

**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 33 (72) № 4 2022**



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2022

### **Головний редактор:**

**Дробот Ольга Вячеславівна** – доктор психологічних наук, доцент, професор 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 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 та особистісного розвитку ДЗВО «Університет менеджменту освіти»;

**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 № 2 від 29.09.2022 року)**

Науковий журнал «Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія» зареєстровано Міністерством юстиції України (Свідоцтво 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

<b>Даценко О.А.</b> ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ.....	1
<b>Зарецька О.О.</b> ІНТЕРПРЕТАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ДОРОСЛОЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ЇЇ САМОКОНСТРУЮВАННЯ.....	7
<b>Nasibova S.Kh.</b> ON THE FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN PSYCHOLOGICAL SCIENCE.....	13
<b>Третяк Т.М.</b> РОЗВ'ЯЗУВАННЯ ЗАДАЧ В ПРОЦЕСІ ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ ЗА УМОВ ІНФОРМАЦІЙНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	17

### ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

<b>Каліщук С.М.</b> СУБ'ЄКТИВНО-ФЕНОМЕНОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА & ПСИХОТЕХНІЧНИЙ ПРОТОКОЛ ВИВІЛЬНЕННЯ РЕСУРСІВ ОСОБИСТОСТІ У ПОДІЯХ ВІЙНИ.....	23
--	----

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

<b>Курова А.В.</b> ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК ЕМПІРИЧНИЙ ГАРАНТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	31
<b>Субашкевич І.Р., Рижко В.Р.</b> МЕДІА-АКТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ.....	37
<b>Теймурова І.А.</b> ГРАЖДАНСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ.....	43
<b>Ткачишина О.Р.</b> ОСОБИСТІСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ КОНСТРУКТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ.....	50

### ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

<b>Байда С.П.</b> ДИТЯЧІ СТРАХИ ТА НЕВРОТИЧНИЙ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ.....	55
<b>Кучма Т.В., Кононова М.М.</b> СПЕЦИФІКА КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ В СІМ'ЯХ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ.....	60
<b>Шепельова М.В.</b> КЛАСИФІКАЦІЯ ПОТРЕБ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	65

## **ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

**Шумейко О.М.**

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СКЛАДОВИХ Я-КОНЦЕПЦІЙ МОЛОДОГО ПОЛІТИКА  
НА ВИБІР СТРАТЕГІЇ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ.....70

## **ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

**Гурлєва Т.С., Журавльова Н.Ю.**

ДОВІРА ДО СЕБЕ ЯК ВАЖЛИВИЙ АТРИБУТ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ  
В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ВІЙНИ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПОНЯТЬ.....76

**Поліщук В.М.**

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ВИЩОЇ ШКОЛИ:  
СОЦІАЛЬНІ ВИКЛИКИ (ІСТОРИЧНИЙ РАКУРС).....83

**Предко В.В., Сомова О.О.**

ВПЛИВ ВІЙНИ НА ЗМІНУ РІВНЯ СТРЕСУ ТА СТРАТЕГІЙ ЗБЕРЕЖЕННЯ  
ЖИТТЄСТІЙКОСТІ УКРАЇНЦІВ.....89

## **ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

**Sultan N.F.**

CHILDREN WITH ASD AND THEIR SOCIO-PSYCHOLOGICAL  
ADAPTATION THROUGH THE DENVER EARLY INTERVENTION MODEL.....99

## **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ**

**Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В.**

РОЗШИРЕННЯ ЖИТТЄВОЇ АНТИЦИПАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ  
ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ ВІЙНИ.....104

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ.....110

# CONTENTS

## GENERAL PSYCHOLOGY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

<b>Datsenko O.A.</b> VITALITY AS AN INDIVIDUAL RESOURCE.....	1
<b>Zaretska O.O.</b> INTERPRETATIVE COMPETENCE OF THE ADULT PERSONALITY AS A FACTOR OF ITS SELF-DESIGNING.....	7
<b>Nasibova S.Kh.</b> ON THE FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN PSYCHOLOGICAL SCIENCE.....	13
<b>Tretiak T.M.</b> THE TASKS SOLVING IN THE PROCESS OF CREATIVE THINKING IN THE CONDITIONS OF INFORMATIONAL UNCERTAINTY.....	17

## APPLIED PSYCHOLOGY. PROFESSIONAL AND CORPORATE PSYCHOLOGY

<b>Kalishchuk S.M.</b> SUBJECTIVE PHENOMENOLOGICAL DIAGNOSTICS & PSYCHOTECHNICAL PROTOCOL FOR RELEASE OF PERSONAL RESOURCES IN WAR EVENTS.....	23
--	----

## SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

<b>Kurova A.V.</b> PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AS AN EMPIRICAL GUARANTEE OF THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF YOUTH IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY.....	31
<b>Subashkevych I.R., Ryzhko V.R.</b> MEDIA ACTIVITY OF PERSONALITIES DURING THE WAR IN UKRAINE.....	37
<b>Teymurova I.A.</b> CIVIL EDUCATION AS A FACTOR OF YOUTH SOCIALIZATION.....	43
<b>Tkachyshyna O.R.</b> PERSONAL POTENTIAL AS THE BASIS OF FORMING CONSTRUCTIVE COPING STRATEGIES.....	50

## PEDAGOGICAL AND DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

<b>Baida S.P.</b> CHILDREN'S FEARS AND NEUROTIC PERSONALITY DEVELOPMENT.....	55
<b>Kuchma T.V., Kononova M.M.</b> SPECIFICITY OF COPING BEHAVIOR IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH PSYCHO-PHYSICAL DISORDERS.....	60
<b>Shepelova M.V.</b> THE CLASSIFICATION OF STUDENTS' NEEDS IN UNCERTAIN CONDITIONS.....	65

## **LEGAL PSYCHOLOGY; POLITICAL PSYCHOLOGY**

**Shumeiko O.M.**

FEATURES OF THE INFLUENCE OF THE COMPONENT SELF-CONCEPT  
OF A YOUNG POLITICIAN ON CHOICE OF SELF-PRESENTATION STRATEGY.....70

## **PSYCHOLOGY OF NATIONAL SECURITY AND SAFETY PSYCHOLOGY**

**Hurlieva T.S., Zhuravlova N.Yu.**

SELF-TRUST AS A SIGNIFICANT ATTRIBUTE OF PERSONAL STRESS  
RESISTANCE IN THE CONDITIONS OF INFORMATION WARFARE:  
THE RELATIONSHIP BETWEEN CONCEPTS.....76

**Polishchuk V.M.**

PSYCHOLOGY OF LIFE ACTIVITIES OF HIGHER EDUCATIONAL  
ESTABLISHMENTS: SOCIAL CHALLENGES (HISTORICAL ASPECT).....83

**Predko V.V., Somova O.O.**

THE INFLUENCE OF THE WAR ON THE STRESS LEVEL 21  
AND THE STRATEGIES  
FOR PRESERVING THE HARDINESS OF UKRAINIANS.....89

## **PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY**

**Sultan N.F.**

CHILDREN WITH ASD AND THEIR SOCIO-PSYCHOLOGICAL  
ADAPTATION THROUGH THE DENVER EARLY INTERVENTION MODEL.....99

## **ACTUAL PROBLEMS OF PSYCHOLOGY**

**Batrachenko I.H., Panfilova H.B., O.V. Sklianska**

EXTENSION OF PERSONAL LIFE ANTICIPATION AS A RESOURCE  
OF PSYCHOLOGICAL AID DURING WAR.....104

INFORMATION ABOUT AUTHORS.....110

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/01>**Даценко О.А.**

Криворізький державний педагогічний університет

## ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ

*Стаття присвячена проблемі життєстійкості, що особливо гостро постала на сьогоднішній момент у нашій країні. Зазначено важливість її дослідження як механізму підвищення психологічної і фізичної безпеки в умовах сучасних викликів. Була здійснена спроба аналізу традиційних підходів до проблеми як у вітчизняній, так і зарубіжній психології. Представлено теоретичний огляд деяких сучасних концепцій життєстійкості, розглянуто різні дефінітивні позиції щодо психологічної інтерпретації поняття. З'ясовано, що життєстійкість є зрілим складним особистісним утворенням, яке виявляє свою ефективність не лише при вирішенні складних ситуацій, а й при реалізації функцій життєтворення. Життєстійкість концептуалізується не як окрема властивість, що обумовлюється необхідністю подолання труднощів, а як унікальний та узагальнений ресурс, в якому інтегровано різні психічні елементи, використовуючи який людина здатна до свідомої, відповідальної розбудови індивідуального свого життя та самоорганізації. Це сукупність внутрішніх засобів з потенційно-активними характеристиками, якими людина володіє і які доцільно використовує для забезпечення максимальної самореалізації та підтримки оптимальної життєтворчості. Це деякий запас можливостей, що забезпечують реалізацію глобальних функцій життєтворення: життєпізнання, життєорганізації та життєвдосконалення. Визначено структуру життєстійкості як систему стійких психологічних властивостей особистості, що залучені у життєдіяльність; форми та детермінанти функціонування. Виявлено інтегративну специфіку феномену, його зв'язок з мотиваційно-вольовими, ціннісно-смысловими, когнітивними та конативними елементами самосвідомості суб'єкта. Підкреслюється роль життєстійкості в забезпеченні психологічного благополуччя та задоволеності життям. Робиться спроба виявлення деяких функціональних ознак феномену, наголошується на його проактивному та трансцендентному характері. Окреслено перспективи подальших наукових пошуків. Наголошується на необхідності створення цілісної теоретичної моделі дослідження феномену у життєтворчій парадигмі.*

**Ключові слова:** життєстійкість, екзистенційність, життєтворчість, цінності, само-реалізація, проблемна ситуація.

**Постановка проблеми.** Події, які відбуваються в нашій державі останнім часом по праву можна назвати стресовими та негативно позначаються на якості життя та психологічному здоров'ї населення. Цей екзистенційний шок, що переживається у суспільстві, призводить до загального зниження почуття безпеки та захищеності, відчуття загрози життю, вимагає від людини певної стійкості та мужності, застосування всіх своїх ресурсів, які б допомогли вистояти в цей складний час. Здатність особистості протидіяти викликам життя, в психології отримала назву як життєстійкість і на сьогоднішній момент її присутність в психіці людини, як ніколи, є вкрай необхідною. Саме тому

сучасна психологічна наука проявляє підвищений інтерес до вивчення даного феномену як ресурсу, що допоможе здолати труднощі сьогодення.

### **Аналіз останніх досліджень та публікацій.**

Останнім часом, проблема життєстійкості особистості займає почесне місце серед актуальних питань психологічної науки. Її теоретичний і практичний аналіз, доволі широко, презентований як у вітчизняній, так і зарубіжній психології і розкривається у зв'язку із вихідними методологічними позиціями авторів, які належать до різних наукових шкіл та напрямів. Так у зарубіжній психології проблема висвітлювалась в працях С. Мадді, С. Кобейса, які являються її фундато-

рами, Дж. Кашані, М. Селігмана, М. Чиксентмігаї, С. Бернарда та ін.. У вітчизняній науці феномен життєстійкості представлено в концепціях Л. Александрової, Д. Леонтьєва, М. Логінової, Е. Зеєра, Т. Наливайко, О. Іванової, А. Махнач та багатьох ін.. Не обійшли увагою це питання і українські дослідники: Т. Титаренко, О. Чиханцова, К. Маннапова, Л. Сердюк та ін., в дослідженнях яких, розкриваються психологічні особливості та закономірності життєстійкості в загальній структурі життєтворчої активності особистості.

Незважаючи на різноманіття існуючих у психологічній науці підходів до розуміння проблеми, це питання не полишає значущості та потребує більш системного та ґрунтового аналізу, зокрема у визначенні особливостей життєстійкості як особистісного ресурсу.

**Постановка завдання** – теоретичний аналіз та систематизація наукових положень життєстійкості в контексті ресурсної проблематики.

**Виклад основного матеріалу.** Поняття «життєстійкість» порівняно недавно з'явилося у науковому просторі психологічної науки і має широку асоціативну представленість поряд із такими суміжними категоріями як «життєздатність», «життєздібність», «психологічна витримка», «самоефективність», «особистісний адаптаційний потенціал» і т.д. Зазвичай в сучасних дослідженнях проблеми використовуються різні терміни, узгодженість між якими на сьогоднішній момент є предметом розширених наукових дискусій.

Загалом у сучасній психології оформилися наступні підходи до вивчення феномену:

1. Життєстійкість як екзистенційна проблема (проблема свободи вибору, смислу життя, кризи, цінностей і т.д.).

2. Життєстійкість як система індивідуальних властивостей (наполегливість, витримка, цілеспрямованість, саморегуляція, самовпевненість, внутрішній локус контролю і т.д.).

3. Життєстійкість як ресурс (досвід, потенціал, копінг – поведінка, продуктивність, самоефективність, адаптивність, інтерактивність і т.д.).

Вперше термін життєстійкості («hardiness») з англ. стійкість, гнучкість, пружність) у науковій площині з'явився завдяки працям С. Мадді, С. Кобейс наприкінці ХХ ст. Дослідники його тлумачили як «особливу інтегративну якість особистості, систему установок та переконань про світ і самого себе, які дозволяють витримувати стресову ситуацію, зберігаючи при цьому баланс та гармонію» [11, с. 213]. Науковці вважали, що це утворення відображає психологічну дієздатність

та ефективність людини у подоланні критичних ситуацій; є своєрідною індивідуальною основою, на якій ґрунтуються уміння перетворювати негативні впливи в систему нових можливостей, тобто використовувати як ресурс. Існує думка, що резилентні люди не страждають на негативні емоції і не впадають у відчай. В дійсності вони ж мають більше засобів для переборення несприятливих обставин, за рахунок чого, пом'якшується вплив стресогенів, швидше відновлюється фізичний і психічний стан.

У вітчизняну психологію термін «життєстійкість» було впроваджено Д. О. Леонтьєвим в межах концепції особистісного потенціалу. Автор інтерпретує його як «постійну та послідовну індивідуальну властивість, яка відображає міру здолання особистістю труднощів та самої себе» [6, с. 11]. В таких дефінітивних координатах життєстійкість тісно пов'язана із саморозвитком, психологічним благополуччям, а також позитивно корелює із стратегіями поведінки, направленими на продуктивне вирішення проблем.

На думку С. Рубінштейна стійкість є певним ресурсом, який спричиняється проблемною ситуацією, являється унікальною властивістю людини, що регулюється особистісними ати-тюдями та динамікою смислоутворення [15]. Завдяки ній зберігається внутрішня впевненість та збалансованість різних видів та форм активності, забезпечується успішність діяльності. Відповідно життєстійкість – це така індивідуальна властивість, що допомагає людині впоратися із труднощами, дає змогу досягати певного оптимуму існування, дозволяє зберігати здоров'я та баланс між домаганнями особистості та можливостями їх реалізації.

Життєстійкість функціонує у двох формах: зовнішній та внутрішній [4; 7]. Внутрішній аспект розкривається через всю психічну сферу, яка виступає індивідуальним підґрунтям резилентної активності. Зовнішній включає систему дій перетворювального характеру, що дозволяє практично протидіяти різноманітним викликам, розвивати стратегії подолання, досягати мети і т.д. На рівні самосвідомості життєстійкість представляє закріплені конструкти, установки та переконання, що обумовлюють модель копінг-поведінки у складній ситуації; на конативному – поліваріативну експліцитну активність резистентної природи, спрямовану на досягнення позитивного результату, що у підсумку забезпечує швидке відновлення людини, її психологічну стійкість та стабільність в мінливих умовах життя.



Життєстійкість виступає складним поліфакторним явищем, функціонування якого, на думку Е. Зеєр, зумовлено наступними детермінантами [5]:

- індивідуальні фізіологічні та соматичні характеристики людини, зокрема тип ВНД. В дослідженнях Т. Наливайко, Є. Рильської та ін. було встановлено, що люди, які мають сильну, рухливу та врівноважену нервову систему мають більше здатностей до опору;

- соціально-психологічні якості особистості (оптимізм, інтернальність, вольові якості: наполегливість, цілеспрямованість, рішучість, самовладання тощо);

- особистісна спрямованість (індивідуальні цінності, смисложиттєві орієнтації, система переконань).

Життєстійкість людини є полікомпонентним психологічним явищем, що виявляє тісні зв'язки з різними утвореннями психіки людини: особистісним благополуччям (Ф. Бланей), копінгом (С. Мадді, М. Одинцова); смисложиттєвими орієнтаціями та цінностями (Н. Чепелева, Л. Сердюк, О. Чиханцова); мотивацією успіху (Є. Расказова, Р. Стецишин); самоефективністю (А. Бандура, М. Селігман, М. Чиксентмігаї); самореалізацією особистості (С. Максименко, Т. Титаренко, Л. Коростильова); саморегуляцією (О. Кокун, М. Боришевський); адаптацією (Л. Александрова); позитивним самоставленням (Л. Коростильова, В. Столін, С. Пантілєєв) та ін. У цій спорідненості життєстійкість постулює людину як носія якостей, необхідних для успішної самореалізації та життєдіяльності. Володіючи таким досвідом, особистість володіє ресурсами саморозвитку і життєвого вдосконалення. Як зазначає Т. М. Титаренко, життєстійкість пов'язана із «самоконституванням як вираженою потребою особистості не лише у самопрезентації, але й у самоосмисленні, рефлексуванні щодо свого життя як такого і можливості цю потребу реалізувати у конкретних життєвих обставинах» [13, с. 106]. Життєстійкі люди свідомо та відповідально ставляться до життя, демонструють високий рівень активності та цілеспрямованості, прагнуть успіху. Їм характерне позитивне сприйняття світу, оптимізм, відчуття контролю над ситуацією та глибока впевненість у тому, що все буде добре. Маючи тісні кореляції з індивідуальними смислами, життєстійкість надає власному існуванню цінності, раціональності та передбачуваності. Як загальне та цілісне відображення особистісної компетентності, життєстійкість дозволяє справлятися з безпорадністю та відчаєм, обумовлює відчуття особистісної значущості та досвідченості.

Актуальним у вирішення даної проблеми є питання структурної моделі феномену. В класичній теорії С. Мадді феномен життєстійкості представлено наступними складовими: залученість, як мотивація діяльності, активне ставлення до різних сторін життя; контроль – відображення людини як суб'єкта саморегуляції, вольових зусиль та управління; прийняття ризику – установка на продуктивну життєтворчість та корисність будь-якого досвіду, мінімізація невизначеності, надситуативна активність, усунення негативних наслідків [11].

В дослідженні О. Чиханцової, окрім зазначених компонентів пропонується додати цілі, цінності, автономію, смисли та прагнення самореалізації [16]. Згідно запропонованої моделі, життєстійкість інтегрує різні потенції відповідно смисложиттєвих орієнтацій; забезпечує саморегуляцію у непередбачуваних ситуаціях; зберігає цілеспрямованість та контроль; активізує властивості психіки на виконання різного роду завдання; актуалізує життєтворчі функції; підвищує самоефективність; збалансовує емоційні стани; сприяє психологічному благополуччю особистості. Отже як бачимо, життєстійкість є узагальненим та концентрованим поєднанням різних психологічних елементів, що інкорпоровані в різні процеси життєзабезпечення.

На думку Л. Александрової, життєстійкість як інтеграція різних потенцій людини, в своїй структурній організації охоплює дві системи здібностей: загальних – базові переконання, особистісні установки, аксіологічні конструкти, і т.д.; спеціальних, що надають здатності практичної реалізації резилентних стратегій при вирішенні проблемних ситуацій [1]. Зазначені системи здібностей є засобами варіативного та оригінального конструювання та реалізації самотульної життєдіяльності, а значить можуть розглядатися як особистий ресурс. За Л. Александровою, статусу ресурсу життєстійкість набуває завдяки своїм можливостям розширювати та якісно трансформувати як саму особистість, так і її життєвий простір [1]. Мова йдеться про трансцендентні властивості життєстійкості, завдяки чому з'являється здатність варіювати обставинами, зменшується залежність від зовнішніх впливів, виникає більше свободи в глобальній, перспективній життєвій організації.

Життєстійкість розглядається як основний та універсальний ресурс опанування складних обставин, що виявляється у можливостях управляти критичними ситуаціями. Проте, результати теоретичного та експериментального дослідження, проведеного О. Чиханцовою, Л. Сердюк

та ін.. довели, що життєстійкість має достовірно значущі зв'язки не лише з копінг – стратегіями, а й індивідуальними смислами та орієнтаціями, показниками самоефективності [12; 16]. У зв'язку з цим, життєстійкість розглядається не як реактивна позиція, зумовлена актуальною ситуацією подолання, а узагальнений, суб'єктивно цінний досвід, що відображає людину як суб'єкта, здатного до свідомої, креативної та відповідальної самоорганізації. В даній системі координат життєстійкість виявляється як внутрішній засіб особистісного зростання, використовуючи який людина може змінити себе і своє життя, піднятися на більш високий щабель існування. Життєстійкість завжди суб'єктна і проактивна, її внутрішній зміст розкривається відповідно до ситуації: будь то боротьба зі стресом, досягнення мети чи повсякденна діяльність. В будь-якому разі, життєстійкість, що інтегрує психічні структури, має інструментальне значення і по суті являється ресурсним утворенням, що формує людину як суб'єкта самоорганізації та життєтворчості. Вона належить до вищих особистісних проявів – свободи, зрілості, відповідальності та самореалізації, є засобом сутнісного самоствердження.

Широкої представленості феноменологія життєстійкості набула в рамках екзистенційної психології, де розглядалась в контексті проблеми свободи, вибору та сенсу життя. Механізм резидентної дії тут полягає у знятті онтологічної тривоги, пов'язаної із невизначеністю, продукуванні оптимістичних установок на оцінку поточної життєвої ситуації та готовності змінити її на краще. Життєві обставини сприймаються менш травматично, життя контролюється та не виникає відчуття його хаотичності. Як влучно зазначав В. Франкл, «... життєстійкість – це коли людина не просто існує у світі, але сама вирішує, яким буде її існування, якою вона стане в наступний момент, маючи свободу змінитися у кожній ситуації» [7, с. 71]. Людина, що володіє резилентними ресурсами, зазвичай стійко переносить життєві негаразди, як правило, обирає стратегії досягнення та життєвої продуктивності, послідовно та наполегливо іде до життєвої мети. Екзистенційні акти є результатом рефлексивної діяльності, опосередкованої індивідуальними смислами та цінностями; засвідчують наявність творчих сил в актах самодіяльності, завдяки чому людина відчуває свободу та значущість. Життєстійкість є необхідним ресурсом особистості не лише для ефективно актуальної життєдіяльності, а і реалізації прогностичних функцій. Вона дозволяє збудувати

плани на майбутнє, визначати будь-яку ситуацію в більш оптимістичному ракурсі, надає відчуття впевненості у позитивному результаті, що додатково мотивує на майбутні досягнення.

Традиційно життєтворчість розуміється як унікальна діяльність по виробленню життя, а отже, як і будь-яка інша діяльність, забезпечується системою необхідних ресурсів, наприклад таких як життєстійкість. Саме життєстійкість дозволяє цілеспрямовано організовувати онтологічний простір, незважаючи на обставини досягати поставлених цілей. О. Іванова влучно зазначає, що життєстійкість – це «...інтегральна особистісна компетентність, яка допомагає активно та творчо проживати життя, ефективно долати труднощі, перетворюючи їх в систему нових можливостей [4, с. 17]. На думку А. Лактіонової, А. Махнач життєстійкість розуміється як система здатностей до: розвитку, виживання і самостійного існування; опору руйнуванню і важким ситуаціям; планування та конструювання свого життя. [10]. В уявленнях І. Ільїнського, життєстійкість пов'язана з прагненням людини вижити без втрат у складних умовах, реалізувати свої бажання та здібності, перетворюючи при цьому середовище на більш сприятливе для існування [15]. Відображаючи цілісну організацію психіки, її мотиваційно-вольові, ціннісно-сміслові, когнітивні, конативні та емоційні аспекти, життєстійкість виражає деякий запас індивідуальних можливостей виступати джерелом внутрішньої сили, що дозволяє «триматися на плаву». Це сукупність внутрішніх засобів з потенційно-активними характеристиками, якими людина володіє і які доцільно використовує для забезпечення ефективної діяльності та підтримки оптимальної життєтворчості. У цій онтологічній сутності життєстійкість виступає ресурсом повноцінного і автентичного існування та забезпечує реалізацію функцій життєпізнання, життєздійснення та життєвдосконалення. Т. Титаренко підкреслює, що проявами життєстійкості є свідомий творчий підхід до життя у всьому його різноманітті, пошук власного призначення, вільна самореалізація творчих сил в актах самодіяльності, повсякденна креативність і т.д. [14]. В такій інтерпретації чітко виявляється інструментальна специфіка стійкості, як ресурсу життєтворчої активності.

