріальним тиском та фізичною агресією ( $r=0,16$ ;  $p = 0,007$ ). Цей факт свідчить про те, що при проявах такого виду агресії найчастіше спостерігається підвищення систолічного тиску. Помірний кореляційний зв'язок встановлено між частотою пульсу і вербальною агресією ( $r=0,12$ ;  $p = 0,042$ ). Це показує, що прояви негативних почуттів у виді сварок, підвищення голосу, погроз у правоохоронців спричиняє виснаження серцево-судинної системи, знижує резерв життєдіяльності організму [12; 15; 16].

Таблиця 2

**Результати дослідження показників фізіологічного рівня функціональних станів правоохоронців за діагностичними методиками\* (N=270, середній вік – 29 років)**

Фізіологічні показники	Норма*	Факт. середнє значення показника	Кількість досліджуваних	% від загальн. кількості досліджуваних норми > <
АСТ	120	126,89	140 78	52 > 29 <
АДС	70	79,44	70 73	26 > 27 <
ЧСС	70	76,15	148 70	55 > 26 <
ЧД	12–16	18,87	140 32	52 > 12 <
Індекс Руф'є	85–94	98,80	127 73	47 > 27 <
АП Баєвського	< 2,1	2,42	186	69 >

Встановлено кореляційний зв'язок між діастолічним артеріальним тиском та негативізмом ( $r=0,12$ ;  $p=0,040$ ). Тобто, опозиційна форма поведінки проти авторитетної особи від пасивного прояву до активних дій, призводить до збудження та надмірної напруженості, розхитаності та виснаження нервової системи.

Узагальнення наведених даних свідчить про наявність кореляційних взаємозв'язків між фізіологічними показниками та проявами агресії у досліджуваних.

Таким чином, отримані результати дають підстави стверджувати, що прояви фізичної та вербальної агресії, негативізму, дратівливості негативно впливають на фізичний стан здоров'я досліджуваних, призводять до надмірної напруженості та порушують адаптаційні можливості їхнього організму і виснажують резерви серцево-судинної й нервової систем [15; 16].

Результати дослідження дають підстави стверджувати, що за даними кореляційного аналізу за методом Пірсона виявлено статистично значущі зв'язки між показниками фізіологічних станів та рядом симптомів синдрому «емоційного вигорання».

Визначено прямий кореляційний зв'язок між систолічним артеріальним тиском та редукцією професійних обов'язків ( $r=0,15$ ;  $p=0,011$ ). Це свідчить, що поведінка правоохоронців характеризується певною напруженістю, а намагання спрощено підійти до виконання професійної діяльності вимагає певних емоційних затрат та зусиль і призводить до підвищення систолічного тиску у досліджуваних [15].

Встановлені кореляційні зв'язки між резервами серцево-судинної системи за Руф'є та симптомом «невдоволення собою» ( $r=0,13$ ;  $p=0,028$ ). [16].

Тобто, у досліджуваних усвідомлення нездатності змінити психотравмуючі обставини професійної діяльності спричиняють постійне переживання, що в результаті призводить до порушення рівня резерву серцево-судинної системи правоохоронців.

Аналіз результатів свідчить, що визначені симптоми зумовлюють певні специфічні прояви у поведінці правоохоронців, що впливають на їхню безпосередню професійну діяльність та виражаються таким чином: поведінка детермінується напруженістю; відбувається постійне переживання психотравмуючих обставин; спо-

стерігається переважання негативних емоцій у поведінкових реакціях [7–16].

**Висновки.** На основі даних, отриманих під час дослідження показників морального, психологічного і фізіологічних рівнів функціональних станів правоохоронців, визначено необхідність застосування комплексних методів діагностики, з метою отримання точної та повної інформації про стани досліджуваних, та підбір найбільш швидких, ефективних методів нормалізації їх станів після стресу.