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз феномену засвідчує його складність та багатоаспектність дослідження. Було встановлено, що життєстійкість – це особлива інтегративна якість особистості, система можливостей, які забезпечують свідому та творчу організацію індивідом

свого життя. Будучи інтеріоризованою в площину суб'єктивного досвіду, життєстійкість виявляє тісний зв'язок з ціннісно-смысловими, мотиваційно-вольовими, конативними та іншими структурами психіки людини, та виступає ресурсом не лише копінг поведінки, але й інтегрована в складні процеси життєтворення. Життєстійкість дозволяє не лише долати труднощі та зберігати працездат-

ність і внутрішній баланс, вона привносить нові можливості саморозвитку та презентує людину як суб'єкта, який володіє здатностями до самовдосконалення і прагне до високої якості життя. Подальші перспективи дослідження проблеми життєстійкості особистості полягають у більш детальному її вивченні як внутрішнього ресурсу продуктивної життєтворчості та суб'єктивного благополуччя.

#### Список літератури:

1. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии: сб. науч. тр. Вып. 2 / под ред. М. М. Горбатовой, А. В. Серого, М. С. Яницкого. Кемерово: Кузбассвузиздат, 2016. С. 80-90 <http://hpsy.ru/public/x2636.htm> (Дата звернення: 14.08.22).
2. Аргюхіна Н. В. Базові складові життєтворчості особистості. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019 р., № 2, Т. 1. С. 10 – 16.
3. Богданова Н. Культура життєтворчості особистості. Філософсько-світоглядний аналіз. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. 302 с.
4. Долженко Я. А. Некоторые аспекты изучения проблемы жизнестойкости. *Актуальные вопросы современной педагогики: материалы международной научной конференции*. Уфа, 2011. С. 15–18.
5. Зеер, Э. Ф. Социально-психологические аспекты развития жизнеспособности и формирования жизнестойкости человека. *Педагогическое образование в России*. 2015. № 8. С. 69-76.
6. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала. Москва: Смысл, 2011. 680 с.
7. Логинова И. О. Жизненное самоосуществление человека: системно-антропологический контекст : дис. доктора психол. наук : 19.00.01. Томск, 2010. 359 с.
8. Максименко С. Д. Теоретичні проблеми самоздійснення особистості. *Проблеми сучасної психології: Зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-та ім. І. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Вип. 5. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2009. С.4-13.
9. Маннапова К. Р. Життєстійкість в системі поняття життєздатності. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. Психологія. 2012. Вип. 44 (1). С.143-150.
10. Махнач А. В., Лактионова А. И. Жизнеспособность подростка : понятие и концепция. *Психология адаптации и социальная среда. Современные подходы, проблемы, перспективы*. / Отв. ред.. А.В. Махнач Москва : Институт психологии РАН, 2007. С. 290–312.
11. Наливайко Т. В. К вопросу осмысления концепции жизнестойкости С. Мадди. *Вестник интегративной психологии*. 2006. № 4. С. 211–216.
12. Сердюк Л. З. Психологічні засади підвищення життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 15. Київ, 2017. С. 481-491
13. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Київ : Главник, 2007. 144 с
14. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність і безпека. Київ : Марич, 2009. 76 с.
15. Фоминова А. Н. Жизнестойкость личности. Москва : Прометей, 2012. 121 с.
16. Чиханцова О. А. Психологічні основи життєстійкості особистості : монографія. Київ : Талком, 2021. 319 с.

#### Datsenko O.A. VITALITY AS AN INDIVIDUAL RESOURCE

*The article is devoted to the problem of sustainability, which is especially acute at the moment in our country. The importance of its research as a mechanism for increasing psychological and physical safety in the conditions of modern challenges is indicated. An attempt was made to analyze traditional approaches to the problem in both domestic and foreign psychology. A theoretical overview of some modern concepts of sustainability is presented, various definitive positions regarding the psychological interpretation of the concept are considered. It has been found that resilience is a mature complex personal formation, which shows its effectiveness not only in solving difficult situations, but also in the implementation of life-creating functions. Resilience is conceptualized not as a separate property that is actualized only by the need to overcome difficulties, but as a unique and generalized resource that integrates various mental elements, using which a person is able to consciously, responsibly build his life and self-organization as an individual. This is a set of internal means with potentially active characteristics that a person possesses and uses appropriately to ensure*

*maximum self-realization and support optimal life creativity. This is a certain reserve of possibilities that ensure the realization of the global functions of life creation: life cognition, life organization and life improvement. The structure of vitality is defined as a system of stable psychological properties of the individual involved in life activities; forms and determinants of functioning. The integrative specificity of the phenomenon, its connection with the motivational-volitional, value-semantic, cognitive and conative elements of the subject's self-awareness have been revealed. An attempt is made to identify some functional features of the phenomenon, emphasizing its proactive and transcendent nature. Prospects for further scientific research are outlined. It is emphasized the need to create a coherent theoretical model for the study of the phenomenon in the life-creating paradigm.*

**Key words:** *sustainability, existential, creativity, values, self-realization, problem situation.*

**Зарецька О.О.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

## ІНТЕРПРЕТАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ДОРΟΣЛОЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ЇЇ САМОКОНСТРУЮВАННЯ

*Роботу присвячено проблемі інтерпретативного потенціалу дорослої особистості. Інтерпретаційний потенціал дорослої особистості розглядається як інструмент її самоконструювання. Методологічною базою дослідження є психолого-герменевтичний підхід, згідно з яким успіх інтерпретаційних процесів у особистості визначається володінням відповідними інтерпретаційними технологіями. Дослідження базується на аналізі попередніх теоретичних розробок проблеми, а також на результатах спеціально проведеного експерименту з дослідження рівня сформованості інтерпретаційних процесів у респондентів різного віку та кореляції цього чинника з розвитком у респондентів провідних метакогніцій. Експеримент полягав у проведенні опитування серед дорослих реципієнтів за певними стандартизованими методиками, а також у виконанні ними завдань з експериментальними текстами. Для аналізу результатів експерименту було розроблено критеріальний апарат визначення рівня сформованості інтерпретаційних процесів особистості. Введено поняття «інтерпретаційної компетентності» особистості як здатності успішно долати нею будь-які завдання, що вимагають інтерпретації як основного засобу вирішення. Було встановлено, що складові інтерпретативної компетентності – це рефлексійна і нарративна компетентності, а також певний рівень розвитку основних метакогніцій. Інтерпретаційна компетентність може розглядатися як набута якість, яка забезпечує повноцінне професійне функціонування особистості і полегшує шлях до самореалізації. Проведений аналіз результатів дослідження свідчить про низький рівень розвиненості багатьох складових нарративної і рефлексивної компетентностей дорослих респондентів. Необхідна розробка програми з розвитку цих компетентностей у різних вікових групах дорослих, що є необхідним для повноцінної реалізації всього потенціалу особистості протягом усього її життя.*

**Ключові слова:** інтерпретація, доросла особистість, інтерпретативна компетентність, метакогніції, самоконструювання, експериментальне дослідження.

**Постановка проблеми. Аналіз досліджень з теми.** Роботу присвячено проблемі інтерпретативного потенціалу дорослої особистості. Методологічною базою дослідження є психолого-герменевтичний підхід, що його вже понад два десятиріччя активно розробляє група дослідників під керівництвом Н. В. Чепелевої у лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Робота ґрунтується на теоретичних здобутках попередніх досліджень [2; 3; 5; 10; 11; 12; 13; 15; 18], висновки з яких ілюструються і підтверджуються матеріалами проведеного експерименту. Вперше акцент у дослідженні зроблено на психологічних чинниках сформованості інтерпретативних можливостей дорослої особистості.

Згідно з базовими положеннями психолого-герменевтичного підходу, інтерпретація є одним з основних знарядь переосмислення досвіду. Теоретичний аналіз і розробку проблеми інтерпретації

як одного з провідних механізмів конструювання досвіду особистістю, що розвивається, проведено Н. В. Чепелевою у [3; 10; 13; 15; 16; 17; 18]. Авторка тлумачить інтерпретацію як такий варіант осмислення тексту, результатом якого є смисл, якого міг не мати на увазі автор тексту, – це смисл, породжений реципієнтом. У смисловому збагаченні тексту, що відбувається при цьому, провідну роль відіграє контекст – особистісний, діяльнісний чи культурний взагалі. Контекстом задаються інтерпретаційні рамки (їх ще називають інтерпретаційними схемами), за якими відбувається переосмислення і які задають межі смислового простору тексту: якісь смисли автору інтерпретації можуть здатися несуттєвими, і він їх відкине, а з іншого боку, відбувається і розширення смислового простору тексту, збагачення його новим розумінням змісту повідомлення і, в результаті, – новими смислами [15]. «Текстом», що підлягає інтерпретації, в контексті психолого-герменевти-

ческого підходу є власний досвід особистості у вигляді його автонаративу.

Дискурс зазвичай тлумачать як текст в контексті його породження та сприймання. Н. В. Чепелева зазначає, що все наше соціокультурне оточення, а також особистісний досвід складаються з дискурсів, поринаючи в які ми вчимося осмислювати свій життєвий досвід, черпаємо з нього схеми інтерпретації, перетворюючи їх на приватні засоби інтерпретації. Важливою для інтерпретації є взаємодія зовнішнього та внутрішнього контекстів – це уможливорює синтез нового смислу, який і забезпечує дискурсивне конструювання досвіду особистості [15]. Заглиблення у дискурс, сама дискурсивна практика є засобом смислового збагачення, переосмислення власного досвіду, зрушення з власної точки зору як непорушної позиції і подальшого конструювання свого досвіду.

Очевидно (і це підтверджують експериментальні дані), що успіх інтерпретаційних процесів для зрілої особистості визначається володінням відповідними інтерпретаційними технологіями. У цьому і полягає актуальність проблеми сформованості інтерпретаційних процесів у дорослої особистості.

Експеримент, про який йдеться, було спрямовано на визначення рівня сформованості інтерпретаційних процесів у дорослого респондента і аналіз можливої кореляції цього чинника з різними конфігураціями розвиненості у нього провідних метакогніцій [14; 17]. Експеримент проводився у формі онлайн-опитування: респондент мав заповнити опитувальники, а також виконати завдання з експериментальними текстами, на основі чого визначався його інтерпретаційний «профіль» [6]. У даній роботі увагу зосереджено на інтерпретативних аспектах експериментального дослідження, хоча цим не вичерпується різноманіття результатів, які він дав.

**Метою** даної роботи є аналіз інтерпретативного потенціалу дорослої особистості за матеріалами проведеного експериментального дослідження.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Проведення експериментального дослідження вимагало адаптації загальної теоретико-методологічної і методичної основи до вікової групи «дорослі». В ході апробації було виявлено негативні фактори, які заважали дорослим респондентам адекватно виконати завдання. Аналіз показав, що це визначалось особливостями інтерпретативних можливостей дорослих осіб. Труднощі, що виникають у дорослого респондента під час виконання завдань, пов'язані здебіль-

шого з недостатньою наративною тренуваністю. Рефлексивна нетренуваність стала на заваді готовності виконання завдань з опитувальників і теж часто була причиною негативного ставлення респондента до участі в експерименті. На базі цього аналізу були модифіковані як завдання до експериментальних текстів, так і сама процедура проведення опитування.

У групі з 100 дорослих, залучених до опитування, були рівною мірою представлені всі вікові групи; жінки склали 77%; за освітнім рівнем середню освіту мали 6%; вищу 54%; декілька вищих чи наявність вченого ступеня 40%. У групі було представлено різноманіття фахів і спеціальностей.

В якості об'єктів інтерпретації було використано, згідно аргументованої позиції Н.В. Чепелевої [16], два тексти, один з яких наукового плану (використовувались або «Мозкова атака» [8] або компілятивного плану текст, скомбінований із фрагментів монографії М.Л. Кросслі [9]), другий – художній (запропонований К.В. Гуцолом [2] текст за притчею Х. Букая «Шукач» [1]). Тексти підбиралися з метою зацікавити респондентів і забезпечити готовність виконати запропоновані завдання. Але виявилось, що цікавість тексту мало корелює з готовністю дорослого респондента працювати над його інтерпретацією: труднощі, що виникають у респондента під час роботи, нівелюють його зацікавленість. Це було особливо помітно щодо респондентів з невисоким інтерпретативним потенціалом.

Проведене опитування утворило продуктивний дискурсивний простір для особи, що взяла у ньому участь, а також сприятливі умови для діагностики її інтерпретаційного потенціалу. Робота з опитувальниками примушувала респондента звернути увагу на свої індивідуальні особливості, тобто пробуджувала в ньому рефлексію. Подальша робота з текстовими завданнями була побудована таким чином, щоб викликати діалог читача з автором текста, що також сприяло переосмисленню ним свого власного досвіду з питань, що їх «зачепив» експериментальний текст. Н.В. Чепелева у [15], характеризуючи діалог у вигляді діалогічних реакцій (структура «питання-відповідь»), зазначала, що діалог дозволяє запустити процеси смислоутворення, рефлексії, що сприяє як проясненню сенсу тексту, що сприймається, так і породженню, синтезу нового сенсу, що виникає як наслідок діалогічної взаємодії тексту і контексту. Важливо, що контекстом у даному випадку є, в першу чергу, індивідуальний досвід читача.

Обидві складові опитування виконали роль провокативного чинника для конструювання респондентом свого досвіду. В попередніх дослідженнях нами було виділено і проаналізовано технологію «провокації» як універсального механізму, який є одним з дієвих засобів розвитку індивідуального дискурсу саморозвитку [7], а через це – і самоконструювання.

Визначення рівнів сформованості інтерпретаційних процесів особистості за результатами експерименту вимагало розробки спеціальної діагностичної процедури. Діагностичними було визнано наявність і зміст таких ознак у відповідях: ступінь (обсяг, міра, форма) цитування експериментального тексту; ознаки формальності виконання завдання; ступінь заглибленості в тему тексту; ступінь розгорнутості або стислості відповіді; наявність «відходів» від теми; наявність узагальнень і висновків, зроблених на підставі інформації з тексту; способи переструктурування текстового матеріалу; способи згортання текстового матеріалу (до тезаурусного вигляду тощо); «надстислість» відповіді; апеляція до свого досвіду (зокрема, форми апеляції); апеляція до інших дискурсів, не пов'язаних безпосередньо з експериментальними текстами; інтерпретація позатекстових контекстів експериментального завдання; врахування різних шарів інформації в тексті; наявність ознак критичного аналізу та оцінки тексту, а також наявність обґрунтування своєї думки щодо цього.

Виявлені ознаки набувають критеріального значення, коли розроблено процедуру співвіднесення того чи іншого змісту певної ознаки (у комбінації з певними значеннями інших ознак) з одним із смислових рівнів (рівнів осмислення), які ми, слідом за Н.В. Чепелевою та С.Ю. Рудницькою [11; 12; 15; 17], визначаємо так:

- передсмисловий рівень – розуміння буквального значення тексту, «значеннева» інтерпретація;
- смисловий рівень – розуміння смислів і змісту тексту, близьке до його внутрішньої смислової структури, яку встановлено за допомогою попереднього смислового аналізу за методикою Н.В. Чепелевої [4; 16];
- метасмисловий рівень – рівень рефлексії інтенцій автора, його намірів, цілей, підключення респондентом свого досвіду, робота з ним під впливом тексту, включення смислів і сенсу тексту в свій дискурс – тобто конструювання свого досвіду.

Про метасмисловий рівень розвитку безумовно свідчать лексичні ознаки виходу поза межі смислу тексту у вузькому смислі – наявність і підключення у відповіді досвіду і автонаративу інтерпретатора

або ознаки впливу на його самоусвідомлення після завершення процесу інтерпретації. Наприклад, це осмислення смислу життя через осмислення ідеї тексту, вихід в екзистенційну площину, наявність ознак критичного аналізу та оцінки тексту тощо. При цьому може бути згода з позицією автора (як її розуміє респондент) або ні: «Дякую, пане Авторе! Це відома притча Соломона. Мудро і життєво. Проте, забагато слів. Ще не дочитавши, починаєш думати про своє»; «Пошук самого себе триває протягом усього життя людини».

Про смисловий рівень розвитку свідчать ознаки доосмислення, наявність уточнень, узагальнень, висновків тощо («Насолода від творчості – це теж яскрава насолода. Як кохання»). Це і свідчило про тренуваність компетентності: чи виділити і вставити цитату, чи замінити більш емким і часто більш коротким синонімічним виразом, який виник у голові у відповідь на запитання.

Про передсмисловий рівень розвитку свідчать ознаки «буквального» виконання завдань, надмірне цитування тексту без намагань переосмислення, «надстислість» відповіді або навпаки пусте базікання на теми, слабо пов'язані з тематикою експериментального тексту.

Застосування вироблених критеріїв не може бути формально-однозначним: кожному висновку передував ретельний аналіз конкретних відповідей респондента. Співставлення відповідей дозволило вибудувати межі передсмислового, смислового і метасмислового рівнів у кожному завданні: сама наявність чи певна характеристика різних за смислом значень свідчать про ступінь вираженості даної ознаки. Завдання давали можливість проявити як найнижчий, так і найвищий рівні осмислення – показати глибину і широту можливого осмислення тексту загалом: «Живеш тільки тоді, коли відчуваєш щось яскраве. Не згодна. Щодня – це життя у мініатюрі. Кожну мить Ти робиш вибір: що робити, як робити, як думати, як ставитися чи не ставитися... Не обов'язково потрібен струс, щоб відчути, що живий».

Основна ідея текстів осмислювалась різними респондентами інколи прямо протилежним чином. У цьому відобразилися різні цінності, різне осмислення досвіду, різні погляди респондентів на їхнє власне життя. Межа між смисловим і метасмисловим рівнем осмислення у багатьох відповідях дуже умовна. Приклад метасмислового рівня опанування смислу в одному із завдань: «Знаєш, авторе, а я тобі вдячна! Вдячна за те, що цим прикладом ти змусив мене ще раз зрозуміти цінність життя і кожної її миті. Вдячна за те, що

на хвилину замислилась про те, що дійсно є діти, які помирають, не відчувши, що таке закоханість, справжня дружба... не знають, що таке веселі свята в колі рідних. А я живу. Живу життя і маю можливість вести свою власну «книжечку» із записами». Цей мудрий текст (як і всі інші відповіді) був написаний до війни; наразі він набув ще більш глибокого і пафосного смислу (табл. 1).

Блискучий науково-популярний текст Я. Л. Коломінського «Мозкова атака» виявився легко осмислюваним (найбільш «зрозумілим») і дозволив 86% відповідалів проявити метасмисловий і смисловий рівні осмислення. Можливо, це відбулось за рахунок популярності нескладних психологічних текстів у соціумі і, відповідно, деякої «готовності» респондентів опанувати ці смисли.

Розподіл респондентів за віком не виявив якихось яскравих проявів інтерпретативної успішності у певних вікових групах. А от рівень освіти вочевидь корелював з рівнем сформованості інтерпретаційних процесів, причому мав значення сам факт готовності виконати текстові завдання. Те ж саме можна зауважити щодо спеціальності чи фаху: можливо, сформоване освітою мислення і робота, пов'язана з постійним вирішенням тих чи інших задач, допомогли «інженерам» виконати незвичні для них текстові завдання, а для гуманітарних соціономічних професій і творчих людей зіграла роль тренуваність у розумінні скритого смислу знакових структур різних типів.

Робота респондентів з опитувальниками дала можливість з'ясувати можливі зв'язки розвиненості провідних метакогніцій в особистості з рівнем сформованості її інтерпретаційних процесів. Досліджувались такі базові метакогніції: (1) інтелектуальна ініціація, що полягає у самостійній постановці задач, породженні нових сенсів і продуктивному освоєнні чужих смислів; (2) стратегічність, що передбачає адекватність вибору в процесі вирішення проблеми, починаючи з її аналізу; (3) рефлексія як здатність людини робити об'єктом усвідомлення саму себе (за М. Л. Смульсон, саме рефлексія є основою розвитку і зміни ментальної моделі світу; у контексті нашого

дослідження важливо, що це і усвідомлення своїх власних, особистісних смислів, називання їх для себе); (4) децентрація, що уособлює ніби «око» зі сторони, подвійну рефлексію: як Я бачу проблему чи себе з точки зору Іншого, конструювання досвіду і за себе, і за іншого. Децентрація не є інтелектуальною звичкою для багатьох дорослих, це вміння має бути натренованим певними зусиллями під час формування особистості.

Аналіз результатів, отриманих за допомогою опитувальників, примушує зробити суттєве зауваження щодо використання опитувальників в не адаптованому для дослідження інтерпретативних завдань цілей: категоричні відповіді щодо своїх власних якостей здебільшого не прийнятні для осіб з розвиненим відчуттям критичності і самокритичності; респонденти такого типу отримують низькі бали просто завдяки своїй обережності і виявленим сумнівам у відповідях; в той же час саме вони часто є носіями значного інтерпретативного потенціалу.

Узагальнення результатів співставлення показників опитування і виявлених рівнів володіння інтерпретаційними технологіями у респондентів дорослого віку показало, що такі складові інтелектуальної ініціації і стратегічності, як ґрунтовність і самостійність вибору, а також задоволення вибором, корелюють з високими рівнями розвиненості інтерпретативних компетентностей особистості. Обов'язковою складовою інтерпретативних компетентностей дорослої людини можна вважати розвиток механізмів оцінки результатів. Чим вищий рівень сформованості інтерпретативних механізмів у дорослої людини, тим більше у неї продуктивної рефлексії (системної) і менше проявів непродуктивної (інтроспекції і квазірефлексії). Високий рівень показників діалогічності, самоцінності та конструктивності міжособистісних відносин свідчить про розвиненість децентрації у всіх дорослих респондентів із сформованими інтерпретативними вміннями. Також отримано свідчення того, що процеси формування інтерпретаційних можливостей особистості, її готовності до смислоутворення і переструктурування своєї смислової сфери безпосередньо пов'язані

Таблиця 1

Розподіл респондентів за рівнем сформованості інтерпретаційних процесів

	Текст «Мозкова атака»	Текст «Наративна теорія»	Текст «Шукач»	Усього
Передсмисловий рівень	14%	38%	15%	14%
Смисловий рівень	15%	25%	35%	34%
Метасмисловий рівень	71%	37%	50%	52%



з різними складовими готовності особи до само-розвитку. Кореляція між такими метакогніціями, як інтелектуальна ініціація, стратегічність, децентрація і готовність до саморозвитку як складовими «авторства» власного життя, з одного боку, і розвинутими інтерпретаційними навиками і компетентностями, з другого, реалізують єдність готовності дорослої особи конструювати себе і своє життя з наявністю психологічних якостей для того, щоб це зробити можливим.

В той же час у достатньо значимому числі випадків низькі рівні саморегуляції не стали на заваді виявленню високих рівнів інтерпретації художнього і наукового текстів – схоже, що тут інші фактори грали вирішальну роль. Якщо використовувати для визначення рівня інтерпретації тексти автонаративного плану, результати по цих показниках можуть бути іншими.

Аналіз дозволив виявити деякі сталі конфігурації з метакогніцій, які можна вважати факторами впливу на рівні інтерпретаційних можливостей особи:

1. Когнітивно-саморегуляційна група – високі показники різних складових саморегуляції, системної рефлексії, діалогічності міжособистісних відносин і готовності пізнати себе або самовдосконалюватися, тобто розвиненість інтелектуальної ініціації і стратегічності, забезпечують метасеміологічний рівень інтерпретаційного потенціалу респондентів (36% групи метасеміологічного рівня).

2. Рефлексійно-гнучка група – високі показники рефлексійності всіх рівнів в поєднанні з діалогічністю міжособистісних відносин і готовністю пізнавати і змінювати себе забезпечують формування високих інтерпретаційних можливостей особи.

3. Нерефлексійна група – зовсім низька рефлексійність особи, навіть при високих показниках самоорганізації і стратегічності, обмежує, як правило, її інтерпретаційність передсеміологічним рівнем.

4. Малокомпетентнісна група – низький рівень розвитку більшості складових саморегуляції та хоча б однієї з основних метакогніцій призводять до передсеміологічного рівня сформованості інтерпретаційних процесів.

Виявлені конфігураційні групи вказують на основні осі протиставлення наявних метакогніційних вмінь як важелів впливу на сформованість інтерпретаційних процесів дорослих: (а) наявність більшості метакогнітивних вмінь у особи – відсутність компетентності по більшості метакогніцій і (б) рефлексійність – нерефлексійність особи.

**Висновки.** Результати дослідження дають підстави для введення поняття «інтерпретаційної компетентності» як здатності успішно долати будь-які завдання, що вимагають інтерпретації як основного засобу вирішення. Складові інтерпретаційної компетентності – це рефлексійна і наративна компетентності, а також певний рівень розвитку основних метакогніцій. Інтерпретаційна компетентність може розглядатися як набута якість, яка забезпечує повноцінне професійне функціонування особистості і полегшує шлях до самореалізації. Проведений аналіз результатів дослідження свідчить про необхідність розробки програми з розвитку цих компетентностей у різних вікових групах дорослих, що є необхідним для повноцінної реалізації потенціалу особистості протягом усього її життя.

### Список літератури:

1. Букай Х. Искатель. *Истории для размышлений. Способ понять себя и других*. URL: [https://royallib.com/read/horhe\\_bukay/istorii\\_dlya\\_razmishleniy.html#0](https://royallib.com/read/horhe_bukay/istorii_dlya_razmishleniy.html#0) (дата звернення 11.09.2021).
2. Гуцол К. В. Наративна компетентність як чинник розвитку здатності особистості до самопроекування. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. II : *Психологічна герменевтика*. 2018. Вип. 11. С. 122–133.
3. Дискурсивні технології самопроекування особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смольсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2019. 170 с. URL : <http://lib.iitta.gov.ua/717132/> (дата звернення : 09.10.2020).
4. Зазимко О. В. Конструювання досвіду в процесі розвитку особистості юнаків: вікові особливості. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. II. *Психологічна герменевтика*. 2020. Вип. 12. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. С. 83–98.
5. Зарецька О. О. Дискурсивні практики самопроекування дорослих. *Самопроекування особистості у дискурсивному просторі* : монографія [Електронний ресурс] / за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Педагогічна думка, 2016. 232 с. Режим доступу : <http://lib.iitta.gov.ua/704560/> ISBN 978-966-644-422-9 (дата звернення : 05.03.2021).
6. Зарецька О. О. Методичні питання визначення рівнів сформованості інтерпретаційних процесів особистості : *Актуальні проблеми психології* : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. 2. *Психологічна герменевтика*. Київ, 2021. Вип. 13. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. С. 89–103.

7. Зарецька О. О. Провокація текстом як дієвий засіб розвитку індивідуального дискурсу самопроєктування. *Актуальні проблеми психології* : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. 2. *Психологічна герменевтика*. 2018. Вип. 11. С. 73–86.
8. Коломинский Я. Л. Человек среди людей. Москва : Молодая гвардия, 1973. 240 с.
9. Кроссли М. Л. Нарративная психология. Самость, психологическая травма и конструирование смыслов : монография. Харьков : Гуманитарный Центр, 2013. 284 с.
10. Проблемы психологической герменевтики / под ред. Н. В. Чепелевой. Киев : НПУ им. М. П. Драгоманова, 2009. 382 с.
11. Рудницкая С. Ю. Продуктивные и стагнирующие стратегии дискурсивного конструирования опыта личности. *Актуальні проблеми психології* : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. 2. *Психологічна герменевтика*. К. : 2020. Вип. 12. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. С. 19–40.
12. Рудницка С. Ю., Гуцол К. В. Наративна компетентність як визначальна складова комунікативної компетентності особистості. *Психологічні проблеми особистості на сучасному етапі розвитку суспільства* : Збірник матеріалів XI Міжнародної науково-практичної конференції (7-8 квітня 2021 р., м. Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин : НДУ імені М. Гоголя, 2021. С. 10–16. URL: [http://www.ndu.edu.ua/storage/2021/11\\_conf\\_zbirn\\_psycho.pdf#page=11](http://www.ndu.edu.ua/storage/2021/11_conf_zbirn_psycho.pdf#page=11) (дата звернення : 05.06. 2021).
13. Самопроєктування особистості у дискурсивному просторі : монографія / Н. В. Чепелева та ін.; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Педагогічна думка, 2016. 232 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/704560/> (дата звернення: 10.04.2019).
14. Смутьсон М. Л. Психологія розвитку інтелекту : монографія. Київ : Нора-Друк, 2003. 298 с.
15. Чепелева Н. В. Інтерпретація як механізм конструювання опыта личности. *Актуальні проблеми психології* : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. 2. *Психологічна герменевтика*. Київ : 2020. Вип. 12. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. С. 4–18.
16. Чепелева Н. В. Текст і читач : посібник. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 124 с.
17. Чепелева Н. В., Рудницка С. Ю., Гуцол К. В. Діагностичний інструментарій визначення наративної компетентності особистості. *Технології розвитку інтелекту*. Т. 5. № 1 (29). 2021. URL: [https://psytir.org.ua/index.php/technology\\_intellect\\_develop/article/view/546](https://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/546) (дата звернення : 06.06.2021).
18. Чепелева Н. В., Рудницка С. Ю. Психологічна характеристика особистості, здатної до самопроєктування. *Педагогіка і психологія*. 2018. № 1. С. 71–77.

#### Zaretska O.O. INTERPRETATIVE COMPETENCE OF THE ADULT PERSONALITY AS A FACTOR OF ITS SELF-DESIGNING

*The work is devoted to the problem of interpretative potential of an adult personality. The interpretive potential of an adult personality is considered as a tool for its self-designing. The methodological basis of the research is the psychological-hermeneutic approach, according to which the success of interpretation processes in the individual is determined by the possession of appropriate interpretation technologies. The research is based on the analysis of previous theoretical developments of the problem, as well as on the results of the specially conducted experiment which aimed to investigate the level of formation of the interpretive processes in respondents of different ages and the correlation of this factor with the development of leading metacognitions in respondents. The experiment consisted in conducting a survey among adult recipients according to certain standardized methods, as well as in their performance of tasks with experimental texts. To analyze the results of the experiment, a criterion apparatus for determining the level of formation of the interpretative processes of the individual has been developed. The concept of "interpretive competence" of an individual has been introduced as ability to successfully solve problems that require interpretation as the main solution. It was established that the components of interpretive competence are reflective and narrative competencies, as well as the certain level of development of basic metacognitions. Interpretive competence can be considered as an acquired quality that ensures full-fledged professional functioning of the individual and facilitates his path to self-realization. The analysis of the research results indicates a low level of development of many components of the narrative and reflective competences of adult respondents. It is necessary to develop a program for the development of these competences in different age groups of adults. It will contribute to the full realization of the entire potential of the individual throughout his life.*

**Key words:** interpretation, adult personality, interpretive competence, metacognition, self-designing, experimental research.

UDC 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/03>**Nasibova S.Kh.**Baku Slavic University,  
Azerbaijan State Oil and Industry University**ON THE FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE  
IN PSYCHOLOGICAL SCIENCE**

*This article discusses approaches to the interpretation of the concept of emotional intelligence, as well as its formation. The value of emotional intelligence for successful activity of a person is shown.*

*In psychology, one of the Central objects of research is the personality and all the processes that are inherent in it. Based on the most common interpretation, we can say that a person is an established person with a number of features and characteristics.*

*The processes that occur with the individual are subject to a multiplicity of studies, and the consideration of emotional intelligence, however, as well as intelligence and emotions separately, is no exception.*

*The article deals with the periods of development and study of emotional intelligence in both foreign and domestic psychology.*

*Goal. Consider existing research on emotional intelligence, and based on the results to generalize how emotional intelligence can affect the success of a person.*

*Novelty. This article describes the essence of emotional intelligence, as well as reveals its impact on the success of the individual.*

*Methods. Analysis of research, scientific literature, synthesis, generalization.*

*Results. After analyzing the scientific literature and research, we can conclude that emotional intelligence is a fairly popular topic in psychological science, and the analysis of research shows the importance of emotional intelligence for a person, as well as confirms its impact on success.*

**Key word:** *emotions, emotional intelligence, success, motivation, personality, research, skill, condition.*

**Statement of the problem in general terms and its connection with important scientific and practical problems.** Modern society places great emphasis on the importance of developing human intelligence, without which it becomes impossible to achieve goals, self-improvement, success. A person constantly feels the need for emotions, thanks to them there is knowledge of the surrounding world, adaptation to conditions and so on.

D. Goleman considered emotional intelligence as a person's ability to understand their emotions and the emotions of others in order for this information to help them realize their goals [6].

J. Meyer and P. Saloway considered emotional intelligence as the ability to perceive personality manifestations, which is expressed in emotions [9].

The most universal and recognized today is the definition of D.V. Lyusin, who by emotional intelligence means the ability to understand his own and others' emotions, the ability to manage them [7]. In turn, emotional intelligence focuses on the cognition of individual emotional states [8].

**Goal and tasks** – to show the evolution and formation of emotional intelligence in psychological science.

**Presentation of the main material of the study.**

The term emotional intelligence entered psychological science not immediately, but only after realizing that the emotional and cognitive correlate with each other.

It is valuable to note the study of emotional intelligence by J. Mayer, who distinguished five periods throughout the XX–XXI centuries. During the first period, which dates back to 1900–1969. there was only a separate study of emotion and intelligence, which did not interact with each other. Already starting from 1970 to 1989 (the second period) cognitive and emotional processes and their interaction began to attract the attention of researchers. And only in 1990-1993, (the third period) emotional intelligence became the subject of psychological research. And only by the 4th period (1994–1997) is gaining huge popularity among researchers. And the fifth period dates back to 1998 and lasts to the present day. At the moment, the essence of this phenomenon is being revealed [9].

One of the early works, which was a harbinger of the beginning of the study of emotional intelligence, is considered to be a study in 1920 by Thorndike. In this work, for the first time, social intelligence was distinguished from the part of general intelligence.

According to the researcher, social intelligence implied the ability to understand a person to people, to show empathy [13].

Already in the 1930s Hunt and Thorndike conduct studies of social intelligence in subjects using the method of drawings depicting faces with emotions, in addition, emotions were identified by verbal description [12].

And in 1935, Doll developed a scale of social maturity for the cognition of a person's social competence.

In the 70s and 80s, mass studies of the relationship between emotions and thinking were conducted. The list of such studies includes studies of the relationship between depression and thinking, mood and creativity, and so on. It was found that positive emotions lead to emotional stability and purposefulness of action [10].

In addition to foreign studies, there were also studies by Russian authors of emotional intelligence. For example, Vygotsky believed that emotions are separate from instincts and belong more to the psychological sphere. He also believed that emotions are intellectually mediated and there is a relationship between emotional and intellectual, emotions also regulate thinking, which affects the motivation of activity.

Leontiev supported Vygotsky's ideas about cognitive and emotional processes and developed them in his writings. The researcher showed that emotional regulation is inherent in thinking.

In Russian psychology, the term emotional intelligence was closely correlated with the concept of emotional thinking. This process was reflected in the research of Tikhomirov O.K. In his opinion, thinking interacts closely with emotional phenomena. It is the emotional state of a person that performs regulatory functions in mental activity. Emotional activity is the basis of a person's intellectual work.

It is important to note that the study of emotional intelligence was not new to Russian psychology, since this phenomenon was studied as a semantic experience, intellectual affect, intellectual thinking.

According to A.V. Brushlinsky, there is a need to introduce a new term into psychology, since this allows us to form research from a new perspective. And despite extensive research, the problems of studying emotional intelligence continue to remain open [4].

Many researchers have agreed that emotions can control a person's behavior and influence his actions. This is reflected in the motivational theory of emotions. It was found that emotions motivate a person to act [1].

Every emotion is a complex psychophysiological state. According to Levitov N.D., any state can be both an experience of a person and the work of his various systems. Therefore, emotion is still an important component of the multicomponent structure of abilities, which a number of authors have called emotional intelligence.

Considering the structure of emotional intelligence, it would not be superfluous to consider Daniel Goleman's model. D. Goleman identifies four main components of emotional intelligence: self-awareness, self-control, empathy, and relationship skills [5].

Self-awareness is the knowledge of oneself, one's own self, one's feelings and desires. Self-control also allows you to control your emotions, manage anger, rage, panic... Motivation in this model is a means of achieving a goal, joy, satisfaction from getting what you want. Empathy should be attributed to the manifestation of personal emotions of a person, the ability of one person to accept the feelings of another person. And social skills, in turn, correlate empathy with people's personal needs.

Emotional intelligence is able to influence all spheres of people's lives and activities. He is able to influence physical health, so only by learning to manage emotions can you avoid stress, apathy, depression. Emotional intelligence is also able to control relationships with other people. Thanks to it, conflict situations can be avoided. All this carries a certain burden on psychological health. The human psyche suffers from uncontrolled emotions.

Thanks to a well-developed emotional intelligence, it is easier for a person to get used to studying, at the workplace.

Emotional intelligence is interconnected with the emotional sphere of personality. They develop synchronously. And their formation is laid from birth. The activity of their development depends on society. And the most sensitive period is considered to be school and adolescence.

The problem of diagnosing emotional intelligence is significant for psychology today. Despite extensive research, no single diagnostic method has been developed. It is fair to note that preference is given to methods that are based on solving problems to determine emotions and the ability to manage them. Such tasks contain several possible answers [11].

The popular Mayer-Salovey-Caruso test can be attributed to this group of methods. These methods allow us to study the level of cognitive abilities that allow us to control emotions. Personality traits are not included in the study [9].

Methods that are based on self-report and self-assessment work with certain abstract situations with which the subject either agrees or does not. These methods include the questionnaire by N. Hall, the questionnaire by N. Schutte, the questionnaire “EmIn” by D.V. Lyusin and others.

As numerous studies show, the level of development of emotional intelligence affects the success of a person. And the higher the emotional intelligence, the higher their success rate. Such people are not afraid to express erroneous judgments, they are able to take responsibility for themselves and for others. Those subjects who show low and average results of emotional intelligence have poorly formed emotions, emotional state. And as a rule, people with a low indicator of emotional intelligence achieve less success, they are passive, not balanced [7].

A. I. Egorov investigated the relationship between the emotional intelligence of managers and the effectiveness of management, which can be considered success. He came to the conclusion that managers with a high level of emotional intelligence cope with their duties more effectively, they have a democratic leadership style.

Pankova T.A. in her research emphasizes that the level of emotional intelligence is associated with the effectiveness of its work. Such managers are successful in their work, there is career growth. Managers are able to direct their emotions and the team in the right direction, increasing the productivity of activities.

The ability to control the emotional state, in other words, emotional intelligence is an important condition for the formation of personal qualities that are necessary in educational activities, in work. The ability to understand your emotional state and other people increases self-confidence, increases success [2].

If we consider a situation where a person experiences strong emotions, for example, in the case of

supervised work, an exam, an interview and does not cope with them, because he does not know how to manage them. As a result, a person in a stressful situation gets lost, cannot gather himself and eventually suffers defeat. And when a person is able to pull himself together, sensibly assess his abilities, develop a plan of action, curb anxiety, cope with emotions, then this in turn increases the possibility of a positive outcome, success. Thus, people with well-developed emotional intelligence become more successful, as they manage their emotions, are able to choose the right social strategy.

Considering the influence of emotional intelligence on the success of activities, it is important to note its importance both in educational activities and in work where “human-human” interaction takes place.

**Conclusion.** Emotional intelligence is considered a competence where the success of an activity leads to the conclusion that a high level of emotional intelligence entails motivation that is aimed at achieving success. Motivation for success allows you to overcome difficulties, prevent failure. As scientific research and practical experience show, the level of motivation to achieve success of a person has a direct relationship with the level of his emotional intelligence.

Thus, the study of emotional intelligence has its own history. To date, a single interpretation of the concept has not been developed. At the moment, there are a sufficient number of techniques for considering emotional intelligence [3].

Multiple scientific studies of emotional intelligence make it possible to make sure that the ability to manage your emotions, having a clear motivation lead to successful activity. Therefore, for successful activity, it is necessary to engage in the development of emotional intelligence at any age. To date, there are enough ways and methods.

### Bibliography:

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюцк: ПГУ, 2018. 388 с.
2. Андреева И.Н. Понятие и структура эмоционального интеллекта // *Социально-психологические проблемы ментальности* : 6-я Междунар. научно-практ. конф. 26–27 ноября 2019 г., Смоленск: Изд-во СГПУ, 2018.
3. Андреева И.Н. О становлении понятия «эмоциональный интеллект» Текст / И.Н. Андреева // *Вопросы психологии*. № 5, 2018.
4. Брушлинский А. В. Культурно-историческая теория мышления: Философские проблемы психологии. М.: Высшая школа, 1968. 104 с
5. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта : Пер. с англ. М.: Альпина Бизнес Букс, 2015.
6. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербер. 560 с., 2019.
7. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // *Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования* / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН, 2014

8. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн [Электронный ресурс] // *Психологическая диагностика*. 2006. №4. С. 3-22. URL: [https://www.researchgate.net/publication/311706448\\_Novaa\\_metodika\\_dla\\_izmerenia\\_emocionalnogo\\_intellekta\\_oprosnik\\_EmIn](https://www.researchgate.net/publication/311706448_Novaa_metodika_dla_izmerenia_emocionalnogo_intellekta_oprosnik_EmIn) (дата обращения: 30.19.2020).
9. Майер Г. Психология эмоционального мышления // Хрестоматия по общей психологии. *Психология мышления* / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Петухова. М.: Изд-во МГУ, 2017.
10. Матвеева Л.Г., Горшенин Д.В. Опыт разработки методики диагностики эмоционального интеллекта [Электронный ресурс] // *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2007. Т. 4. № 4. С. 149-160. URL: <https://psy-journal.hse.ru/2007-4-4/26959874.html> (дата обращения: 29.08.2020).
11. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. М., 2017.
12. Neurobiological correlates of Emotional Intelligence in voice and face perception networks / K.N. Karle [et al.] // *Social and Affective Neuroscience*. 2018. Vol. 13. № 2. P. 233-244.
13. Thorndike E. L. Intelligence and its use // *Harper's Magazine*. 140. 1920. P. 227-235.

### **Насібова С.Х. ПРО ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІОНАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ**

*У цій статті розглядаються підходи до трактування поняття емоційного інтелекту та його формування. Показано значення емоційного інтелекту для успішної діяльності.*

*У психології одним із центральних об'єктів дослідження є особистість і всі процеси, які їй притаманні. Виходячи з найбільш поширеної інтерпретації, ми можемо сказати, що людина – це сформована особистість з низкою особливостей і характеристик.*

*Процеси, що відбуваються з людиною, є предметом безлічі досліджень, і розгляд емоційного інтелекту, а також інтелекту та емоцій окремо, не є винятком.*

*У статті розглядаються періоди розвитку та вивчення емоційного інтелекту як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології.*

*Мета. Розглянути існуючі дослідження, присвячені емоційному інтелекту, і на основі отриманих результатів узагальнити, як емоційний інтелект може вплинути на успіх людини.*

*Новизна. У статті описується сутність емоційного інтелекту і розкривається його вплив на успіх особистості.*

*Методи. Аналіз досліджень, наукової літератури, узагальнення.*

*Результати. Проаналізувавши наукову літературу та дослідження, можна дійти висновку, що емоційний інтелект є досить популярною темою у психологічній науці, і аналіз досліджень показує важливість емоційного інтелекту в людини, і навіть підтверджує його вплив на успіх.*

**Ключові слова:** емоції, емоційний інтелект, успіх, мотивація, особистість, дослідження, звичка, стан.

**Третяк Т.М.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

## РОЗВ'ЯЗУВАННЯ ЗАДАЧ В ПРОЦЕСІ ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ ЗА УМОВ ІНФОРМАЦІЙНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

*Розглядається принцип невизначеності як характеристика функціонування природи. Аналізуються об'єктивно і суб'єктивно обумовлені детермінанти подолання інформаційної невизначеності. Акцентується увага на процесуальному підході до невизначеності, в зв'язку з цим враховуються особливості співвідношень структурного, функціонального і структурно-функціонального конструювання актуальних образів. Зокрема, наголошується, що можливість сконструювати власну реальність («інформаційне сховище особистості») ґрунтується на безвідповідальному ставленні до аналізу актуальної інформації. Розглядаються структура та динаміка складної життєвої ситуації. Подається структура процесу вирішення творчої задачі (за В. О. Моляко) та розроблена ним система творчого тренінгу КАРУС, її діагностичний та розвиваючий потенціал з метою формування психологічної готовності особистості до розв'язування творчих задач за умов екстремальності та інформаційної невизначеності. Подається характеристика етапів і фаз творчого мислення та особливостей реалізації системи КАРУС. Зроблено висновок, що адекватне розуміння сприйнятої інформації в складних умовах може в реалізації зберегти людині життя (особливо під час бойових дій чи в умовах окупації). Важливо також на кожному з етапів вирішення актуальної задачі вірно оцінювати структурні і функціональні характеристики знайдених елементів конструювання, на основі чого вибудовується шуканий її розв'язок. Особливо це стосується етапу вивчення початкових умов задачі та формулювання шуканих умов на базі стартових, заданих. Зрозуміло, що від цього залежить те, наскільки точною буде побудова задуму вирішення задачі, наскільки створена конструкція відповідатиме усім заданим вимогам, в якій мірі вдасться нейтралізувати деформуючий вплив екстремальності та інформаційної невизначеності на процес розв'язування актуальної творчої задачі.*

**Ключові слова:** творче мислення, задача, інформація, стратегія, інформаційна невизначеність.

**Постановка проблеми.** Складноорганізована діяльність має в основі послідовність вирішення задач зростаючої складності. В сучасній науці нові знання отримуються в результаті конструювання, поєднання часом взаємовиключаючих позицій, більш чи менш складноорганізованих багатомірних інформаційних структур, отриманими різними дослідниками.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В рамках синергетичної методології контекстуальна характеристика суб'єкта тісно пов'язана з включеними до цих контекстів спостерігачами, наприклад, «спостерігача другого порядку, який спостерігає за самим собою і є водночас спостерігачем стосовно контингентного ансамблю контекстуально локалізованих спостерігачів першого порядку» [1]. А отже, в процесі наукового дослідження конструюється певний інтегративний метод, детермінований рівнем готовності дослідника до такого роду діяльності, коли «епістемоло-

гія складності виникає в самому процесі дослідницького просування» [6].

Складноорганізована система (метасистема) обумовлює новий рівень керування системою, коли паралельно з функціонуванням регуляції даної системи має місце надсистемна регуляція, що передбачає диференціацію функцій систем [25].

На думку В. В. Знакова, «метаперсональна самоінтерпретація поширюється за межі індивідуально-особистісного внутрішнього світу і охоплює більш широкі сторони людського буття» [10, с. 8], а Д. О. Леонтьєв наголошує, що суб'єктність – це процес соціального конструювання свідомості, особистості і поведінкових практик [13, с. 153].