Вважаємо за необхідне визначення показників морального, психологічного рівня (морально-емоційної дезорієнтації, неадекватного вибіркового емоційного реагування, редукції професійних обов'язків тощо) за діагностикою рівня емоційного вигорання В.В. Бойко використовувати під час профвідбору і щорічному диспансерному обстеженню функціональних станів правоохоронців.

Крім того, правоохоронці, у яких показники фізичної агресії, непрямой агресії тощо за методикою А. Баса – А. Даркі перевищують норми інтенсивності їх проявів, не можуть бути допущені до виконання службових обов'язків. Продовження професійної діяльності можливо тільки за умови проведення курсу психофізіологічної регуляції для нормалізації їх функціонального стану.

За результатами проведеного дослідження, виявлено статистично значущі закономірності й кореляційні зв'язки між моральними, психологічними і фізіологічними показниками функціональних станів правоохоронців та підтверджено ефективність застосування обраних методик.

Констатовано, що підібраний комплекс діагностичних психофізіологічних методик є досить інформативним і надає можливість визначати не лише прояви стресового навантаження, а й його причини: відповідні реакції на стресові події, професійну дезадаптацію та рівень життєвої стійкості.

Визнано, що комплекс зазначених вище психофізіологічних методик може використовуватися фахівцями психологічних служб, у процесі психологічного супроводу підрозділів після виконання завдань в екстремальних умовах, у навчанні правоохоронців методам психофізіологічної самодіагностики й аналізу постстресових станів, а також у процесі профілактичної роботи для запобігання наслідків професійної деформації.

#### Список літератури:

1. Александровский Ю.А., Лобастов О.С., Спивак Л.И., Щукин Б.П. Психогении в экстремальных условиях. Москва : Медицина, 1991. 254 с.
2. Аристотель. Сочинение: в 4 т. Т. 4. Минск, 1983. 357 с.