Отже, в залежності від синергетичної системи координат паралельно з аналізом діяльності певних суб'єктів може розглядатись системна діяльність метасуб'єкта, а також визначатись спектр функціонування метасуб'єкта в більш масштабному контексті [21; 22].

**Мета** цієї публікації – здійснити огляд проблеми розв’язування задач в процесі творчого мислення суб’єкта за умов інформаційної невизначеності.

**Виклад основного матеріалу.** Оскільки функціонування природи навколишнього світу характеризується принципом невизначеності, неможливо об’єктивно сприймати його у всьому спектрі притаманних властивостей [2]. Так, наприклад, світло має дуалістичну природу, яку описує корпускулярно-хвильова теорія.

Адекватність створеного образу досліджуваного явища, об’єкта, феномену визначається відповідністю реалізованих методів дослідження, конструювання, знань про досліджуваний матеріал. При цьому побудована шукана конструкція характеризується не лише задачними обмеженнями, а також і особистісними характеристиками того, хто розв’язує дану задачу, довізнає її умови і вибудовує гіпотетичну, більш чи менш адекватну реальності шукану конструкцію розв’язку.

Зрозуміло, кожна людина має свого рівня системноорганізований творчий інструментарій розв’язування задач, який в залежності від моделі контексту, вибудованого самим суб’єктом, трансформується свого роду «похідну», ніби ситуативну розгортку. При цьому різні прояви суб’єктності свідчать, насамперед, про складність ментальної організації суб’єкта. Як стверджує М. С. Гусельцева: «Важлива якість суб’єкта – його автономність, протистояння колективності» [7, с.13].

Сучасний світ, задачні ситуації, в які потрапляє людина в процесі взаємодії із світом, характеризуються мінливістю, складністю і невизначеністю. Тож множинність контекстів обумовлює і множинність підходів до структурно-функціонального аналізу цих контекстів. Одним з домінуючих серед цих підходів є мережевий віртуальний простір. Також має місце домінування і збільшення впливу Інтернету як засобу спілкування, отримання нової інформації та конструювання картини світу у сучасних людей, а отже, їх інформаційної соціалізації.

Невизначеність трактується як неможливість контролювати прийняття рішень і взагалі свої дії в ускладнених умовах. Науковці розглядають проблему «недиференційованого образу», процесуального підходу до невизначеності [5, 11].

Д. О. Леонтьєв наголошує, що сучасні дослідження особистості базуються на ідеї самопроектування людини, її власної життєтворчої активності [15]. При цьому ідея можливих Я пов’язана з уявленнями людей про себе, свої потенціальні

можливості і майбутнє, з смислами і цінностями людей, а також із способами взаємодії людини із світом. В цьому ракурсі розгляду проблеми може йти мова, як про досягнуті Я, так і про втрачені можливості самозміни і саморозвитку.

С. Н. Костроміна в рамках розробки концепції вивчення особистості на базі процесуальної моделі обґрунтовує необхідність розгляду особистісних феноменів як багатокомпонентних процесів [11]. До того ж динамічність особистісних проявів визначається логікою і швидкістю зміни станів і не обмежується певним спектром їх характеристик. Натомість перевага надається можливості врахування різноманіття станів і дій.

Вводячи новий термін «перебування в зміні», акцентуючи на «неспрямованості змін», Н. В. Гришина наголошує на важливості розуміння базового зв’язку між збереженням і зміною. А отже, мінливість особистості є атрибутивною її характеристикою. Разом з тим, слід зауважити, що вирішення проблеми виживання людини в складних життєвих умовах значною мірою залежить від її здатності не лише на одну, а водночас на кілька стратегій поведінкової діяльності [5].

Оскільки життя людини реалізується паралельно в соціальному (об’єктивному) і персональному (суб’єктивному) просторі і часі, такий широкомасштабний спектр можливих поєднань посилює розбалансування між різними складовими простору і часу та, в свою чергу, призводить до дисгармонії між особистісною оцінкою ситуації людиною, її ставленням до того, що відбувається нині, відбувалось у минулому чи гіпотетичних її уявлень щодо майбутніх змін [16].

При цьому може мати місце взаємодія двох домінуючих сфер: 1) персональний хронотоп «простір – час», пов’язаний із зовнішніми соціальними змінами, що відображає власне ставлення людини до об’єктивного простору і часу; 2) сфера віртуальності, яку людина вибудовує для себе, оминаючи об’єктивну систему координат.

Адже, для адекватного сприйняття реальності, для побудови життєздатних рішень, розв’язування життєвоважливих задач, пов’язаних з проблемами виживання і продуктивної трансформації актуальних задачних ситуацій і розвитку власного творчого інструментарію людині доводиться здійснювати суто адекватний структурно-функціональний аналіз всіх елементів цієї задачної ситуації у їх взаємозв’язку. Це може бути здійснено лише за рахунок реалізації структурно-функціонального конструювання, коли в процесі аналізу актуальних інформаційних структур враховуються водно-



час і структурні, і функціональні характеристики складових розглядуваної системи.

В тому разі, коли мова йде про аналіз структурних властивостей елементів, маємо справу зі структурним конструюванням. Коли ж структурні характеристики компонентів ігноруються, а розглядаються лише їх функціональні властивості, йдеться про реалізацію функціонального конструювання.

Слід зауважити, що акцентування на суто структурному чи суто функціональному конструюванні веде людину до побудови сфери віртуальності, «відірваної» від реальності, але комфортної в плані легкості її побудови і підтримання функціонування; так званого «сховища для втечі від реальності» з її проблемами, складнощами, з неминучістю відповідальності за прийняті рішення.

Отже, можливість сконструювати власну реальність, як правило, ґрунтується на безвідповідальному ставленні до аналізу актуальної інформації. Хоча водночас це свого роду «інформаційне сховище особистості» за сучасних умов життя може бути дуже актуальним у вирі нестабільної, постійнозмінюваної ситуації у навколишньому світі. Це може обумовлювати формування у людини уявлень про навколишній світ як ворожий, агресивний, сповнений песимістичних очікувань стосовно майбутнього.

В. В. Зеньковський стверджує, що людина володіє внутрішньою енергією (внутрішньою активністю душі, самодіяльністю душі), яка, як може здаватись, проявляється на елементарному рівні, як мінімум, як пристосувальна реакція на впливи зовнішнього світу. Насправді ця внутрішня енергія є дійсним творчим потенціалом людини, що проявляється на різних вікових рівнях і в різних сферах творчої діяльності. Вона діє за внутрішньою необхідністю, тобто вільно і виявляє селективний вплив щодо трансформації всього спектру об'єктивних умов існування і формує шлях досягнення притаманних їй цілей [8].

Актуальна задачна ситуація, в свою чергу, мобілізує спонтанне функціонування цієї внутрішньої енергії, забезпечує пошукову активність, спрямовує усвідомлювану і неусвідомлювану творчу діяльність на трансформацію образу світу, тієї психологічної реальності, що стає основою для побудови шуканої конструкції-розв'язку.

До того ж актуальна життєва ситуація може бути більш чи менш важкою в залежності від: 1) порушень адаптації людини в результаті зовнішніх чи внутрішніх змін [3, 18]; 2) високих вимог до ресурсів людини, що обумовлює необхідність

знаходження нових розв'язків задачної ситуації [12, с. 184]; виходу за межі звичних систем координат при вирішенні повсякденних задач [14; 18]; 3) конструктивних трансформацій особистості, нових можливостей, недоступних у повсякденному житті [19, 20]; а отже, маємо справу з людиною, яка знаходиться всередині ситуації і оцінює, інтерпретує, розуміє її як важку для себе [10].

На основі концепції образу світу, розробленої О. М. Леонтьєвим в контексті загальнопсихологічної теорії діяльності, Є. В. Бітюцька визначила структуру і елементи образу важкої життєвої ситуації як модель сприйнятої ситуації, що містить структурні елементи; характер зв'язків між ними (спрямованість, мережевість, лінійність та циклічність зв'язків); рівні та механізми переходу з одного рівня на інший; модальність образу [3, с. 121-122].

Характеризуючи динаміку образу важкої життєвої ситуації, вона виділяє такі її аспекти: 1) аналіз процесу розуміння, оцінювання та інтерпретації цієї ситуації; 2) адекватність і спотворення її образу; 3) повнота її образу; 4) гнучкість і ригідність при сприйнятті тяжкої життєвої ситуації.

Так, Ф. Ю. Василюк вважає переживання продуктивним процесом створення смислу в критичних ситуаціях, що характеризується складною внутрішньою динамікою: послідовною зміною засобів і стратегій [4]. При цьому людина не завжди здатна інтерпретувати тяжку життєву ситуацію як задачу. Повнота образу ситуації визначається комплексним баченням проблеми [19].

Гнучкість при сприйнятті тяжкої життєвої ситуації може виявлятися як здатність переконструювати образ ситуації через зміну обставин, отримання нової інформації. Натомість ригідність образу світу пов'язана з нездатністю змінити програму дій в ситуації невизначеності [23].

Формулюючи класифікацію напружених ситуацій, В. О. Моляко виокремлює швидкоминучі і довготривалі напружені ситуації, а також напружені ситуації з елементами невизначеності, такі ситуації, що вимагають готовності до екстрених дій, тобто за умов суттєвого дефіциту часу або необхідності швидких змін при виконанні довготривалої монотонної роботи. Напружену ситуацію може обумовлювати надходження неадекватної, необ'єктивної інформації.

При цьому умови діяльності він розподіляє наступним чином: звичні (до яких вже є адаптація), комфортні (за яких зручно виконувати звичну діяльність), комфортно-стимулюючі, помірно несприятливі, несприятливі, складні, дуже складні, екстремальні, катастрофічні.

В розробленій В. О. Моляко концепції творчої діяльності творчість аналізується як складова цілісного психічного потенціалу суб'єкта і є основою його конструктивної, проектувальної, видозмінюваної діяльності у професійних та повсякденних масштабах. Це стосується як проявів на різних вікових рівнях, так і стосовно функціонування різних сфер творчої діяльності: наукової, технічної, художньої, комунікативної, педагогічної, побутової та ін.

При цьому творчість розглядається, насамперед, як «творчість адаптації до умов життя, творчість гри, творчість навчання, творчість пізнання». Адже, коли дитина у процесі взаємодії із навколишнім світом здійснює відкриття на суб'єктивному рівні, не маючи ніякого ні інструментального досвіду (відповідних навичок і вмінь), ніякої інформаційної обізнаності стосовно актуальної картини світу, «творчий процес пристосування до навколишнього середовища переходить у більш складні форми, наповнюється осмисленими окремими діями, поєднанням цих дій у певні комбінації, з'являються вже з власного досвіду певні знання у формі образів більш чи менш широкого діапазону» [24, 22].

Характеризуючи загальну структуру перебігу творчих процесів, В. О. Моляко виділяє такі фази: виникнення проблеми, постановка задачі; аналіз завдання, досягнення розуміння умови; формування задуму розв'язання; здійснення розв'язання, втілення задуму; перевірка і доопрацювання варіанту розв'язання. При цьому основними циклами вважаються наступні: розуміння сутності задачі; побудова задуму розв'язання; вирішення задачі згідно з вихідними умовами, що містяться в задачі; тобто типовий творчий процес включає всі три основні цикли: розуміння – задум – розв'язання.

Аналіз процесу розв'язування творчої задачі здійснюється у співвідношенні функціонування стратегій і тактик мисленнєвої діяльності при розумінні умови задачі і особливо при розробці задуму її вирішення. Стратегія, будучи системою проектування і реалізації задуму розв'язання проблеми, є унікальним утворенням, відображає в розробленій конструкції як особистісні характеристики того, хто вирішує задачу, так і конкретні особливості самої задачі.

Геніальність В. О. Моляко як творчої особистості виявляється, зокрема, в розробці системи КАРУС, яка ґрунтується на основних принципах творчості природи: принципах аналогізування (пошуку аналогів), комбінування і реконструю-

вання (пошуку антиподів) і була розроблена спочатку в рамках психологічної концепції технічної конструкторської діяльності, а потім виявилась цілком прийнятною для реалізації стосовно різних сфер творчої мисленнєвої діяльності: художньої, педагогічної, комунікативної та ін. Оскільки її інструментарій дозволяє успішно вирішувати творчі задачі не лише в різних сферах діяльності, але і в різного роду ускладнених умовах: при дефіциті (надлишку) часу, інформації, при обмеженнях і раптових заборонах.

В процесі дослідження конструкторської мисленнєвої діяльності В. О. Моляко виокремив п'ять основних стратегій: стратегія аналогізування, стратегія комбінування, стратегія реконструювання, універсальна стратегія і стратегія «випадкових» підстановок.

Стратегія пошуку аналогів пов'язана з реалізацією вже відомих і раніше використовуваних об'єктів, їх частин чи блоків. З метою побудови задуму вирішення задачі можуть залучатись більш чи менш віддалені аналоги. До того ж аналоги можуть бути настільки віддаленими, що їх скоріше можна вважати антиподами. Тоді мова буде йти про використання стратегії реконструювання, коли здійснюється трансформація, реконструювання, так би мовити, антагоністичного характеру.

Стратегія комбінування ґрунтується на використанні широкого спектру дій, пов'язаних із різного роду поєднань і роз'єднань блоків об'єктів чи їх частин, трансформації структурних і функціональних характеристик елементів комбінування.

Універсальна стратегія пов'язана з більш чи менш рівномірною реалізацією аналогізуючих, комбінаторних і реконструюючих дій. Про стратегію «випадкових» підстановок можна говорити, коли задум розв'язання задачі конструюється ніби без плану, за якимись випадковими орієнтирами, за відсутності домінуючої тенденції.

Реалізація стратегій творчої мисленнєвої діяльності спрямована на побудову шуканої конструкції, пов'язаної з вирішенням актуальної задачі, що, як правило, має в своїй основі трансформацію образів: «праобраз» – «прообраз» – «образ-орієнтир» – «ведучий образ» – «образ – передпроект» – «образ-проект» – «образ-рішення» [24].

Розроблена В. О. Моляко психологічна система творчого тренінгу КАРУС спрямована на розвиток творчої мисленнєвої діяльності особистості в різного роду ускладнених умовах. Свою назву вона отримала за виявленими у дослідженнях стратегіями творчої мисленнєвої діяльності: ком-

бінування – аналогізування – реконструювання – універсальний підхід – спонтанні (випадкові) дії.

У загальному вигляді технологія реалізації системи КАРУС передбачає кілька стадій. На стартовій, діагностичній стадії досліджуваний має самостійно розв'язати ряд задач. За підсумками аналізу отриманих результатів розробляється гіпотетична стратегія формування його готовності до творчої мисленнєвої діяльності. На наступній стадії досліджуваному пропонується вирішити нову серію задач, аналогічних попереднім, але складніших, застосовуючи почергово стратегії аналогізування, комбінування, реконструювання, універсальну і «випадкових» підстановок. На третій стадії здійснюється остаточний контроль рішення і за його результатами реалізується більш цілеспрямований тренінг за кожною із стратегій.

З метою розвитку творчого мислення за умов різного роду екстремальності та невизначеності В. О. Моляко розробив низку спеціальних методів: часових обмежень, раптових заборон, швидкісного ескізування, нових варіантів, інформаційної недостатності, інформаційної перенасиченості, абсурду, ситуаційної драматизації, реалізація яких дозволяє сформулювати у людини психологічну готовність до розв'язування творчих задач

в ускладнених умовах. Нині це є дуже актуальним як стосовно різних вікових груп, так і відповідно різних сфер діяльності.

**Висновки.** Адекватне розуміння сприйманої інформації в складних умовах може в решті решт зберегти людині життя (особливо під час бойових дій чи в умовах окупації). Важливо також на кожному з етапів вирішення актуальної задачі вірно оцінювати структурні і функціональні характеристики знайдених елементів конструювання, на основі чого вибудовується шуканий її розв'язок. Особливо це стосується етапу вивчення початкових умов задачі та формулювання шуканих умов на базі стартових, заданих. Зрозуміло, що від цього залежить те, наскільки точною буде побудова задуму вирішення задачі, наскільки створена конструкція відповідатиме усім заданим вимогам, в якій мірі вдасться нейтралізувати деформуючий вплив екстремальності та інформаційної невизначеності на процес розв'язування актуальної творчої задачі.

**Перспективи.** В подальшому передбачається розробка методичних засобів та емпіричне дослідження особливостей розв'язування задач старшокласниками в процесі творчого мислення за умов інформаційної невизначеності.

#### Список літератури:

1. Аршинов В. И. На пути к наблюдателю-конструктору инновационной сложности. *Инновационная сложность*. СПб.: Алетей, 2016. С. 15-38.
2. Асмолов А. Г., Шехтер Е. Д., Черноризов А.М. Преадаптация к неопределенности как стратегия навигации развивающихся систем: маршруты эволюции. *Вопросы психологии*, 2017. № 4. С. 3-26.
3. Битюцкая Е. В. Структура и динамика образа трудной жизненной ситуации. *Вопросы психологии*, 2020. №3. С. 116-131.
4. Василюк Ф. Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск.ун-та, 1984. 240 с.
5. Гришина Н. В. Процессуальный подход в психологии личности. Психология личности: Пребывание в изменении / Под ред. Н.В.Гришиной. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2019. С.117-154.
6. Гусельцева М. С. Психология и новые методологии: эпистемология сложного. *Психологические исследования: электронный научный журнал*, 2015. Т. 8. № 42.
7. Гусельцева М. С. Рождение субъективности из духа человекознания. *Вопросы психологии*, 2018. № 1. С. 3-16.
8. Зеньковский В. В. Проблема психической причинности. Киев, 1914. 408 с.
9. Знаков В. В Психология понимания мира человека. М.: ИП РАН, 2016. 488 с.
10. Знаков В. В. Новый этап развития психологических исследований субъекта. *Вопросы психологии*, 2017. №2. С. 3-16.
11. Костромина Н. В. Процессуальный подход в психологии. Психология личности: Пребывание в изменении / Под ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2019. С. 55-84.
12. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы // *Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова*, 2013. № 5. С.184-188.
13. Леонтьев Д. А. Что дает психологии понятие субъекта: субъектность как измерение личности // *Эпистемология и философия науки*. 2010. Т. 25. № 3. С. 136-153
14. Леонтьев Д. А. Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых конструктов // *Психология совладающего поведения* : Мат-лы II Междунар. науч.-практ. конф., Кострома, 23-25 сент. 2010 г. Т. 2. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. С. 40-42.
15. Леонтьев Д. А. Самореализация личности: теоретические контексты и жизненный смысл. Психология личности: Пребывание в изменении / Под ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2019. С.283-303.

16. Марцинковская Т. Д. Культура и субкультура в пространстве психологического хронотопа. М.: Смысл, 2017. 271 с.
17. Моляко В. А. Творческая конструкторология (пролегомены). К.: Освіта України, 2007. 388 с.
18. Одинцова М. А. Психология жизнестойкости. Учеб. пособ. М.: Флинта, 2015. 296 с.
19. Поддьяков А. Н. Неопределенность в решении комплексных проблем. Человек в ситуации неопределенности / Гл.ред. А. К. Болотова. М.: ТЕКС, 2007. С. 177-193.
20. Поддьяков А. Н. Преднамеренное создание трудностей и совладание с ними. *Психологические исследования*: электронное научное издание, 2008. №1(1).
21. Сергиенко Е. А. От когнитивной психологии к психологии субъекта. *Психологический журнал*, 2007. № 1. С. 17-27.
22. Сергиенко Е. А. Проблема соотношения понятий субъекта и личности. *Психологический журнал*, 2013. Т. 34. № 2. С. 5-16.
23. Смирнов С. Д. Прогностическая направленность образа мира как основа динамического контроля неопределенности. *Психологический журнал*. 2016. Т. 37. № 5. С.5-13.
24. Творча діяльність в ускладнених умовах / В.О.Моляко та ін. За заг. ред. В. О. Моляко. К., 2007. 308 с.
25. Турчин В. Ф. Феномен науки. Кибернетический подход к эволюции. М.: Словарное издательство ЭТС, 2000. 368 с.

### **Tretiak T.M. THE TASKS SOLVING IN THE PROCESS OF CREATIVE THINKING IN THE CONDITIONS OF INFORMATIONAL UNCERTAINTY**

*The principle of uncertainty as a characteristic of the functioning of nature is considered. Objectively and subjectively determined determinants of overcoming informational uncertainty are analyzed. Attention is focused on the procedural approach to uncertainty. In this regard the peculiarities of the correlations of structural, functional and structural-functional construction of actual images are taken into account. In particular, it is emphasized that the possibility of constructing one's own reality ("personal information storage") is based on an irresponsible attitude to the analysis of current information. The structure and dynamics of a complex life situation are considered. The structure of the process of creative task solving and the KARUS creative training system developed by V. O. Molyako, its diagnostic and developmental potential for the purpose of forming the psychological readiness of an individual to solve creative tasks under conditions of extremity and informational uncertainty are presented. The characteristics of creative thinking stages and phases of and the features of the KARUS system implementation are presented. It was concluded that adequate understanding of perceived information in difficult conditions can ultimately save a person's life (especially during hostilities or under occupation). It is also important at each of the stages of solving the actual problem to assess correctly the structural and functional characteristics of the found elements of construction, on the basis of which the sought solution is built. This especially applies to the stage of the initial conditions of the problem studying and formulating the sought conditions on the basis of the starting, given ones. It is clear that this depends on how accurate the construction of the idea of solving the problem will be, how created structure will meet all the specified requirements, to what extent it will be possible to neutralize the deforming influence of extremity and information uncertainty on the process of the actual creative task solving.*

**Key words:** creative thinking, task, information, strategy, informational uncertainty.

## ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.98

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/05>

**Калищук С.М.**

Київський університет імені Бориса Грінченка

### СУБ'ЄКТИВНО-ФЕНОМЕНОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА & ПСИХОТЕХНІЧНИЙ ПРОТОКОЛ ВИВІЛЬНЕННЯ РЕСУРСІВ ОСОБИСТОСТІ У ПОДІЯХ ВІЙНИ

*У статті обґрунтовано психодіагностичну процедуру та консультативний психотехнічний протокол маніфестації ресурсів особистості, що перебуває у подіях війни. Психодіагностичний етап спрямовувався на розвідку трьох ознак реалістичності у співвіднесенні «Я» та воєнних подій: а саме – опор (прояв інтрапсихічного ракурсу) – методика «9 проєктивних питань» щодо онтології «Війна у житті й діяльності людини» і методика С. Jung «16 асоціацій»; екзистенційної сповненості (екзистенційний ракурс) – методика А. Längle, Ch. Orgler, M. Kundl «Шкала екзистенції»; міра та якість взаємодії «Я» із світом (інтерпсихічний ракурс) – методика А. Adler «Найраніший дитячий спогад». Надано опис психодіагностичної процедури за схемою: вихідні положення; методика; упереджені емпіричні кореляції; діагностичні висновки. Виявлено дефіцит здатності досліджуваних до осягнення нового досвіду воєнного часу, а також необхідність збільшення гнучкості когнітивних, поведінкових і емоційних відгуків на воєнні події. Запропоновано психотехнологію вивільнення ресурсів особистості. Визначено її мету, завдання і методологічні підходи (системний, генетико-моделюючий, екзистенційно-аналітичний, транстеоретичний екзистенційно-системний). Означено три плани психотехнології: динамічний, функціональний та змістовий. Динамічний план психотехнології окреслено головними постулатами теорії динамічних систем. Розкрито внутрішню логіку вивільнення ресурсів, а саме – поглиблення «мнемічного контексту», зміна «мнемічного контексту», новий якісний склад «співвідношення Я із світом». Охарактеризовано змістовий план психотехнології: методи та зони інтервенції (тілесні, емоційні та поведінкові патерни). Складено п'яти кроковий психотехнічний протокол маніфестації ресурсів особистості у подіях війни: знаходження вихідного фокусу; пошук засад нестачі реалістичності особистості; активація процесів переживання та розуміння; забезпечення руху змінних за стадіями консультативних змін; опрацювання спіральних патернів.*

**Ключові слова:** ресурс, опора, екзистенційна сповненість, глобальність взаємодії «Я» і світу війни, психодіагностична процедура, психотехнологія маніфестації ресурсів, консультативний психотехнічний протокол.

**Постановка проблеми.** У воєнний час простежується феномен напруженої поляризації уявлень світу, цінностей, переконань, емоційних реагувань та ставлень. Перед кожною людиною нагально постає завдання не лише знайти доладний спосіб збереження життя (свого, рідних і близьких), але й посилити власне «Я» завдяки розвитку здатності витримувати травмівні воєнні події. Утвердження персонального конструкту «Я-Можу-Бути-Тут-у-війні» забезпечується акумуляцією досвіду переживання, розуміння та інтерпретації

людиною подій свого життя. Реалістичне співвіднесення «Я» із світом війни, а саме – смислове осягнення екзистенційного воєнного досвіду є умовою вивільнення ресурсності та резильєнтності людини.

Відтак, у психологічній практиці воєнного сьогодення актуалізуються питання пошуку діагностичних і психокорекційних засобів знаходження (відкриття, реконструкції) травмованих або втрачених смислів виживання, смерті, відновлення, реадаптації та відбудови майбутньої пер-

спективи особистісного, родинного, соціального і професійного життя людини. Пошук методів моніторингу та подальшого вивільнення ресурсів особистості спрямовує на створення нових і вдосконалення наявних технік їх маніфестації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психодіагностична та консультативна процедури об'єктивації реалістичного «співвіднесення Я із світом» базуються на п'яти-вимірній ресурсній матриці, в якій вимір «ознаки реалістичності» сполучається із чотирма вимірами життя (індивідуальне, соціальне, родинне і професійне). Змістове поле ресурсної матриці представлено сукупністю особистісних ресурсів, а саме – опор (прояв інтрапсихічного ракурсу життя), екзистенційної сповненості (екзистенційний ракурс) та ступеню глобальності взаємодії «Я» із світом (інтерпсихічний ракурс) [2].

Перша ознака – опори – окреслює внутрішню систему самодетермінації особистості, яка постійно «перевіряється» взаємозв'язками із світом. Сучасний світ «заговорює» з людиною воєнними подіями, кризами, травмівними обставинами. Світ завжди ставить запитання, відповіді на які формують особисту історію людини. Одним із ключових запитань життя, як зазначає Дж. Холліс, є: «Що мене підтримує?» [4, с. 147]. Опори означають наявний рівень безпеки людини у протистоянні складностям, втратам, хаосу, тривалій невизначеності.

Друга ознака – екзистенційна сповненість – є переживанням, що характеризує внутрішню згоду й відповідність рішень та вчинків власній сутності [8]. Це переживання має персональну специфіку та системотвірність щодо інших почуттів людини. Іntenційний аспект екзистенційної сповненості містить персональну силу «витримки» і констатацію «Це мій світ», незважаючи на трагічний перебіг воєнних подій. А. Längle розкриває феномен «витримки» як знаходження власної сили в умовах, коли зовнішній об'єкт створює напругу і викликає необхідність кризового узгодження [8]. «Витримати» виникає як результат усвідомлення констатації «Я-Можу-Бути-Тут-у-війні» на відміну від неусвідомлених психодинамічних (копінгових, імпринтингових) реакцій.

Третя ознака – ступінь глобальності (локальності) взаємодії із світом – окреслює багатовекторний простір взаємовідношень «Я і Світу». С.Д. Максименко звертає увагу на визначеність людини своїми відношеннями до навколишнього світу: «Світ відтворюється у людському дитяті ... Становлення особистості як цілісність є вичерпуванням із існуючої потреби (екзистенційної

потреби жити і бути) тих можливостей, які потенційно в ній можуть бути» [3, с. 147]. Отже, засіб буття людини містить в собі контексти (зміст) та процесуальність (дію), залежить від соціального (діяльнісного і комунікаційного) опосередкування та визначає рух-поступ до себе, до свого внутрішнього світу через становлення себе у ставленні до інших, у відношенні до подій, до Світу [1, с. 81].

Відтак, логіка суб'єктивної налаштованості людини на зовнішній світ та базові ознаки реалістичного його переживання детермінують смислові зв'язки «Я» із всіма елементами життя людини. Упредметнення емпіричних діагностичних корелятивів та методичних консультативних інструментів маніфестації ресурсів дозволить окреслити зміст і функціональні можливості потенціалу людини «витримати» події війни.

**Мета статті** полягає в обґрунтуванні психодіагностичної процедури та консультативного психотехнічного протоколу виведення ресурсів особистості, що перебуває у подіях війни.

**Виклад основного матеріалу.** Перший (діагностичний) етап дослідження полягав у розвідці «опор», «екзистенційної сповненості» та «ступеню глобальності взаємодії «Я» із Світом» в межах суб'єктивно феноменологічного діагностичного підходу. Вибірку склали психологи-консультанти приватної практики (54 особи). Опис діагностики наводиться за схемою: *вихідні положення; методика; емпіричні кореляти; діагностичні висновки.*

1. Діагностика «опор». *Вихідні положення.* Опора забезпечує переживання «Можу – Прийняти» і «Можу – Витримати». Зустріч із воєнною реальністю впливає із персонального досвіду, на який людина може покластися як у собі, так і у світі війни. Суб'єктивний досвід виробляє відповіді на питання: «Що робить людину у достатній мірі сильною, щоб вона могла жити в обставинах свого життя?» «Що дає людині змогу знаходитися в умовах війни і при цьому залишатися самою собою?» «За рахунок чого відбувається феномен «Могти – Прийняти» воєнну реальність та звернути на неї увагу?» Створення умов для усвідомлення свого відношення до фактичного перебігу воєнних подій та їх наслідків, передбачає, по-перше, констатування того, з чим конкретно людина зустрілася у подіях війни. По-друге – прийняття подій війни. Прийняття актуалізує простір «Ви»-«тримати», в якому можна опертися на себе, світ і на інших людей у світі війни. Тому важливо про складні події бути в змозі запитувати, говорити, визначати своє бачення і розуміння.

*Методика.* «Дев'ять проєктивних питань» щодо онтології «Війна у житті і діяльності особистості».

*Емпіричні кореляти:* головні ознаки життя у воєнний час (теперішній час); спогади про життя до війни (минулий час); мрії про майбутнє (прийдешній час); наявні опори у подіях війни; опори минулого життя до війни; ефективна діяльність у воєнний час; персональні складності у подіях війни; засоби допомоги собі у подіях війни; цінності «Я», що переживає воєнні події.

*Діагностичні висновки.* Виявлено: посилення зовнішніх опор, прагнення до довоєнних засобів підтримки себе, спрямованість у мрійливе майбутнє; перевагу опор у соціальній і професійній сферах життя, в яких йде напрацювання нових громадських і психологічних констатації щодо подій воєнного часу, зокрема, прийняття фактів воєнних подій та їх наслідків; розрив між сьогоденням війни і минулим довоєнним життям, яке не ідеалізується, але розуміється як втрачене; нестачу індивідуальних смислів виживання і смислів смерті у війні.

*Методика:* «16 асоціацій» С. Jung [10].

*Емпіричні кореляти:* асоціативна карта опор з визначенням «конфліктної зони» («Це є Я») і «ключового» конструкту («Я є»).

*Діагностичні висновки.* Виявлено суперечність переживання «Це є Я» («конфліктної зони») у:

- характері активності («участь у нових справах – я мало що можу»);
- модальності внутрішньої активності («рішучість, драйв і завзятість – пасивність і зосередженість на собі і на природі»);
- ступені свободи («вимушена імміграція – сила укоріненості в Україні»);
- ступені відповідальності («перемога – військові втрати»);
- персональних можливостях («професійна робота, різні форми піклування про близьких, клієнтів і постраждалих – обмеженість власної активності хаосом війни»);
- контролі внутрішніх проявів («підтримка оптимістичного і врівноваженого настрою – розуміння трагічності перебігу воєнних подій»);
- контролі зовнішніх проявів («підтримую інших – власні супервізії»);
- особистих ставленнях («категоричність у визначенні хто «свої» – розуміння, що можуть існувати «хороші» росіяни»);
- якостях персонального рольового набору («власна роль в українському соціумі, що перевлаштовується на воєнний лад – навчатися жити у закордонному мирному світі»).

Контент-аналіз «ключового» конструкту дозволив виявити особливості глибинних опор досліджуваних, які відкривають вимір трансцендентного «Я є» [5], а саме:

- розуміння свого досвіду: «персональна сила, витримка, прийняття»;
- відношення до свого досвіду: «розвиток, поновлення себе»;
- спрямованість уявлень: «Перемога, мир, свобода, стабільність»;
- автентичне ставлення до себе зараз у теперішньому часі: «жорсткість, мужність, маскулітність»;
- «колір» потоку, в якому здійснюється сьогоденне життя: «воєнні успіхи; воєнна інформація»;
- відчуття природності та невідкладності тих причин, які викликають цей «колір»: «збереження життя дітей, людей похилого віку, українських військових»;
- розуміння власного засобу осягнення світу у воєнних подіях: «активність, навчання, допомога іншим»;
- розуміння джерел власної повноти й ефективності: «віра у ЗСУ, віра у Бога, навчання, професійна діяльність, друзі».

Отже, застосування методик діагностики опор склало проєктивно-феноменологічні умови «зустрічі» досліджуваних із світом воєнних подій та із собою через упредметнення переживань «Це є Я» і «Я є». Результатом такої «зустрічі» стався пошук (активація) засад персональної витримки і прийняття в інтерактивному просторі між Я і світом війни.

2. Діагностика «екзистенційної сповненості». *Вихідні положення.* Переживання екзистенційної сповненості характеризує внутрішню згоду й відповідність рішень і вчинків особистості власній сутності [8]. Це переживання складається як цілісність з шести парціальних часток і визначає ступінь сформованості персональної можливості «Бути-Тут». Переживання екзистенційної сповненості означає наповненість смислами буття людини [8]. Наповненість смислами, в свою чергу, – це результат, з одного боку, «взнавання» і врегулювання людиною власних потреб і завдань – відчування власної інтенційності. З іншого – результат пізнавальної орієнтації людини у складних правилах і вимогах сьогодення.

*Методика:* «Шкала екзистенції» (A. Längle, Ch. Orgler, M. Kundi) [7].

*Емпіричні кореляти:* «персональність», «самодистанціювання», «самотрансцендентність», «екзистенційність», «свобода», «відповідальність».

*Діагностичні висновки.* Виявлено схильність відставляти себе, підкорюючись обставинам (з депресивними елементами); нестачу зовнішньої свободи і внутрішнього вільного простору; відсутність внутрішнього та зовнішнього відмежування, що виражено болем, стражданням і стисненням; стримане відношення до життя; дефіцит внутрішньої згоди у смисловій системі досліджуваних, яка гальмує вільне емоційне обходженням із собою в умовах нестабільного воєнного часу.

3. Діагностика «ступеню глобальності (локальності) взаємодії Я із світом». *Вихідні положення.* Взаємодія «Я» і світу детермінується конструктами, що фільтрують сигнали зовнішнього світу з метою відібрати з них відповідні змісту персонального кристалізованого патерну. Зокрема, таким конструктом є «девиз життя» за А. Адлера [6]. З одного боку, «девиз життя» виступає вихідною умовою призми відбору окремих переживань у персональний досвід людини. З іншого, накопичує і узагальнює полюс переживань та зумовлює специфіку смислової моделі «Я у світі». Отже, «девиз життя» пропонуємо розглядати як стабільно-динамічне психічне утворення, яке детермінує характер і якість переживання кризи в умовах воєнного часу.

*Методика:* «Найраніший дитячий спогад» А. Адлера [6].

*Емпіричні кореляти:* домінуючі переживання (поведінкові програми); тип події; відчуття приналежності.

*Діагностичні висновки.* Виявлено фіксацією на негативних переживаннях й болісному досвіді; сталі й неузгоджені очікування; перевагу негативних програм: страх-уникання, сум-прохання про допомогу, гнів-руйнування, відраза-відкидання та детермінований ними дефіцит взаємодії із світом.

Загалом, діагностичний етап дослідження виявив необхідність розвитку здатності досліджуваних до інтерпретування (осягнення) досвіду воєнного часу, а також збільшення гнучкості когнітивних, поведінкових і емоційних відгуків на воєнні події.

Другий (психокорекційний) етап дослідження полягав в обґрунтуванні психотехнології та психотехнічного протоколу вивільнення ресурсів особистості. Мета психотехнології полягає у встановленні смислового зв'язку «Я» з елементами простору всіх вимірів життя у воєнний час.

Завдання психотехнології становить реорганізаційний вплив на:

– реалістичність суб'єктивної реальності людини (дійсності);

– віднаходження рівноваги між внутрішнім світом («Я є»), «Це є Я») і зовнішнім світом (події війни);

– встановлення життєвих завдань, відповідних до подій війни;

– посилення «резильєнтності» – здатності вибудовувати всі виміри життя (індивідуальне, соціальне, родинне, професійне) у нестабільних і трагічних воєнних умовах;

– поновлення індивідуальних смислів життя (виживання) та смислів смерті у війні.

Процесуальність психотехнології базується на таких методологічних підходах:

– системному, з огляду на «автопоезний» рух неперервного суб'єктивного творення світу і спіральний характер множини взаємодій із світом, кожна з яких запускає структурні зміни в системі; одиниця аналізу – «смислові зв'язки елементів системи» [9];

– генетико-моделюючому, що розкриває єдність «самопроекування» особистості й умов її функціонування та розвитку; одиниця аналізу – «екзистенція» («доля») [3, с. 23];

– екзистенційно-аналітичному, який окреслює практичний метод розвитку здатності жити із внутрішньою згодою щодо власних дій та буття; одиниця аналізу «екзистенційна дійсність» [8];

– транстеоретичному екзистенційно-системному як психологічної системи забезпечення процесу смислової динаміки свідомості особистості через прийняття і проживання викликів життя з метою досягнення автентичних установок, свободи й відповідальності щодо власної екзистенції та світу; одиниці аналізу – «контекстні й регуляційні смисли» [1, с. 290-328].

Психотехнологія маніфестації ресурсів особистості розкривається у динамічному, функціональному та змістовому планах.

Динамічний план окреслюється головними постулатами теорії динамічних систем, згідно з якими:

1) поводження системи залежить від зв'язків між її елементами, наприклад: між членами родини; вимірами життя; між здоров'ям та симптомами; між мирним минулим, невідомим майбутнім та воєнним сьогоденням;

2) зв'язки мають емоційний вираз і складають послідовний рух: «уявлення (мнемічний контекст)» → «переживання (емоції, стани)» → «думки»;

3) існує потенційно велика кількість зв'язків між елементами (множинність реакцій на подію) в силу того, що кожен елемент може перебувати



в декількох різноманітних станах, наприклад: світ розуміється як джерело можливостей і, водночас, як неідеальний, ворожий, нестабільний та обмежуючий;

4) кожен елемент системи може впливати на систему загалом, наприклад: переконання щодо мовного кліше «слов'янські братські народи»;

5) емерджентні властивості виникають в плінні функціонування самої системи, наприклад: панічні атаки, як прояв помилкового аттрактору – «мені необхідна допомога близької людини», «я самотня», «я не приймаю себе і такий світ», «цей світ лякає мене» тощо;

6) системи опираються змінам в силу тісного взаємозв'язку між їх елементами, але в екзистенцію людини закладено потенційні засади створювати вільні зв'язки, тому в системі існує «принцип важеля», згідно із яким, невеликий вплив може стати причиною значних змін («важелем» частіше виступає знайдений смисл у контексті, який відкривається симптомом, кризою, втратою, травмою);

7) система завжди має мету, а саме – прагне до бажаного стану (нового аттрактору), який надає системі рівновагу, наприклад: прийняття нестабільності світу або знаходження смислів, що урівноважують локальне переживання хаосу воєнних подій.

Функціональний план психотехнології окреслює процес перекладу упредметнених уявлень (неусвідомлених смислів) у внутрішню мову (у смисли контекстні – каузальні і регуляційні – «Я-Можу-Бути-Тут») через зупинку автоматизованого потоку орієнтації й сприйняття. Механізмом розширення уявлення є переживання парадоксальності у повторювальних патернах «Я і воєнна подія». Змінення контекстних і регуляційних смислів передбачає зміну характеру зв'язку між первісними смисловими угрупованнями і, водночас, заміну мнемічних контекстів, що задають семантичний аспект інтерпретацій подій. Наприклад: смисл щодо війни: «У 21-ому століття війна неможлива» → зміна мнемічного контексту: «Не всі держави розвиваються узгоджено, є держави, в яких процес еволюції людських цінностей гальмується або зупиняється»).

Внутрішня логіка вивільнення ресурсів об'єктивується трьома інтрапсихічними факторами, а саме:

– поглибленням «мнемічного контексту», який характеризується новим якісним діапазоном; результат – сприйняття відомого як нового з іншого ракурсу;

– зміною «мнемічних контекстів», що оформлюють семантичну канву «рекурсії» завдяки

модифікації власних значень; результат – переживання парадоксальності, «мистецтво подиву» і переключення;

– новим якісним складом «співвідношення Я із світом»; результат – вивчення.

Змістовий план психотехнології містить дві складові. Перша – це методи реорганізації «співвіднесення Я із світом», які складаються із технік транстеоретичного екзистенційно-системного концепту [1, с. 290-328] та мультипарадигмальних технік кризового консультування. Друга складова – це три зони психологічної інтервенції, які спрямовані на окреслення екзистенційної дійсності, у якій, як зазначав А. Längle: «Ми самі утримуємося ... своїм тілом, психодинамікою та Person» [8]. Відтак, виокремлено три зони маніфестування ресурсів: тілесні, емоційні та поведінкові патерни. Тілесні патерни зумовлені власним буттям у світі («Я і Світ»), в якому світ є опорою: «Де я стою? Які мої умови? Чи я вдома?» Розкривається світ через фізичний простір – безпечний, небезпечний; простір дихання – вільне, утруднене; через симптоми. Емоційні патерни детермінуються світом людей («Я і Інші»), в якому є захищеність і близькість: «Що торкається мене? Що стосується мене?» Розкривається світ інших через простір притулку, простір спілкування, простори минулого-сьогодення і майбутнього. Поведінкові патерни є відповіддю на буття даностей – наявних умов світу: «Що має бути? Чого не вистачає? Що б мені було потрібне? Що маю?» Це прояв «позиціонування Я» у світі. Очікуваним результатом «позиціонування Я» є згода із власною поведінкою та виконання завдання ситуації, тобто, виконання персональної екзистенції у певному моменті часу.

Психотехнічний протокол маніфестації ресурсів особистості окреслює п'ять кроків консультативної роботи:

1) знаходження вихідного фокусу психологічної допомоги;

2) пошук засад нестачі реалістичності особистості;

3) активація процесів переживання та розуміння як інструментів моделювання дійсності;

4) забезпечення руху змінних за стадіями консультативних змін у конкретному випадку вивільнення ресурсів особистості;

5) опрацювання спіральних патернів, за якими відбувається повернення до попереднього «тунелю» дійсності й блокування або нівелювання змін.

Розглянемо кроки психотехнічного протоколу детальніше.

1. «Вихідний фокус» зосереджується на ключовому положенні, а саме – має місце (або актуалізується за певних екзистенційних, кризових умов) втрата у персональному потоці переживань означуючого та не знаходження означуваного щодо певного ракурсу екзистенційної дійсності (наприклад, повір'янні тривоги, ракетні атаки), або щодо власної екзистенції загалом (наприклад, при втраті або панічному розладі).

Отже, всі різновиди запитів (симптоматичний, дезадаптивний, інтерперсональний, родинний, інтраперсональний тощо) у вихідній точці протоколу є проявом тілесного або емоційного патернів, які створюють деструктивні переживання на тлі дефіциту суб'єктивного покладання, тобто, відсутності відповіді на питання: «Що це є для мене?» і обмеженості суб'єктивної оцінки (суб'єктивного означення) причин і наслідків воєнних подій у їх часовій динаміці. Відтак, вихідний фокус реорганізаційного процесу психотехнології позначає нестачу і неефективність зв'язків між смислами раніше сформованого смислового поля, наприклад: «коли я відчуваюся нездоровою, я чекаю допомогу від інших людей, але, водночас, я сумніваюсь в тому, що вони можуть мені допомогти» або «прагну наповнити себе вірою у допомогу, але війна таке страшне явище, що захлинаюсь поганими думками».

Техніками знаходження вихідного фокусу є, наприклад: схема нарративного психотерапевтичного аналізу кризової події С. Джексона; техніка «Я і моя проблема»; «Піраміда логічних рівнів» Р. Ділтса.

2. «Пошук засад нестачі реалістичності» особистості продукує усвідомлення специфіки кожного із ракурсів «співвіднесення Я і світу» (інтрапсихічного, інтерпсихічного і екзистенційного). Використовуються техніки трансперсонального і бо-динамічного підходів з метою визнавання і усвідомлення імпринтингів – переогляду травм минулого та розширення і реорганізації «мнемічних контекстів» – актуалізованих слідів попереднього досвіду життєдіяльності людини [1, с. 457]. Опрацювання засад нестачі реалістичності особистості дозволяє вирішити два головних питання. Перше – вивчити етіологію проблеми зони «фільтру переваги» («кристалізований» патерн) і помилковий аттрактор), що зумовив становлення існуючої версії «картини світу». Друге – змінити (розширити) фільтр сприйняття, оцінки та реагування.

Техніками (методами) пошуку засад нестачі реалістичності особистості є, наприклад: «Найраніший дитячий спогад А. Адлера», бодинамічна тех-

ніка «Новий позитивний імпринтинг народження» [1, с. 159-169, 458, 477]; тематичне холотропне дихання: «Батьківська система – відношення дитини з матір'ю»; «Особиста історія – витяг і перегляд подій»; «Подолання Страху як ініціація Сили»; «Контакт із собою»; «Життя як подорож»; «Внутрішні простори»; «Внутрішній час»; «Полярність – свобода і відповідальність» [1, с. 460].

3. «Активація процесів переживання та розуміння як інструментів моделювання дійсності». Техніки емоційного вивільнення напруги є інструментом, який регулює трактування внутрішніх і зовнішніх подій. Контекст емоційного реагування складають події війни, уявлення про майбутнє, ставлення до інших, вибір оперативних цілей на найближчий час тощо. Емоційні переживання є семантичним тлом дії розуміння як процесу мовленнєвого виразу контекстних і регуляційних смислів на мисленнєвому контурі свідомості. Отже, переживання анонсують емоційне забарвлення і, водночас, виступають джерелом семантики. Здійснюється активація процесів переживання та розуміння у спосіб штучного створення ситуацій, в яких актуалізується «співвіднесення Я із світом» та усвідомлюються взаємодія «Я» і світу війни, «Я» і «Я»-іншого, «Я» і інших. Мета активації полягає у самовиявленні себе.

Методами активації процесів переживання та розуміння є, наприклад, техніки: «Тут і зараз» (Т. Вебер); «Подорож до глибинної мети»; «Ранжування 14-ти цінностей»; «Сутнісна трансформація» (К. Андреас).

4. «Керування рухом змінних за стадіями консультативних змін» забезпечує розкриття масштабності, якості, ступеню пластичності сформованої «картини воєнних подій», а також визнавання структури і форми, які вона може приймати та до яких вона повертається як до «стабілізуючого» аттрактору. Проходження шляху до засвоєння та опрацювання адаптивних патернів поведінки передбачає моделювання ментальної системи, що дає змогу визначити її емерджентні властивості, об'єкти, які складають її структуру та виявити помилкові аттрактори, що заважають змінам. Тому траєкторія руху змінних за стадіями консультативних змін у кожного клієнта унікальна і залежить від ступеню дестабілізації первісного сталого стану (вихідного аттрактору) і від можливостей складання нового стійкого стану (нового аттрактору). Визнаючи, що смисл виступає квантом «картини світу», а емоція – квантом смислу, першоджерелом вихідного аттрактору (підтримуючого симптом або неблагополуччя) є емоційний

зв'язок між елементами системи. Модальність та сила такого емоційного зв'язку впливає на перебіг і на швидкість встановлення нових вільних (парадоксальних) зв'язків.