3. Баевский Р.М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. Москва : Медицина, 1979. 295 с.
4. Голиков Ю.Я. Теоретические основания проблем взаимодействия человека и техники. *Психологический журнал*. Т. 21. № 5. Санкт-Петербург, 2000. С. 5–18.
5. Караяни А.Г. Психологическое обеспечение боевых действий личного состава сухопутных войск в локальных военных конфликтах. Москва, 1998. 480 с.
6. Караяни А.Г., Утлик Э.П. Саморегуляция функциональных состояний в боевой обстановке. *Педагогика в правоохранительных органах*. Москва, 2018. № 3 (74). С. 5–9.
7. Кодлубовська Т.Б. Підвищення рівня адаптації до стресогенних умов діяльності працівників органів внутрішніх справ. *Юридична психологія та педагогіка*. Вип. 2. Київ : КНУВС, 2008. С. 188–194.
8. Кодлубовская Т.Б. Анализ особенностей проявления признаков профессионального выгорания у сотрудников правоохранительных органов. *Технології розвитку інтелекту*: ел. наукометр. фах. журнал Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2017. Т. 2. № 5 (16). URL: [http://psytir.org.ua/index.php/technology\\_intellect\\_develop/issue/archive](http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/archive)].
9. Кодлубовская Т.Б. Регуляция психофизиологических состояний после стресса : монография. Київ : ТОВ «Бук Рі», ШПР «Антистресцентр», 2018. 161 с.
10. Кодлубовська Т.Б. Особливості індивідуально-особистісних підходів при діагностиці й аналізі психологічних ресурсів працівників ОВС для їх збереження та профілактики професійної деформації. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України. *Екологічна психологія*. Т. VII. Вип. 28. Київ, 2012. С. 133–141.
11. Кодлубовська Т.Б. Аналіз наслідків стресу у співробітників ОВС для розробки та впровадження індивідуальних програм з психологічної реабілітації та профілактики професійної деформації. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огнієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вип. 17. Кам'янець-Подільський, 2012. С. 174–183.
12. Кодлубовська Т.Б. Збереження психічного здоров'я співробітників органів внутрішніх справ (ОВС). *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України. *Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. Т. X. Вип. 7. Київ, 2008. С. 205–212.
13. Кодлубовська Т.Б. Визначення особливостей психологічних станів працівників ОВС для створення ефективних методів їх самовідновлення. *Юридична психологія та педагогіка*. Вип. № 2 (12). Київ : НАВС, 2012. С. 115–123.
14. Кодлубовська Т.Б. Професійний стрес та аналіз його наслідків. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. *Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*. Т. X. Вип. 7. Київ, 2007. С. 115–120.
15. Кодлубовська Т.Б. Психофізіологічні механізми регуляції функціональних станів правоохоронців. Видавництво ТОВ «Бук Рі». Київ. С. 171–174.
16. Кодлубовська Т.Б. Психофізіологічні механізми регуляції функціональних станів співробітників правоохоронних органів : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.02. спец. : психофізіологія. Київ, 2020. С. 206–208.
17. Леонова А.Б. Психологические средства оценки и регуляции функциональных состояний человека : автореф. дис. ... докт. психол. наук. Москва : Изд-во ИП АН СССР, 1988. 31 с.
18. Мартенс В.К., Щепланов В.Ю., Талалаев А.А. Оценка адаптации человека-оператора. Москва, 1980. С. 45–52.
19. Маслова М.Г. та ін. Комплексна методика визначення психофізіологічного стану військовослужбовців на етапі професійного відбору для участі у міжнародних миротворчих операціях. ННДЦОТ і ВВ України. Київ, 2005. С. 106–109.
20. Медведев В.И. Методологические аспекты изучения функционального состояния. Методические проблемы обработки медико-биологической информации. Ленинград : Наука, 1983. С. 23.
21. Медведев В.И. Физиологические принципы разработки режимов труда и отдыха. Ленинград : Наука, 1984. 140 с.
22. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика. Москва : Наука, 1981. 278 с.
23. Никифоров Г. С. Практикум по психологии здоровья. Санкт-Петербург : Питер, 2005. С. 26–27.
24. Новиков В. С. Психофизиологическое обеспечение боевой деятельности военнослужащих. *Военно-медицинский журнал*. 1996. Т. 317. № 4. С. 37–40.
25. Платон. Держава. Орієнтир. Київ, 2016. 286 с.
26. Помиткін Е.О. Психологія духовного розвитку. Київ : Наш час, 2007. 212 с.
27. Розов В.И. Управление стрессом в оперативно-розыскной деятельности. Київ : КНТ, 2006. С. 201–206.

**Kodlubovska T.B. PECULIARITIES OF MANIFESTATIONS OF MORAL, PSYCHOLOGICAL AND PHYSIOLOGICAL LEVELS OF FUNCTIONAL STATES OF LAW ENFORCEMENT OFFISERS**

*The article presents the results of study of the peculiarities of manifestation of moral, psychological and physiological levels of functional states of law enforcement forces. To do this, we have diagnosed the indicators of moral, psychological and physiological levels of functional states of each law enforcement officer; the intensity of manifestation of the their emotional burnout: moral and emotional disorientation, inadequate selective emotional reaction, the experience of psychotraumatic circumstances, dissatisfaction of their self, anxiety and depression, reduction of professional dutis, emotional deficit, emotional detachment, psychosomatic and vegetative disorders; emotional states: physical aggression, guilt, offence, irritability, negativism, hostility; physiological indicators: pulse rate, blood pressure, reserves of the cardiovascular and adaptive systems.*

*Statistical and correlational analysis of the obtained results is given. Statistically significant regularities and correlations between indicators of moral manifestations, psychological and physiological levels of functional states of law enforcement agencies have been presented. Correlations between adaptive potential and physical aggression have been identified. This indicates that workers with manifestations of hostility, incontinence, demonstration of their own superiority over others and the use of physical force have a decrease in adaptive capacity and depletion of their own energy resources.*