Техніками (методами) керування рухом змінних за стадіями консультативних змін є, наприклад: «Опрацювання травматичної дисоціації» (Ф. Пьюселік); Модифікація методики «Граничний смисл» [1, с. 262]; Модифікована методика «Казуометрія» [1, с. 265]; вправа «Довіра» (A. Längle).

5. «Опрацювання спіральних патернів» зосереджується на виявленні причин і факторів, що утримують помилкову «стабілізацію» системи, а також на актуалізації рефлексивних процесів, активації (або зміні якості) внутрішнього діалогу. Ці процеси відображають створення нового аттрактору, з підсилюючим контуром зв'язків у системі. Критеріями відстеження спірального патерну є затрачений час, суб'єктивна оцінка зусиль клієнта і складності його проходження процесу змін. Отже, спіральні патерни – це неусвідомлене повернення людини до «типових» і звичних кристалізованих схем сприйняття, оцінки та реагування. Спіральні патерни проявляють зворотну динаміку зв'язків між елементами системи, а також складнощі знаходженні регуляційного смислу, зокрема – людиною не знаходяться відповіді на питання: «Чи можу я так жити? Чи подобається мені так жити? Чи маю я право так жити? Чи маю я так жити? Чи я хочу так жити?»

Техніками (методами) подолання спіральних патернів є, наприклад: «Систематичні негативні узагальнення» (Ф. Пьюселік); «GRACE» (милосердя) (С. Гіллган); CRAC – переборення травматичної дисоціації (С. Гіллган).

Слід підкреслити, що всі ланки психотехнічного протоколу забезпечують, з одного боку, збагачення новими альтернативами значення (смислами) констатацію «Я-Можу-Бути-Тут-у-війні». З іншого – викликають самовивільнення – профіцит окреслених (взнаних) можливостей щодо персонального досвіду. Саме тому в процесі вивільнення ресурсів припустиме переживання тривоги («Чи зможу?»). Стабілізація (зниження) тривоги забезпечується знаходженням джерел власної ефективності, відкриттям «Я-латентного» («Я» інший»), відчуттям життя як досвіду вивчення (дослідження) невизначеності.

Відтак, запропонований психотехнічний протокол містить операційні засоби, які забезпечують горизонтальне розвертання проблеми – усвідомлення причин та умов власної екзистенційної недостатності. У такий спосіб відбувається опанування енергією кризи і встановлення згоди з власними діями і буттям у воєнних подіях.

**Висновки.** Запропонована психодіагностична програма розвідки ресурсів в межах суб'єктивно феноменологічного діагностичного підходу дозволяє активувати осягнення людиною воєнного контексту свого життя. Засобом знаходження ресурсів є актуалізація здібності людини сприймати фактичний перебіг воєнних подій та їх наслідки. Сприймання, у свою чергу, має певну послідовність, що починається із встановлення (констатування) і закінчується визнанням (розпізнаванням і прийняттям) того, що проявляє себе у світі війни – є фактом воєнних подій та вимагає витримки.

Маніфестація ресурсів розглядається нами як комплекс умов, методів і реорганізаційної психотехнічної процедури усвідомлення (осягнення, опанування) людиною персонального воєнного досвіду. Реорганізаційна спрямованість психотехнології забезпечує об'єктивацію персональних ознак реалістичного співвіднесення «Я» із світом в умовах війни, а саме – встановлення смислового зв'язку «Я» з елементами простору всіх вимірів свого життя у воєнний час. Мета такої реорганізації полягає у формуванні стійкого прийняття воєнної реальності з глибокою, підкріпленою цінностями, вірою в те, що життя у війні має смисл.

Консультативний потенціал психотехнології полягає у розширенні екзистенційної дійсності людини у подіях війни; в об'єктивації індивідуальної ментальної «картини воєнних подій»; у знаходженні контекстуальних обмежень клієнта, зумовлених «кристалізованими» тілесними, емоційними та поведінковими патернами. Психотехнічний протокол окреслює послідовність і специфіку кожного з п'яти кроків консультативного процесу маніфестації ресурсів та пропонує відповідні прийоми і техніки доступу до внутрішнього світу клієнта.

Перспективи подальших досліджень убачаємо у пошуку методів інтегративно-біографічної розробки персональних позицій особистості щодо різних вимірів і виявів світу.

**Список літератури:**

1. Каліщук С.М. Генеза смислової архітектури свідомості майбутніх психологів-консультантів: монографія. Львів, 2020. 492 с.
2. Каліщук С.М. Базиси реалістичного співвіднесення психолога-консультанта із світом в умовах війни. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 2022. 33 (72). 2, 79-86. DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/13>.
3. Максименко С.Д. Генезис существования личности. Киев, 2006. 240с.
4. Холліс Дж. Мандрівка, яку ми звемо своїм життям. Ужгород: Exist, 2021.
5. Almaas A.H. The pearl beyond price – integration of personality into being: An object relations approach. Berkeley: Diamond Books, 1998.
6. Adler A. Character and Talent. Individual Psychology. *The Journal of Adlerian Theory, Research and Practice*, 1989. № 45 (40). P. 513-526.
7. Längle A., Orgler Ch., Kundi M. The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfilment. *European Psychotherapy*, 2003. 4. 1. 135-151.
8. Längle A. The existential fundamental motivations structuring the motivational process. Nova Science Publishers. Vene, 2011. P. 41-56.
9. Varela F. Resonant Cell Fsemblies. *Biological Research*, 1995. 81–95.
10. Jung C. The Complete Works of Carl Gustav Jung, Volume 2: Experimental Studies. *A Study of Verbal Associations*. Translated by Carlos Martin Ramirez. Madrid, 2016.

**Kalishchuk S.M. SUBJECTIVE PHENOMENOLOGICAL DIAGNOSTICS & PSYCHOTECHNICAL PROTOCOL FOR RELEASE OF PERSONAL RESOURCES IN WAR EVENTS**

*The article substantiates the psychodiagnostic procedure and the consultative psychotechnical protocol for the manifestation of the resources of the individual who is in the events of the war. The psychodiagnostic stage was aimed at determining three signs of realism in the correlation of personality and war events: namely, supports (a manifestation of the intrapsychic perspective) – the technique of "9 projective questions" regarding the ontology "War in the life and activity of a person" and the technique of C. Jung "16 associations"; existential completeness (existential perspective) – A. Längle's "Scale of Existence" technique; the degree of globality of the interaction of the "I" with the world (interpsychic perspective) – the technique of A. Adler "The earliest childhood memory". A description of the psychodiagnostic procedure according to the scheme is given: starting positions; method; subjective empirical correlates; diagnostic conclusions. A deficiency in the ability of the subjects to comprehend the new experience of wartime was revealed, as well as the need to increase the flexibility of cognitive, behavioral and emotional responses to wartime events. The psychotechnology of releasing personal resources is proposed. Its purpose, tasks and methodological approaches (systemic, genetic-modeling, existential-analytical, transtheoretical existential-systemic) are defined. Three plans of psychotechnology are defined: dynamic, functional and content. The dynamic plan of psychotechnology is outlined by the main postulates of the theory of dynamic systems. The content of the internal procedure for the release of resources is revealed, namely, the deepening of the "mnemic context", the change of the "mnemic context", a new qualitative composition of the "I's relationship with the world". The content plan of psychotechnology is characterized: methods and areas of intervention (bodily, emotional and behavioral patterns). A five-step psychotechnical protocol for the manifestation of personal resources in war events has been compiled: finding the initial focus; search for the basis of the lack of realism of the individual; activation of the processes of experience and understanding; ensuring the movement of variables according to the stages of advisory changes; development of spiral patterns.*

**Key words:** resource, support, existential completeness, the globality of the interaction of "I" and the world of war, psychodiagnostic procedure, psychotechnology of resource manifestation, consultative psychotechnical protocol.

# СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 159.9; 316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/06>**Курова А.В.**

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

## ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК ЕМПІРИЧНИЙ ГАРАНТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

*Стаття присвячена аналізу результатів емпіричного дослідження психологічного благополуччя як емпіричного гаранту психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Узагальнення зарубіжних першоджерел показало, що вивчення психологічного благополуччя доцільно здійснювати в парадигмі позитивної психології. Таке методологічне підґрунтя дозволяє не тільки поєднати традиційні засади соціальної, вікової психології та психології особистості, але й дослідити природу людського благополуччя, силу надії на щасливе майбутнє, основні прагнення, спрямовані на пошуки сенсу життя в невизначених та проблемних ситуаціях. Зарубіжні вчені, що працювали в позитивній парадигмі та вивчали джерела індивідуальної ефективності людини у складних та невизначених умовах, за одиницю психологічного аналізу обирали різні, але дуже схожі точки відліку: суб'єктивне благополуччя, риси сильного характеру, психологічне благополуччя, роль надії в житті людини тощо.*

*Проведене емпіричне дослідження підтвердило, що основні показники психологічного здоров'я, які відображають систему сенсів, індивідуальних та соціальних настанов, переконань та цінностей особистості, мають одним із емпіричних гарантів психологічне благополуччя, співвідносяться з провідними показниками якостей життя, які транслують успішність та повноту самореалізації особистості, в тому числі до саморозкриття в професійній сфері, спілкуванні з представниками ближнього кола та колегами по роботі, дозволя. Перспективи подальших емпіричних розвідок полягають в розширенні кола емпіричних гарантів психологічного здоров'я молоді в ситуації невизначеності та емпіричній диференціації категорій психологічне та суб'єктивне благополуччя в ситуації невизначеності.*

**Ключові слова:** психологічне здоров'я, ситуація невизначеності, психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, якість життя.

**Постановка проблеми.** Сьогодні, в період протистояння України російській агресії наші громадяни перебувають у постійно змінюваних соціально-економічних, політичних, психологічно-побутових умовах життя, стикаються з об'єктивною або суб'єктивною нестабільністю. В майбутньому, після перемоги нашої держави у війні, відбудуться важливі зміни, але вже сьогодні поступово стає затребуваним тип особистості, здатної до автономного функціонування, якісно нової комунікації, із пластичною психікою та стресостійкістю. Але вже сьогодні, в умовах загарбницької агресії росії, яка провокує ситуації вимушеної еміграції, розділення родин, безробіття, реальні можливості подолання деструктивних соціально-психологічних, емоційних станів

та збереження психологічного здоров'я є лише у тих суб'єктів, для яких головним орієнтиром індивідуального та соціального функціонування буде пошук сенсів того, що відбувається сьогодні, під час війни та буде відбуватися завтра, після перемоги. Саме пошук індивідуальних та соціальних, духовних сенсів існування дозволить сучасній молоді не виживати, а саме жити в умовах війни.

Ось чому особливої дослідницької уваги набуває розгляд семантичного наповнення актуального категоріального апарату психологічної науки, зокрема, поняття «психологічне здоров'я», яке є багатозначним, що дозволяє виділяти його провідні емпіричні гаранті та екстраполювати на різні соціально-психологічні феномени, зокрема, на феномен психологічного благополуччя особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз наукових першоджерел довів, що дослідження психологічного благополуччя як емпіричного гаранту психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності доцільно здійснювати в парадигмі позитивної психології (Ед. Дієнер (Ed. Diener) [2], М. Галахер (M.W. Gallagher) [3], К. Кеєс (C.L.M. Keyes) [5], С. Лопез (S.J. Lopez) [3], С. Петерсон (S.Peterson) [4], К. Ріфф (C.D. Ryff) [5], М. Селігман (M.E.P. Seligman) [4], О. Шігехіро (O. Shigehiro) [2] та ін.).

Обираючи позитивну парадигму дослідження, ми спиралися на ідеї С. Peterson та М.Е.Р. Seligman, які вважали, що дослідницької уваги заслуговують ті соціально-психологічні феномени, які формують новий тип особистості -гідної того, щоб жити. Такий підхід, поєднуючи традиційні засади соціальної, вікової психології та психології особистості, основним своїм завданням має завданням дослідити природу людського благополуччя, силу надії на щасливе майбутнє, основні прагнення, спрямовані на пошуки сенсу життя в невизначених та проблемних ситуаціях. Зарубіжні вчені, що працювали в цьому напрямку та досліджували суб'єктивну ефективність людини у складних та невизначених умовах, за одиницю психологічного аналізу обирали: суб'єктивне благополуччя (Ед. Дієнер (Ed. Diener) [2]), риси сильного характеру (С. Петерсон, М. Селігман (C. Peterson, M.E.P. Seligman) [4]), психологічне благополуччя (К. Ріфф (C.D. Ryff) [5]), роль надії в житті людини (М. Галахер, С. Лопез (M.W. Gallagher, S.J. Lopez) [3]) тощо.

Так, Е. Дієнер в єдиній структурі суб'єктивного благополуччя основний акцент робив на дихотомії «когніції-емоції». Когнітивний бік суб'єктивного благополуччя містить інтелектуальну оцінку задоволеності людини різними сферами свого життя, а емоційний – домінування поганого чи позитивного настрою в процесі самосприйняття та оцінювання поточних подій та перспектив [2, р. 410]. На думку Е. Дієнера в такій дихотомії будь-яка інтелектуальна оцінка ситуації завжди супроводжується відповідною емоцією. Тобто, людина буде володіти достатнім рівнем суб'єктивного благополуччя, якщо в структурі її психіки поєднуються здатність відчуття комфорту в оточенні інших людей, здатність до аналізу поточної ситуації та емоційна врівноваженість.

Суголосним нашим уявленням про психологічне благополуччя як емпіричний гарант психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності є визначення цього феномену, надане

К. Ріфф, яка розглядає його як складноорганізований особистісний конструкт, який поєднує культурні, соціально-психологічні, фізичні, економічні та духовні чинники, що комплексно впливають на процес ефективної та продуктивної життєдіяльності [5, р. 723]. Тобто, за К. Ріффом, психологічне благополуччя є результатом взаємодії генетичних, середовищних, духовних та індивідуально-особистісних впливів.

Отже, в наших дослідженнях ми розглядаємо психологічне благополуччя особистості як складне соціально-психологічне утворення, що є важливою частиною психологічного здоров'я, містить емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти, які формуються та реалізуються в процесі соціально-психологічної активності людини, в системі її реального ставлення до подій навколишньої дійсності, тобто, повною мірою впливають на якість життя особистості (Курова, 2015) [1].

Тому на порядку денному особливої дослідницької уваги заслуговує більш детальне дослідження психологічного благополуччя як емпіричного гаранту психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

**Ціль статті:** репрезентація результатів емпіричного дослідження психологічного благополуччя в структурі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

**Об'єкт дослідження:** психологічне благополуччя в структурі психологічного здоров'я.

**Предмет дослідження:** психологічне благополуччя як емпіричний гарант психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

В дослідженні прийняли участь 350 осіб, представників студентської молоді у вікових межах від 16 до 23 років, чоловічої та жіночої статі.

В процесі проведення емпіричного дослідження нами використовувалися наступний психодіагностичний комплекс: опитувальник «Індекс якості життя» (автор Р.С. Еліот) та опитувальник «Психологічне благополуччя (автор К. Ріфф).

**Виклад основного матеріалу.** В таблиці 1 наведені результати кореляційного аналізу основних показників психологічного благополуччя та якості життя особистості.

Як ми бачимо з таблиці 1, між показникам психологічного благополуччя та якості життя існують кореляційні зв'язки. Так, загальний показник психологічного благополуччя позитивно корелює з такими важливими показниками якості життя, як Kg1 планування кар'єри (332), Kg2 особисті прагнення (306), Kg4 індивідуальне спілкування (258), Kg8 відношення на роботі (282), Kg15 стан

## Кореляційні зв'язки між показниками психологічного благополуччя та якості життя молоді в ситуації невизначеності

Показники якості життя	Показники психологічного благополуччя						
	PВ	PВ1	PВ2	PВ3	PВ4	PВ5	PВ6
Kg1	332*		254			304*	382*
Kg2	306*					313*	262
Kg4	258*	272*				454*	265
Kg5	-262*	-263				-216	-267
Kg7		378*			233	251	
Kg8	282*	342*		239		347*	338*
Kg10				272*	385*	246	
Kg15	297*			366*		216	
Kg13	322*			458*			
Kg12	283*				271*	256	
Kg18	224				273*	305*	325*
Kg20						306	308*
Kg19		233	231			327*	252
Kg23	272	274*					
Kg17	248						
Kg22	338*			489*		364*	237
Kg28		-228				257	
Kg26				-276*			
Kg30	274*	- 262					

Примітка: PВ – загальний показник психологічного благополуччя; PВ1 – наявність мети життя; PВ2 – позитивні відношення з оточуючими; PВ3 – особистісне зростання; PВ4 – керування оточенням; PВ5 – самоприйняття; PВ6 – автономія; Kg1 – планування кар'єри; Kg2 – особисті прагнення; Kg3 – здоров'я; Kg4 – індивідуальне спілкування; Kg5 – час на самоті; Kg6 – відношення з дітьми; Kg7 – відношення з батьками; Kg8 – відношення на роботі; Kg9 – відношення з друзями, сусідами тощо; Kg10 – релігійна та духовна підтримка; Kg11 – джерело позитивного настрою; Kg12 – хатні улюбленці; Kg13 – хобі; Kg14 – розподіл часу; Kg15 – оточуюче середовище; Kg16 – телефон; Kg17 – командировки, ділові поїздки; Kg18 – фізичний стан та середовище; Kg19 – фінанси; Kg20 – життєві кризи за останні 6 місяців; Kg21 – релаксація та медитація; Kg22 – перспектива кар'єри; Kg23 – гумор (ігри); Kg24 – міжособистісне спілкування; Kg25 – фізична активність; Kg26 – сон; Kg27 – вага тіла; Kg28 – вживання алкоголю; Kg29 – тонізуючі напої (кава, чай тощо); Kg30 – тютюн; Kg31 – самоконтроль; Kg32 – прийняття рішення; Kg33 – обов'язковість; Kg34 – оптимізм – песимізм; Kg35 – почуття провини; Kg36 – скритність; Kg37 – пристосованість (пластичність) індивідуальна (професійна); Kg38 – гнів; Kg39 – самоповага; Kg40 – життєві цінності та принципи.

оточуючого середовища (297), Kg13 хобі (322), Kg12 піклування за хатніми улюбленцями (283), Kg22 перспективи кар'єрного зростання (338), Kg30 тютюнопаління (274) ( $p \leq 0.01$ ), Kg18 фізичний стан (224), Kg23 гра та гумор як стиль життя (272), Kg17 командировки та ділові поїздки (248) ( $p \leq 0.05$ ), та негативно – з показником Kg5 здатність проводити час на самоті (-262) ( $p \leq 0.01$ ).

Отримані дані для нашого дослідження є значущими, оскільки вказують на особливості зв'язків характеристик, які складають сутність поняття «психологічне благополуччя», як-от усвідомленість та задоволеність життям, гармонійне поєднання власної реалізованості та потенційності, з такими важливими аспектами якості життя, які свідчать про соціально активну позицію особистості в процесах життєдіяльності та спілкування.

Водночас, ми фіксуємо узгодженість психологіч-

ного благополуччя із активним ставленням до життя, активною життєвою позицією у її різноманітних проявах, наприклад, піклування про стан довілля, наявність хобі, любов до тварин, тобто, з тими боками життєдіяльності, які свідчать про багатство та різноманітність життєвих проявів особистості.

На погляд, таким, що потребує додаткового дослідження є факт взаємозв'язку показника психологічного благополуччя, який відповідає наявності мети життя, з показником «гра та гумор як стиль життя», який відображає особистісну спрямованість на повноту життя, легкість його сприйняття, бажання пізнавати усі його боки, готовність до змін у власному соціально-особистісному просторі, пластичність психіки та відсутність жорстких правил, які обмежують можливість жваво та різноманітно організувати та реалізувати у практичній площині все задумане.

Гра та гумор як стиль життя є значущими компонентами психологічного благополуччя, оскільки є гарантами іронічного сприйняття життя, супроводжуються ламанням соціально прийнятих стереотипів, здатністю мислити нестандартно, готовністю відкривати нові сутності у знайомих явищах. Ці аспекти гармонійно пов'язуються з наявністю мети в житті, задоволенням від процесу її досягнення, що знаходить відповідну реалізацію в особливостях психологічного благополуччя.

З таблиці 1 ми бачимо, що особистісне прагнення та здатність формувати позитивні довірчі взаємовідносини з оточуючими людьми, намагання піклуватися про їхнє благополуччя, формувати близькі стосунки, позитивно корелює з показниками загальної гармонійної системи відносин з соціумом, зокрема, з близьким колом родичів та колегами по роботі, здатністю використовувати елементи гри та гумор в процесі розв'язання життєвих проблем та взагалі при сприйнятті свого життя ( $p \leq 0.01$ ), розпоряджатися своїми фінансів, вживати алкоголь, палити тютюн ( $p \leq 0.05$ ) та негативно – зі здатністю проводити час на самоті ( $p \leq 0.05$ ).

Показник РВ6 автономії, який характеризує самостійність у вчинках та незалежність від думок оточуючих та нав'юваних соціальних стереотипів, спроможність протистояти тиску більшості, позитивно корелює лише з прагненням до успішної кар'єри та здатністю розпоряджатися фінансами ( $p \leq 0.05$ ).

Показник керування оточенням за своєю семантичною наповненістю розкриває здатність людини використовувати владу для досягнення будь-якої мети, контролювати діяльність та зовнішню активність, продуктивно використовувати можливості, що дає влада, позитивно корелює з такими показниками психологічного благополуччя, як Kg10 релігійна та духовна підтримка (385), Kg18 – комфортний стан навколишнього середовища (273), Kg7 відношення з батьками (233), Kg12 хатні улюбленці ( $p \leq 0.01$ ).

Показник особистісного зростання РВ3 позитивно корелює з Kg10 наявністю релігійної та духовної підтримки (272), Kg15 комфортністю оточуючого середовища (366), Kg22 перспектива кар'єри (489), Kg13 хобі (458) ( $p \leq 0.01$ ) та негативно з Kg26 сном (-276); ( $p \leq 0.05$ ). Отже, можна припустити, що прагнення до постійного саморозвитку, почуття власного особистісного зростання та вдалої самореалізації, відкритість нового досвіду та змінам відповідно до власного інтер-

есу в житті більшою мірою впливає на стан духовної та особистісної реалізації та комфорту, аніж пасивність у будь-яких сферах життя.

Ми припускаємо, що такі закономірності можна пояснити певною неузгодженістю духовного пошуку особистості та її кар'єрного просування. Духовний пошук розкриває орієнтацію особистості на духовний саморозвиток, прагнення до розкриття нових сенсів та їх збагачення за рахунок глибинного пізнання та розуміння оточуючої реальності, що зближує людину з природою, допомагає прийняти себе та свою тілесність, цілий світ, представлений, у першу чергу, найближчим референтним оточенням, оскільки саме сенс є важливою формою збалансованості індивідуальної свідомості та оточуючої реальності.

Разом з тим, дуже часто посилення такої духовної спрямованості уводить людину в бік від соціальної реальності, яка, порівняно з абстрактними уявленнями духовного життя, не завжди є досконалою. Спрямованість на кар'єрне зростання Kg1 розкриває не тільки соціальну зацікавленість людини, яка чітко налаштовується на активну соціальну та професійну самореалізацію, але й характеризує намагання підвищення власного рівня як підтримки власного Его у найбільш розповсюдженій формі влади та потреби у здійсненні особистого впливу, що неминуче віддзеркалюється на дискордантності взаємовідносин з близькими людьми, а також, при занадтому посиленні, до відчуття виснаженості, емоційного вигорання, фізичного дискомфорту.

Показник РВ1 наявності мети та усвідомленості життя, спрямованості, позитивно корелює зі Kg4 здатністю до індивідуального спілкування (272), Kg7 відношеннями з батьками (378), Kg8 відношеннями на роботі (342), Kg19 здатністю керувати фінансами (233), Kg23 здатністю використовувати в процесі життя гумор та ігри (274) ( $p \leq 0.05$ ). Негативний зв'язок констатовано з показником Kg28 вживання алкоголю (-228), Kg30 тютюнопаління (-262) та Kg5 схильність проводити час на самоті (-263) ( $p \leq 0.05$ ).

Аналізуючи отримані дані, ми можемо припустити, що саме показник РВ1 наявності мети та усвідомленості життя надає процесам особистісного зростання найбільшу психологічну підтримку, збалансовує їх з процесами соціальної включеності особистості та самореалізації в про-соціальної активності на підставі її позитивної адаптованості в соціумі.

Показник РВ5 самоприйняття позитивно корелює з Kg1 плануванням та побудовою успішної



кар'єри (304), Kg7 відношеннями з батьками (251), Kg8 гармонійністю відносин з колегами та начальством на роботі (347), Kg10 наявністю релігійної та духовної підтримки (246), Kg15 позитивними впливами оточуючого середовища (216), ( $p \leq 0.01$ ), Kg2 значенням особистих прагнень (313), Kg4 гармонійністю індивідуального спілкування (454), Kg12 наявністю хатніх улюбленців (256), керованістю фінансів та Kg22 перспективами кар'єрного зростання (364), Kg20 відсутністю життєвих криз за останні 6 місяців (306) ( $p \leq 0.05$ ).

На наш погляд, особливої дослідницької уваги заслуговує факт, що самоприйняття особистості має велике значення для подолання нею життєвих криз, тобто, ми можемо припустити, що самоприйняття впливає на нервово-психічну стабільність та суб'єктивне відчуття психологічної захищеності особистості.

Тобто, саме самоприйняття особистості та розвинену можливість отримувати задоволення від даного моменту життя, в якому відсутні невизначеність, небезпека, тривожні переживання за майбутнє та травматичні застрягання на минулому, можна вважати важливими передумовами здатності людини керувати власним життям. Саме такі особистісні поєднання створюють умови запобігання виникненню тяжких подій життєдіяльності. Водночас, існуючі взаємозалежності ми можемо розглядати і з позиції іншого порядку: відсутність в індивідуальному досвіді складних життєвих обставин може створювати умови для формування позитивного ставлення до себе та спрямованості на актуальні події життя.

**Висновки дослідження та далі перспективи в цьому напрямку.** Таким чином, аналіз зарубіжних наукових першоджерел переконливо

довів, що дослідження психологічного благополуччя як емпіричного гаранту психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності доцільно здійснювати в парадигмі позитивної психології, що дозволяє не тільки поєднати традиційні засади соціальної, вікової психології та психології особистості, але й дослідити природу людського благополуччя, силу надії на щасливе майбутнє, основні прагнення, спрямовані на пошуки сенсу життя в невизначених та проблемних ситуаціях. Зарубіжні вчені, що працювали в позитивній парадигмі та вивчали джерела індивідуальної ефективності людини у складних та невизначених умовах, за одиницю психологічного аналізу обирали різні, але дуже схожі точки відліку: суб'єктивне благополуччя, риси сильного характеру, психологічне благополуччя, роль надії в житті людини тощо.

Проведене емпіричне дослідження підтвердило, що основні показники психологічного здоров'я, які відображають систему сенсів, індивідуальних та соціальних настанов, переконань та цінностей особистості, мають одним із емпіричних гарантів психологічне благополуччя, співвідносяться з провідними показниками якостей життя, які транслюють успішність та повноту самореалізації особистості, в тому числі до саморозкриття в професійній сфері, спілкуванні з представниками ближнього кола та колегами по роботі, дозвілля.

Перспективи подальших емпіричних розвідок полягають в розширенні кола емпіричних гарантів психологічного здоров'я молоді в ситуації невизначеності та емпіричній диференціації категорій психологічне та суб'єктивне благополуччя в ситуації невизначеності.

#### Список літератури:

1. Курова А.В. Соціально-психологічний аналіз суб'єктивного благополуччя особистості. *Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова. Психологія*. 2015. Том 20. С. 23-28.
2. Diener Ed., O. Shigehiro, R. E. Lucas. Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annu. Rev. Psychol.* 2019. Vol. 54. P. 403 – 425.
3. Gallagher M. W., Lopez, S.J. Positive Psychology. In W. Buskist (Ed). *The SAGE Handbook of Psychology of the 21-st Century*. 2018. P. 202–210.
4. Peterson C., Seligman M.E.P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. New York: Oxford university Press. 2014. 168 p.
5. Ryff C.D. Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69. P. 719–727.

**Kurova A.V. PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AS AN EMPIRICAL GUARANTEE OF THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF YOUTH IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY**

*The article is devoted to the analysis of the results of an empirical study of psychological well-being as an empirical guarantor of the psychological health of young people in conditions of uncertainty. The generalization of foreign primary sources showed that the study of psychological well-being should be carried out in the paradigm of positive psychology.*

*Such a methodological basis allows not only to combine the traditional principles of social, age psychology and personality psychology, but also to investigate the nature of human well-being, the power of hope for a happy future, the main aspirations aimed at finding the meaning of life in uncertain and problematic situations. Foreign scientists who worked in a positive paradigm and studied the sources of individual human effectiveness in complex and uncertain conditions chose different, but very similar reference points as the unit of psychological analysis: subjective well-being, strong character traits, psychological well-being, the role of hope in a person's life etc.*

*The conducted empirical research confirmed that the main indicators of psychological health, which reflect the system of meanings, individual and social guidelines, beliefs and values of an individual, have psychological well-being as one of the empirical guarantors, are correlated with the leading indicators of quality of life, which convey the success and completeness of the individual's self-realization, including self-disclosure in the professional sphere, communication with representatives of the immediate circle and colleagues at work, leisure time.*

*Prospects for further empirical investigations consist in expanding the range of empirical guarantors of the psychological health of young people in a situation of uncertainty and empirical differentiation of the categories of psychological and subjective well-being in a situation of uncertainty.*

**Key words:** *psychological health, situation of uncertainty, psychological well-being, subjective well-being, quality of life.*

**Субашикевич І.Р.**

Львівський національний університет імені Івана Франка

**Рижко В.Р.**

Львівський національний університет імені Івана Франка

## МЕДІА-АКТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ

*У статті висвітлено результати дослідження, спрямованого на визначення медіа-активності особистості під час війни. Повномасштабне вторгнення Росії на територію України змінило життя кожного громадянина. Люди турбуються за своє здоров'я та життя, а також за своїх рідних, близьких, знайомих. Щоб бути добре проінформованим про останні події, мати можливість спрогнозувати свої подальші дії, люди все частіше звертаються до медіа. Кожен вибирає свій інтернет-ресурс, додаток для отримання інформації. Часом інформація стає заспокійливим для людини, іноді ж навпаки – тривожить її.*

*Описано, як війна змінює звичний ритм життя людини і дуже важливо – зберегти своє ментальне здоров'я та не піддатися психологічному саморуїнуванню. В стані війни людина переживає різні емоційні стани. Нормально відчувати страх, безпорадність, тривогу, агресію або бути в стані «ступору». Ці стани можуть змінюватися, відступати і наступати знову.*

*Представлено результати дослідження, за якими можна стверджувати, що час проведений в медіа-просторі збільшився і у чоловіків, і у жінок. Частково кожен з опитуваних скоротив час для власних справ, щоб частіше переглядати новини. Припускаємо, що дана ситуація може скластися через тривогу, страх та цікавість. Оновлення соціальних мереж або ж перегляд теленовін, від початку воєнних дій, теж є частою справою для багатьох респондентів – 3-4 рази на день. Найбільшу потребу в оновленні медіа-контенту мають жінки, що може бути пов'язаним з їхньою емоційністю. Позитивними результатами є те, що більшість опитаних критично оцінюють інформацію, яку отримують з медіа та стараються «відпочивати» від новин.*

**Ключові слова:** критичне мислення, медіа, медіа-сприйняття, медіа-активність, особистість.

**Постановка проблеми.** Психологія здоров'я – одна із найдинамічніших у своєму розвитку галузей психології. Це зумовлено не лише визнанням сучасним суспільством значущості поведінки, пов'язаної зі здоров'ям і якістю життя, а також зростанням розуміння та переконання, що для підтримки здоров'я недостатньо лише традиційної медичної системи. Суттєву роль відіграють багато інших чинників, таких як стиль життя, дотримання здоров'я орієнтованої поведінки, профілактика, просвіта здоров'я, формування здоров'я орієнтувальних переконань та ін. [1, с. 12].

Відповідно вплив на наше психологічне здоров'я має медіа. Під час війни медіа-активність особистості збільшується, що є наслідком збільшення тривожності, відчуття страху, тощо. Варто зауважити, що у людей, які переглядають випуски новин зі спеціальними репортажами про військові дії, надзвичайні ситуації, страждання людей, які отримали травми, спостерігається симптоматика, схожа з симптоматикою постраждалих, які опинилися в епіцентрі подібних подій.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У наукових дослідженнях О. Вознесенська детально пояснює сутність психологічного здоров'я людини та вплив на нього медіа. Часові перспективи взаємодії особистості з медіа досліджує А. Абаніна. Для того, щоб дослідити особливості медіа-активності особистості, як вона змінюється та що є чинником цього, багато питань залишається відкритими.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. На думку дослідниці О. Вознесенської «інформаційний вплив може призводити і до порушень в області психічного здоров'я й до психічної травматизації. Наведемо кілька прикладів: так звані «фейки» – заздалегідь неправдива інформація, метою «вкидання» якої в інформаційний простір є виклик певних емоцій (жаху, паніки, агресії), – впливають на емоційний стан та можуть визначати поведінку людини; постійний потік новинних сюжетів, що містять зображення понівечених тіл, руйнованих будинків, поранених, можуть призвести не тільки до пасив-

ності суспільства («опускаються руки»), а й до розвитку депресивних станів, психосоматичних захворювань (кількість інфарктів, інсультів, вегето-судинних захворювань у споживачів новин збільшується під час криз, загострення ситуації, соціально-політичних протистоянь). І йдеться не лише про чутливу психіку дитини, розвиток якої страждає від переглядання сцен насильства чи смерті, йдеться про будь-яку людину, яка з ранку до ночі не вимикає новини, постійно переглядає жахливі сюжети, що повторюються на телебаченні (зі сценами побиття, закривавлених людей, знущань із жінок, нерухомих тіл людей на асфальті). У цих випадках ми можемо говорити про руйнівний вплив телебачення на психіку людини та медіатравматизацію» [1].

**Формулювання цілей статті.** Метою статті є визначення особливостей медіа-активності особистості під час війни в Україні.

**Виклад основного матеріалу.** Згідно з результатами за розробленим опитуванням на тему «Медіа-активність особистості під час війни в Україні». Дослідження проводилось серед людей різного віку та статі, в онлайн формі, за допомогою Google Forms.

Серед усіх опитуваних на питання: «Чи змінився час проведення в медіа просторі (соціальні мережі та телебачення) під час війни?» 81,8% обрали що «Так – час проведення в медіа-просторі збільшився»; 13,6% обрали – «Час проведення ніяк не змінився»; 4,5% – «Ні – час проведення зменшився» (рис. 1).

Проаналізувавши окремо відповіді чоловіків та жінок на дане питання, можна стверджувати, що жінки відповіли на 72,7%, що час проведення в медіа-просторі збільшився та на 27,3%, що час проведення ніяк не змінився. Аналізуючи відповіді чоловіків, можна стверджувати, що 90,9% час проведення в медіа-просторі збільшився та лише 9,1% час проведення не змінився.

Отже, серед всіх опитуваних час проведення змінився – люди більше почали проводити часу в медіа-просторі. Люди гостро відчувають потребу в отриманні інформації що до перебігу подій в державі.

На питання «Як часто Ви оновлюєте соціальні мережі з новинами/переглядаєте новини по телевізору під час війни?»: 50% відповіли – «Часто – оновлюю/переглядаю 3-4 рази на день»; 22,7% – «Раз на день достатньо»; 18,2% – «Дуже

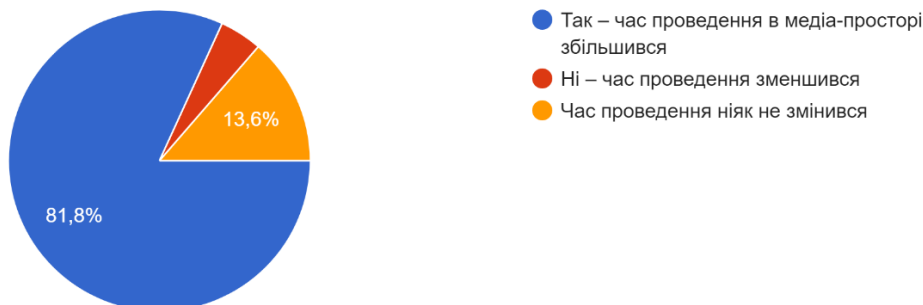


Рис. 1. Відповіді на питання «Чи змінився час проведення в медіа-просторі під час війни?»



Рис. 2. Відповіді на питання «Як часто Ви оновлюєте соціальні мережі з новинами/переглядаєте новини по телевізору під час війни?»

Відповіді	Жінки	Чоловіки
Часто – оновлюю/переглядаю 3-4 рази на день	63,6%	36,4%
Раз на день достатньо	9,1%	36,4%
Інші відповіді	27,3%	27,2%

Рис. 3. Порівняльна таблиця частоти оновлення соціальних мереж/ новин серед жінок та чоловіків

часто – оновлюю/переглядаю раз в годину»; 9,1% – «Час оновлення/перегляду не змінився»; і ніхто з опитуваних не обрав варіант «Взагалі не оновлюю/переглядаю новини» (рис. 2).

Проаналізувавши окремо відповіді чоловіків та жінок на дане питання, можна стверджувати, що жінки відповіли 63,6% часто оновлюють/переглядають (3-4 рази на день); 18,2% дуже часто оновлюють/переглядають новини (раз в годину); 9,1% вказали, що час оновлення/перегляду не змінився та 9,1% обрали, що раз на день достатньо переглядати.

Аналізуючи відповіді чоловіків, можна стверджувати, що 36,4% часто оновлюють або ж переглядають новини (3-4 рази на день), 36,4% обрали, що раз на день переглядати новини є достатнім, 18,2% – дуже часто оновлюють та переглядають новини, 9,1% – стверджують що час оновлення не змінився.

Отже, більшість людей часто оновлюють новини, особливо це притаманно жінкам через їхню емоційність. Для них оновлення інформації зумовлено емоційними переживаннями (рис. 3).

На питання «Чи відчуваєте Ви тривожність та страх після переглянутих новин?»: 63,6% обрали відповідь «Частково – моя тривожність та страх частково збільшуються, але я в змозі опанувати себе та емоції»; 27,3% обрали «Ніколи – я не відчуваю тривожності чи страху після перегляду новин»; 9,1% – «Завжди – моя тривожність та страхи збільшуються, ніж до перегляду новин, і мені важко заспокоїтися» (рис. 4).

Проаналізувавши окремо відповіді чоловіків та жінок на дане питання, можна стверджувати, що жінки відповіли 81,8% частково тривожність та страх частково збільшуються, але вони в змозі опанувати себе та емоції, 18,2% завжди тривож-



Рис. 4. Відповіді на питання «Чи відчуваєте Ви тривожність та страх після переглянутих новин?»

Відповіді	Жінки	Чоловіки
Завжди – моя тривожність та страхи збільшуються, ніж до перегляду новин, і мені важко заспокоїтися	18,2%	0%
Частково – моя тривожність та страх частково збільшуються, але я в змозі опанувати себе та емоції	81,8%	45,5%
Ніколи – я не відчуваю тривожності чи страху після перегляду новин	0%	54,5%

Рис. 5. Порівняльна таблиця тривожності та страху після переглянутих новин серед жінок та чоловіків

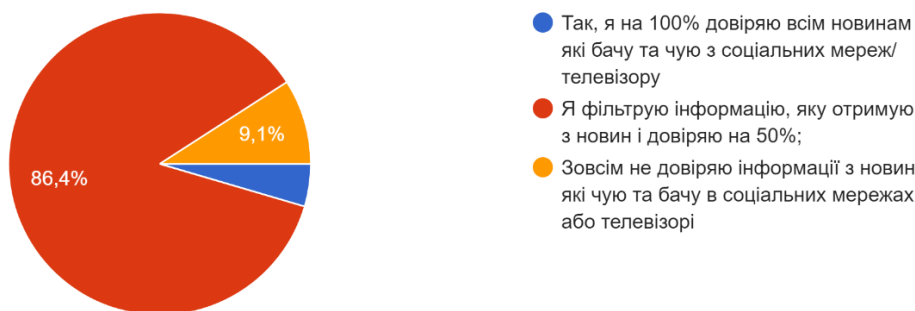


Рис. 6. Відповіді на питання «Чи довіряєте Ви всім новинам, які переглядаєте в соціальних мережах/телевізору?»

ність та страхи збільшуються, ніж до перегляду новин, і потім ним тяжко заспокоїтися.

Аналізуючи відповіді чоловіків, можна стверджувати, що 54,5% – ніколи не відчують тривожність та страх після переглянутих новин, 45,5% – частково відчують тривожність та страх після переглянутих новин.

Отже, у більшості після переглянутих новин тривожність збільшується, але вони в змозі себе опанувати. Провівши порівняльний аналіз серед відповідей чоловіків та жінок, дійшли висновку, що у жінок значно частіше збільшується тривожність та страх після переглянутих новин, але вони опановують свої емоції (рис. 5).

На запитання «Чи довіряєте Ви всім новинам, які переглядаєте в соціальних мережах/телевізору?»: 86,4% обрали відповідь «Я фільтрую інформацію, яку отримую з новин і довіряю на 50%»; 9,1% обрали «Зовсім не довіряю інформації з новин які чую та бачу в соціальних мережах або телевізори»; 4,5% – «Так, я на 100% довіряю всім новинам які бачу та чую з соціальних мереж/телевізору» (рис. 6).

Проаналізувавши окремо відповіді чоловіків та жінок на дане питання, можна стверджувати, що жінки відповіли 81,8%, що критично оцінюють інформацію, яку отримують з новин, та 18,2% зовсім не довіряють інформації, яку отримують із соціальних мереж або телебачення.

Також, проаналізувавши відповіді чоловіків, можна стверджувати, що 90,9% критично оцінюють інформацію отриману з медіапростору та 9,1% – довіряють на 100%.

Отже, в абсолютній більшості люди критично оцінюють інформацію, яку отримують з новин та довіряють на медіа 50%. Провівши порівняння у відповідях чоловіків та жінок, дійшли висновку, що в обох переважає фільтрування інформації. Однак в поодиначних випадках чоловіки довіряють на 100% медіа, на відміну від жінок, які в рідкісних випадках зовсім не довіряють інформації з новин (рис. 7).

На запитання «Чи переглядаєте Ви новини перед сном?»: 36,4% обрали відповідь «Часто, однак прочитане/побачене не впливає на мій сон»; 27,3% обрали «Іноді – однак сон після новин тривожний»; 13,6% – «Постійно – після прочитаного часто не можу заснути»; 13,6% – «Ніколи – намагаюсь займатися іншими справами перед сном, щоб новини не впливали на мій настрій перед сном»; 9,1% – «Іноді – однак сон спокійний» (рис. 8).

Проаналізувавши окремо відповіді чоловіків та жінок на дане питання, можна стверджувати, що жінки відповіли 36,4% іноді переглядають, але сон тривожний, 27,3% часто переглядають, але воно не пливає на сон, 27,3% постійно переглядають та потім не можуть заснути, 9,1% ніколи не переглядають, а займаються іншими справами.

Відповідь	Жінки	Чоловіки
Так, я на 100% довіряю всім новинам які бачу та чую з соціальних мереж/телевізору	0%	9,1%
Я фільтрую інформацію, яку отримую з новин і довіряю на 50%	81,8%	90,9%
Зовсім не довіряю інформації з новин які чую та бачу в соціальних мережах або телевізори	18,2%	0%

Рис. 7. Порівняльна таблиця ступеня довіри новинам серед жінок та чоловіків

Аналізуючи відповіді чоловіків, можна стверджувати, що 45,5% обрали що часто переглядають новини перед сном, але вони не впливають на їхній сон, 18,2% – іноді переглядають, але сон мають спокійний, 18,2% – іноді переглядають але мають досить тривожний сон, та інші 18,25% – намагаються займатися іншими справами.

Отже, більшість з опитуваних часто читають новини перед сном. Також часто серед респондентів є випадки, коли вони переглядають новини і це значно впливає на тривожність їхнього сну. Серед опитуваних чоловіків побачене/ прочитане у новинах немає впливу на сон, однак у жінок, які іноді переглядають стрічку новин перед тим як лягти спати, мають тривожні сні (рис. 9).

На питання «Чи знаходите Ви час для того, щоб відпочити під час війни?»: 54,5% відповіли «Так, кожного дня стараюсь відпочити від отриманої інформації»; 40,9% обрали «Частково, відпочиваю, але думками перебуваю в напрузі»; 4,5% – «Ні, я не маю часу для відпочинку, боюсь пропустити важливі новини» (рис. 10).

Проаналізувавши окремо відповіді чоловіків та жінок на дане питання, можна стверджувати, що жінки відповіли 63,6% частково знаходять час для відпочинку, але думками перебувають у напрузі, 27,3% кожного дня цілковито відпочивають від отриманої інформації та лише 9,1% від опитуваних, не мають часу для відпочинку та бояться пропустити важливі новини. Аналізу-



Рис. 8. Відповіді на питання «Чи переглядаєте Ви новини перед сном?»

Відповідь	Жінки	Чоловіки
Часто, однак прочитане/побачене не впливає на мій сон	27,3%	45,5%
Іноді – однак сон після новин тривожний	36,4%	18,2%
Інший варіант	36,3%	36,3%

Рис. 9. Порівняльна таблиця перегляду новин перед сном серед жінок та чоловіків

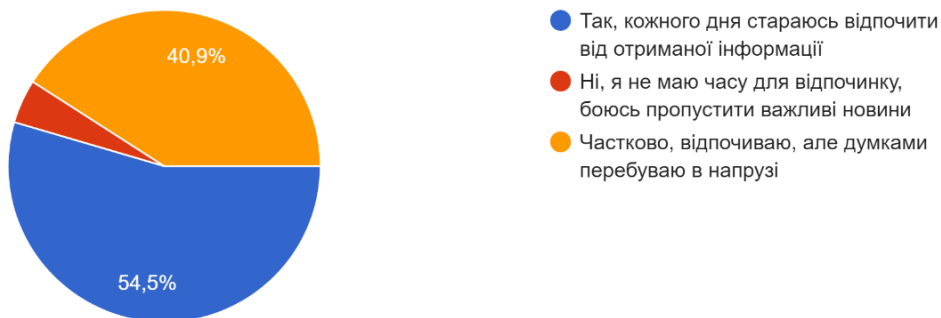


Рис. 10. Відповіді на питання «Чи знаходите Ви час для того, щоб відпочити під час війни?»

ючи відповіді чоловіків, можна стверджувати, що 81,8% обирали що кожного дня стараюся відпочивати, 18,2% – частково відпочивають, але думками перебувають в напрузі.

Отже, респонденти намагаються знайти час для відпочинку кожного дня, однак доволі часто трапляються випадки, що навіть якщо вони частково відпочивають, то мають тривожні думки, чи не трапилось щось погане за той час, коли вони не були онлайн. Також, можна стверджувати, що чоловіки більш схильні відкидати тривожні думки та відпочивати від новин.