*The inverse correlations have been found between the indices of cardiovascular reserves, physical aggression and irritability. This indicates that reserves of the cardiovascular system of workers with aggressive manifestations and irritability are reduced.*

*The effectiveness of the application of selected diagnostic methods for professional selection and annual dispensary examination of moral, psychological, and physiological levels of functional states of law enforcement officers has been confirmed.*

**Key words:** *diagnostics of moral-emotional and physiological levels of functional states of policemen, moral-emotional disorientation, destructive psychological states, emotional burnout, professional deformation.*

## Відомості про авторів

**Абсаямова Л.М.** – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

**Білецька Т.В.** – кандидат соціологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, педагогіки та соціально-економічних дисциплін Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького

**Бойчук С.С.** – аспірант Харківського національного університету внутрішніх справ

**Булгакова О.Ю.** – доктор психологічних наук, доцент, декан факультету дошкільної педагогіки та психології ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

**Гулько Ю.А.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник Лабораторії психології творчості Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, викладач кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

**Депутат В.В.** – науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Докійчук М.Ю.** – магістр психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Дончев Ф.А.** – аспірант кафедри соціальної та практичної психології соціально-психологічного факультету Житомирського державного університету імені Івана Франка

**Дроздова М.А.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної роботи та освітніх і педагогічних наук Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

**Дудаль Н.М.** – старший викладач кафедри психології Гомельського державного університету імені Франциска Скорини

**Дьоміна Г.А.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психосоматики та психологічної реабілітації факультету психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова

**Завгородня О.В.** – доктор психологічних наук, провідний науковий співробітник лабораторії методології та теорії психології Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Кабанцева А.В.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психіатрії, психотерапії, наркології і медичної психології Донецького національного медичного університету

**Кодлубовська Т.Б.** – доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, педагогіки, медичного і фармацевтичного права Національного університету охорони здоров'я України імені П.Л. Шупика

**Крутолевич А.М.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Гомельського державного університету імені Франциска Скорини

**Купчишина В.Ч.** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри психології, педагогіки та соціально-економічних дисциплін Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького

**Леонова І.М.** – кандидат психологічних наук, докторант факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Мельничук О.Б.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психосоматики та психологічної реабілітації факультету психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова

**Мінаєнко Т.А.** – здобувач лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, практичний психолог Комунального закладу «Навчально-виховний комплекс № 1 (середня школа I-III ступенів – дошкільний навчальний заклад) м. Покров Дніпропетровської області»

**Московець Л.П.** – здобувач наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія» Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна Національної академії педагогічних наук України

**Орловська О.А.** – старший викладач кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

**Панченко О.А.** – доктор наук з державного управління, доктор медичних наук, професор, Заслужений лікар України, директор ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр Міністерства охорони здоров'я України», президент ГО «Всеукраїнська професійна психіатрична ліга»

**Сазонова І.В.** – аспірант кафедри психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Сердюк І.А.** – молодший науковий співробітник, біофізик ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр Міністерства охорони здоров'я України»

**Уханова А.І.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова

**Шевчук В.В.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

## НОТАТКИ

Науковий журнал

**ВЧЕНІ ЗАПИСКИ  
ТАВРІЙСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ІМЕНІ В.І. ВЕРНАДСЬКОГО**

**Серія: Психологія**

**Том 32 (71) № 4 2021**

Коректура • *Н. Пирог*

Комп'ютерна верстка • *Н. Кузнєцова*

Адреса редакції:

Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського  
м. Київ, вул. Джона Маккейна, 33

Формат 60x84/8. Гарнітура Times New Roman.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 13,83. Ум. друк. арк. 15,11. Зам. № 1021/377  
Підписано до друку 26.11.2021. Наклад 150 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»

65101, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1

Телефон +38 (048) 709 38 69, +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08

E-mail: [mailbox@helvetica.ua](mailto:mailbox@helvetica.ua)

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи

ДК № 6424 від 04.10.2018 р.