**Висновки.** Отже, аналізуючи результати дослідження, можна стверджувати, що час прове-

дений в медіа-просторі збільшився і у чоловіків, і у жінок. Частково кожен з опитуваних скоротив час для власних справ, щоб частіше переглядати новини. Припускаємо, що дана ситуація може скластися через тривогу, страх та цікавість. Оновлення соціальних мереж або ж перегляд теленовин, від початку воєнних дій, теж є частою справою для багатьох респондентів – 3-4 рази на день. Найбільшу потребу в оновленні медіа-контенту мають жінки, що може бути пов'язаним з їхньою емоційністю. Позитивними результатами є те, що більшість опитаних критично оцінюють інформацію, яку отримують з медіа та стараються «відпочивати» від новин.

#### Список літератури:

1. Вознесенська О. Імплицитна типологія медіатравм в контексті медіаактивності особистості. *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі*. Збірник наукових праць; [укладач Чаплінська Ю.С.; літ.ред. Н.Л. Дятел] / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 210 с.
2. Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини : навч. посіб. для студ. Луцьк, 2011. 352 с. URL: <http://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/1349>.
3. Субашкевич І. Р. Формування ціннісно-сислової сфери студентів педагогічних спеціальностей медіапсихологічними технологіями : [практ. посіб.]. Львів : Растр-7, 2016. 59 с.

#### Subashkevych I.R., Ryzhko V.R. MEDIA ACTIVITY OF PERSONALITIES DURING THE WAR IN UKRAINE

*The article highlights the results of a study aimed at determining the media activity of an individual during the war. The full-scale invasion of Russia on the territory of Ukraine changed the life of every citizen. People worry about their health and life, as well as their relatives, friends and acquaintances. In order to be well informed about the latest events, to be able to predict their future actions, people increasingly turn to the media. Everyone chooses its own Internet resource, application for receiving information. Sometimes the information becomes reassuring for a person, and sometimes, on the contrary, it disturbs.*

*It is described how war changes the usual rhythm of a person's life and it is very important to preserve one's mental health and not succumb to psychological self-destruction. In a state of war, a person experiences various emotional states. It is normal to feel fear, helplessness, anxiety, aggression, or to be confused. These conditions can change, recede and come on again.*

*The results of the study are presented, according to which it can be stated that the time spent in the media space has increased for both men and women. Partly, each of the interviewees reduced the time for their own affairs in order to watch the news more often. We assume that this situation may arise due to anxiety, fear and curiosity. Updating social networks or watching television news, since the beginning of hostilities, is also a frequent activity for many respondents – 3-4 times a day. Women have the greatest need for updating media content, which may be related to their emotionality. The positive results are that most of the respondents critically evaluate the information they receive from the media and try to "take a break" from the news.*

**Key words:** critical thinking, media, media perception, media activity, personality.



Теймурова И.А.

## ГРАЖДАНСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ

*Громадянськість формується під впливом комплексу передумов. До них відносяться рівень демократизації суспільних відносин, рівень розвитку та стан інститутів громадянського суспільства, економічний стан держави, морально-психологічна атмосфера в суспільстві, а також рівень розвитку правової самосвідомості особистості, ціннісні орієнтації, настанови, мотиви діяльності та поведінки, що визначають стан готовності до соціально значущої, громадянської діяльності. Формування громадянськості здійснюється різними інститутами соціалізації (родина, громадські організації, спорт, праця, культура тощо). Однак особлива роль приділяється освіті. В освітніх закладах зосереджено не лише інтелектуальне, а й громадянське, духовне та культурне життя молоді. Саме в умовах освіти індивід набуває соціальних рис і стає соціальною особистістю. У зв'язку з цим формування громадянської молоді має велике педагогічне значення. В останні роки одним із найважливіших аспектів вивчення формування громадянськості сучасної молоді є аналіз кордонів та можливостей гармонійного поєднання процесів соціалізації та індивідуалізації. Це пов'язано як з новими методологічними підходами до проблеми соціалізації та самовизначення, з розширенням меж особистісної активності людини, так і з новою соціальною ситуацією розвитку сучасної молоді, у якій з'являються ширші, порівняно з попередніми поколіннями можливості для вибору груп соціалізації та ідентифікації. Водночас саме питання, пов'язані з аналізом варіантів співвідношення соціалізації та самовизначення, актуалізують проблему розвитку та функціонування громадянського суспільства, яке певною мірою є і гарантом можливостей соціалізації та самовизначення, і водночас одним із факторів, що допомагають формуванню таких взаємовідносин.*

**Ключові слова:** громадянськість, патріотизм, молодь, громадянське виховання, соціалізація, громадянське суспільство, громадянська самосвідомість.

**Введение в проблему.** Вопросы о роли молодежи в жизни общества, о социальных функциях молодого поколения, его политических позициях и идейных убеждениях, уровне образования и профессиональной квалификации, нравственном облике и культурных потребностях имеют большое теоретическое и практически-политическое значение [8]. Развитие современного общества требует формирования нового социального типа личности. Обществу требуются уверенные в себе, деловые люди с яркой индивидуальностью, с присущей им активной гражданской позицией, способные принимать взвешенные решения и нести ответственность за свои поступки [11].

Гражданское и патриотическое воспитание – одно из важнейших звеньев системы образования, является объектом пристального внимания педагогов, философов, психологов, политиков. Не случайно в современных условиях задача эффективно организовать гражданское и патриотическое воспитание граждан, уважающих закон и общество, инициативных и ответственных, умеющих поль-

зоваться личными свободами, признается актуальной как государством, так и обществом [6].

**Актуальность исследования.** На социально-педагогическом уровне актуальность настоящего исследования связана с социальной потребностью общества и государства в созидательных гражданах, для которых патриотизм стал бы личной нравственной позицией. По нашему мнению, пока еще не в должной мере освещена теоретическая сторона организации патриотического воспитания учащихся в учебных заведениях при естественном подходе к пониманию патриотизма, а также недостаточно изучена роль активной позиции социо-образовательной среды как средства результативного патриотического воспитания. Этим определяется актуальность исследования.

**Цель данной статьи** – раскрытие сущности гражданственности и представление содержательной характеристики понятия «гражданское воспитание как фактор социализации молодежи».

**Изложение основного материала исследования.** Гражданственность у молодежи форми-

рується в соціо-культурному просторі, то єсть в «культурній середі, в якій організується життєдіяльність людини» [7, с. 19]. Соціо-культурне просторі – явище не тільки соціальне, але і культурне, тому потребує аналізу культурно-історических передумов виникнення і становлення проблеми громадянського виховання як фактора соціалізації. Під культурно-історическими передумовками виникнення і становлення проблеми громадянського виховання молоді будемо розуміти об'єктивно існуючі (або існуючі) обставини, що відображають історически визначений рівень розвитку громадянського суспільства з присущими йому цінностями і еволюцію теоретических уявлень про громадянське виховання як фактор соціалізації.

До першої групи культурно-історических передумовок належать основні характеристики культурно-історическої, суспільно-економічної ситуації. До другої групи належить соціальний наказ на формування громадянських якостей у молоді, здатних адаптуватися до сучасних соціально-економічних і політичних умов. До третьої групи передумовок належать результати теоретического вивчення процесу громадянського виховання молоді. Четверта група передумовок – це результати практичного освоєння формування громадянських якостей у молоді [6].

Освітні установи є прообразом громадянського суспільства, в якому майбутні громадяни не тільки розвивають вміння критически мислити, співпрацювати і т.д., але і набувають навичок громадянської діяльності, де відбувається зміна людини в процесі соціалізації [11].

Над проблемою громадянськості розмисляли представителі різних напрямків. Немало цінних ідей, що проливають світ на природу громадянськості, містяться в роботах російського соціолога А.І. Строніна [10]. В центрі його аналізу – моральна сторона явища: громадянськість визначена як єдність традицій, звичаїв і моральних якостей людини. Представителі етико-суб'єктивного напрямку соціології (П.Л. Лавров, Н.К. Михайловський) ввели в науковий обіг термін «критически мисляча особистість». Подібна особистість формується і розвивається в суспільстві. В зв'язі з цим вони обґрунтували роль потреб, що складають основу існування людини і суспільства. Ми впевнені, що і сьогодні однією з найважливіших завдань громадян-

ського виховання є формування критического мислення у молоді. Однією з основних якостей, відзначених цими соціологами як вершина прояву громадянськості, є внутрішня готовність людини служити вищим цілям, бути джерелом і рушійною силою морального вдосконалення суспільства [6].

Громадянськість проявляється в формі індивідуального поведіння, але опосередковується соціо-культурною обстановкою, тому може бути розвита відповідно до зовнішньої волі. Здатність поважати чуже міння і захищати власні погляди – ці якості є передумовкою розвитку критического складу мислення, з якого і починається шлях піднесення особистості до вищого ідеалу, яким є громадянське самосвідомість [11].

Розглянемо зміст цього поняття. Становлення громадянськості визначається не тільки суб'єктивними зусиллями педагогів, батьків, суспільних організацій, але і об'єктивними умовами функціонування суспільства – особливостями державного устрою, рівнем правової, моральної культури суспільства. Громадянськість розуміється як [6]:

- рівень моральної культури, моральний імператив, що оцінює ступінь наближення суспільства до таких ідеалів, як справедливість, відповідальність, гідність, совість, патріотизм, гуманність, милосердя (Л.М. Архангельський, Т.А. Шингірейн др.);

- інтегративний комплекс якостей особистості, що визначає її соціальну спрямованість, готовність до досягнення соціально значимих, індивідуально необхідних цілей в відповідності до існуючих в суспільстві, державі умов, потреб і можливостей, прийнятими правовими і моральними нормами (Р.Г. Гурова, Г.Н. Філонов);

- громадянськість конкретизується через поняття *громадянська культура*, яке в якості структурних компонентів включає політичну, правову, економічну, екологічну, моральну культуру, критеріями якої виступають знання, рівень сформованості емоційно-вольового складу особистості, результати практичної її діяльності (Б.З. Вульф, О.С. Газман, А.Ф. Нікітін, Я.В. Соколов і др.).

Ці і інші споріднені їм значення поняття громадянськості взаємодоповнюють і підкріплюють одне одного, в зв'язі з чим воно набуває дуже широкого змісту. В ряду робіт відслідковується спроба виявити сутність громадянськості

сти через проявление признаков; например, через перечисление личностных качеств – патриотизма, долга, сознательности и т.д.

Гражданственность подпитывается патриотизмом. Гражданин обладает совокупностью прав и обязанностей. Патриот чувствует любовь к своей Родине, а гражданин знает свои обязанности перед ней. В такой трактовке гражданственность интегрирует общечеловеческие духовные ценности. Как видим, в литературе в той или иной мере сложились хотя и близкие, но разные определения понятия гражданственности. Мнения авторов сходятся в том, что гражданственность характеризует нравственно-правовую сторону развития личности. Гражданственность является производным словом от понятия *гражданство* [11].

Положение личности в условиях демократии во многом определяется развитостью гражданского общества, совершенством механизмов взаимодействия и противовесов гражданского общества и государства. В данном контексте государство является тем институтом, который позволяет личности реализовать права и свободы. В этом вопросе характеристики личности и государства являются равнозначимыми. Гражданское общество формирует не только личности с присущими им характеристиками, но и социальные группы, в которых личность себя идентифицирует. Стране нужны граждане, не только знающие о своих правах и успешные социально, но, главное, равнодушные к проблемам своей Родины на уровне ценностей и дел, способные осмысливать эти проблемы.

Итак, существует неоднозначное понимание сущности гражданственности: одни исследователи вкладывают в нее политический смысл, другие – социальный, третьи – правовой. Общими компонентами гражданственности в исследованиях являются общественный долг, активность, идейная убежденность, патриотизм и интернационализм, ответственность, социальное новаторство, единства прав и обязанностей.

Под гражданскими качествами будем понимать качества, которые обеспечивают накопление и развитие гражданских компетенций, образование побудительных мотивов в гражданской деятельности достигать наибольших результатов в интересах человека, общества и государства. Их состояние напрямую определяет уровень гражданской воспитанности, следовательно, соотношение содержания гражданского воспитания с моделью личности выпускника позволит нам дифференцировать учащихся по уровням социализации.

Содержательная наполняемость гражданственности представляется через отдельные идеи, такие, например, как «права человека», «гарантии безопасности личности», «социальная справедливость», «гражданское общество» и др. Уровень, характер и содержание нравственных, правовых, эстетических и иных знаний и навыков человека помогают ему осознать гражданские права и обязанности, а также определить свое место и роль в решении задач, стоящих перед обществом. Итак, гражданственность – это комплекс гражданских качеств, который позволяет определить гражданскую позицию молодежи и их готовность к вхождению в социальное общество.

От взаимоотношений человек-государство, государство-человек во многом зависит мера гражданственности. Другая ипостась гражданственности – это гражданское общество, его признаки, закономерностей развития и т.д. Осознание этого является решающим условием для перехода на новую парадигму гражданского воспитания молодежи [5].

При таком подходе личность человека как гражданина рассматривается в ее отношениях с обществом, государством, к праву, власти и закону. Уровень гражданской зрелости достигается в сложно организованной воспитательной деятельности со стороны общественно-государственных институтов и воспитателей. Поэтому разработка педагогической теории, проектирование педагогических систем и процессов могут быть успешными лишь при достаточно ясных представлениях о том, к какому обществу мы стремимся, для жизни в каком государстве готовим молодое поколение. Следовательно, нам необходимо иметь достаточно ясное понимание сущности гражданского общества, его признаков, закономерностей развития и т.д. [6].

Изучение гражданского общества приводит к выводу, что демократическая система образования может являться условием формирования гражданственности у молодежи. Молодежные организации являются своеобразной средой, в которой происходит социализация, и формируются гражданские качества. Следует учитывать, что категории «гражданский долг», «общественная дисциплина», «законоуважение», которые чаще всего обсуждаются в связи с гражданской проблематикой, теряют реальную базу формирования, если молодой человек отчужден от государства, а государства – от общества.

В течение жизни человека меняются формы и виды деятельности, составляющие базу для соци-

ализации. Во множестве определенных социализации можно найти выделенные составляющие в различных интерпретациях: исторически обусловленный, осуществляемый в деятельности и общении процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта; развитие человека на протяжении всей его жизни во взаимодействии с окружающей средой в процессе усвоения и воспроизводства социальных норм и культурных ценностей, а также саморазвития и самореализации в том обществе, к которому он принадлежит [11].

В процессе гражданского воспитания учащиеся должны получать представление о следующих гражданских ценностях: самоопределение личности, уважение прав и свобод человека, человеческого достоинства, к институтам гражданского общества, к нормам и правилам современной демократии, справедливость, равенство перед законом, уважение к национальным традициям и культурным общечеловеческим ценностям, патриотизм, готовность к разумному компромиссу и другие. Под гражданскими ценностями мы понимаем социальные ценности, с помощью которых члены общества характеризуют смысл определенных явлений действительности, определяют отношение личности молодого человека к себе, другим людям, обществу, государству [6].

Как общественный процесс, социализация прошла несколько стадий развития. Изначально она проявлялась в стихийной деятельности по подготовке (адаптации) молодого поколения к жизни в обществе путем приобщения его к труду и передачи определенных умений и навыков. Со временем социализация стала включать в себя не только передачу образцов, действий и моделей деятельности в трудовом коллективе, но и способов межпоколенческого взаимодействия, а также статусно-ролевых позиций, которые зависят от поло-возрастных и социально-ролевых возможностей индивида [9].

В освоении трудовых и жизненных функций социализация способствует адаптации индивида к определенному роду деятельности, выработке навыков самостоятельного его осуществления, приобретению полноты субъектной позиции и ответственности за результат в этом фрагменте коллективной деятельности. В процессе социализации индивид усваивает комплекс определенных знаний и умений, необходимых ему, с одной стороны, для того, чтобы принимать активное участие в жизни коллектива, то есть взаимодействовать с ближайшим социальным окружением. Вторая

составляющая процесса социализации не только адаптирует индивида к конкретной трудовой деятельности, но и деятельности коллектива в целом, а также к совместному проживанию в обществе. По мере усвоения данного комплекса дается сигнал к снятию внешнего контроля с молодого индивида со стороны взрослых, знаменуя собой появление социализированного субъекта и завершение социализации в конкретном направлении. Позволяя индивиду адаптироваться к определенным социальным условиям и интегрироваться в систему общественного воспроизводства, социализация способствует его эффективной самореализации. Поэтому конечным результатом процесса социализации является не только формирование нового поколения людей определенных социальных типов и становление личности как живого носителя макро – и микроусловий, в которых и посредством которых индивид реализует свою социальную сущность, но и становление человека как субъекта деятельности и индивидуальности во всем богатстве ее проявления [2]. Подготовка молодежи к интеграции в систему общественных отношений, формирование и развитие социального потенциала молодого поколения вне процесса социализации невозможны [3].

Молодежный потенциал – это возможность и способность различных групп молодежи выполнять всю совокупность социально-профессиональных ролей и функций в данном обществе; придерживаться в своем поведении социально одобряемых норм; активно и творчески относиться к себе и окружающей социальной среде [9]. С позиций деятельностного подхода, социальный потенциал молодежи включает в себя следующие составляющие: формирование, развитие и рациональное использование (реализацию) [2].

Эффективность формирования социального потенциала молодежи во многом зависит от того, насколько оперативно базовые социальные институты и социальное окружение смогут создать необходимые условия для раскрытия и развития всех элементов молодежного потенциала в комплексе.

Формирование, развитие и реализация социального потенциала молодого поколения осуществляется под воздействием взаимосвязанных факторов трех уровней. Факторы первого уровня – факторы среды, представляющие собой спектр внешних, объективных факторов, воздействующих на социальный потенциал молодежи. Факторы второго уровня – факторы личности, заключающие в себе круг внутренних факторов. Факторы личности индивид черпает извне (семья,

друзья, знакомые, система образования и т.д.), самостоятельно преобразуя в собственные, личностные составляющие. Таковыми факторами являются: нравственность, духовность, образованность, интеллигентность, творчества, ценностные ориентации, мотивы поведения, интерес, потребности и т.д. Факторы третьего уровня – «институциональные факторы», связанные с необходимостью обеспечения относительной устойчивости социальных связей и отношений в обществе, воплощенной в деятельности основных социальных институтов. В силу особенностей социального статуса молодежи в процессе ее социального взросления первостепенное значение имеет взаимодействие молодых людей с институтами социализации: семьей, государством, образованием, правом, армией и др. Один из важнейших структурных элементов социального потенциала молодежи является гражданский потенциал [9].

Гражданский потенциал молодежи можно определить как сформированную во взаимодействии с социальной средой потребность и способность молодого индивида (группы индивидов) выполнять различные роли гражданина своей страны, общества, это способность жить интересами целого, способность по собственной инициативе ставить, обсуждать и решать проблемы обеспечения жизнеспособности и прогрессивного развития своего отечества [5].

Следовательно, социализация – это многогранный процесс, охватывающий все сферы жизнедеятельности личности; общественная категория с конкретно заданным результатом. Безусловно, социализация личности будет успешной, если процесс подготовки молодого поколения к жизни будет способствовать изменению личностных ценностных ориентаций, поиску оптимального сочетания своих ценностей и требований социальной роли, развитию умений оценивать понимание моральных личностных ценностей.

Выделяются следующие факторы социализации личности: семья, образовательные учреждения, труд, средства массовой информации, различные общественные формирования. Гражданское воспитание также является фактором социализации молодых людей и пронизывает все вышеназванные факторы [11].

Правовая, нравственная, гражданская социализации – это процесс усвоения человеком знаний, ценностей, социальных норм, навыков и овладения ими социальных ролей, позволяющие ему осуществлять гражданскую деятельность и функционировать в качестве полноправного

члена общества. Сущность самого процесса социализации состоит в освоении системы знаний и умений, необходимых человеку для жизнедеятельности в конкретном обществе. Процесс социализации направлен на установление правильных взаимоотношений с людьми, на познание мира и себя. Под гражданской социализацией понимается процесс усвоения человеком гражданских знаний, ценностей, социальных ролей, позволяющие ему осуществлять гражданскую деятельность и функционировать в качестве полноправного члена общества.

Воспитание, наряду с обучением, является одной из важнейших составляющих гражданского образования. Следует развести понятия «гражданское воспитание» и «гражданское образование» [5]. Обучение и воспитание, дополняя друг друга, служат единой цели воспитания человека с активной гражданской позицией. Под гражданским образованием исследователи понимают образование, результат которого характеризуется степенью сформированности комплекса компетенций и гражданских качеств. Исследователями гражданское воспитание трактуется как «целенаправленный и сознательно осуществляемый педагогический процесс организации и управления деятельностью формируемой личности по овладению социально-политическим, морально-этическим опытом» [1]; это «составная часть, одно из полноправных направлений системы воспитания личности в целом» [4]. Гражданское воспитание определяется как целенаправленный, специально организуемый процесс формирования гражданских качеств у молодежи, который предполагает освоение определенной системы знаний и умений, необходимых ей для успешной социализации в ходе ее включения в разнообразные виды деятельности.

Рассмотрим понятие гражданской деятельности, которое трактуется как деятельность, имеющую личностную и общественно значимую цель, форму проявления гражданской активности индивида, направленную на воспитание в себе гражданина. Выделение данного понятия важно, потому что оно личностно значимо, и в этом заключается ее положительное влияние на воспитание личности. Кроме того, в процессе гражданской деятельности у личности появляются личные, общественно значимые цели и начинается поиск адекватных социально оправданных форм и характера ее действий. Генезис осознанной гражданской деятельности – гражданский поступок – действие – содействие – соучастие [6].

Основой гражданского воспитания являются нравственные ценности, которые в единстве с другими ценностями создают сложный мир духовных образований. Член гражданского общества должен быть высококонравной личностью. Нравственность – та основа, без которой невозможно формирование полноценной, целостной личности гражданина.

Несомненно, ценности связаны с культурой, духовной деятельностью человека. Усваивая ценности своей социальной среды и превращая их в ценностные ориентиры, мотивационные силы своего поведения, человек становится активным субъектом общественной деятельности. Рассмотрим некоторые из гражданских качеств, являющихся ценностями [5]. Гражданская ответственность включает в себе осознание прав и обязанностей, внутреннюю готовность соотносить их с требованиями общества. Гражданская активность есть накопление опыта реальных социально значимых дел, участие в гражданских объединениях и акциях, направленных на защиту гражданских прав, укрепление правопорядка и т.д. Гражданский долг – это обязанность человека по отношению к обществу, Родине, государству; ответственность, совесть и гражданское мужество – составляющие гражданского облика человека. Гуманизм есть идеология и практика, основанные на принципах равенства и справедливости, рассматривающие человека как высшую ценность, проявляющие заботу о благе людей, их всестороннем развитии [5]. Патриотизм – специфическое чувство любви к Родине, деятельность, направленная на служение интересам Отечества. Толерантность – отсутствие или ослабление

реакции организма на какой-либо неблагоприятный фактор в результате снижения его чувствительности к воздействиям извне. Гражданское сознание – это способ отношения к объективной действительности, опосредованный соответствующей формой деятельности человека. Гражданская зрелость – это осознанная готовность личности взять на себя ответственность за судьбу страны в период трудных испытаний, обеспокоенность за ее будущее, готовность подчиниться, если этого требуют обстоятельства, личные интересы общественным, это отношение человека к гражданскому долгу, обязанностям, общественным ценностям, традициям, будущему.

Гражданственность означает активную и сознательную вовлеченность гражданина в дела политического сообщества; психологическое ощущение себя гражданином, способность и готовность выступить в роли полноправного гражданина, готовность идти на жертвы ради этих интересов общества и государства [5].

**Выводы.** Гражданственность представляет собой социальную ценность для развития общества и личности. К настоящему времени уровень гражданственности становится важным критерием определения цивилизованности общества и играет ведущую роль в становлении государственности. Гражданское воспитание, как часть системы воспитания, становится необходимым этапом гражданской социализации, в рамках которой формируются ее ценностные ориентации. Последние играют важную роль в определении грамотного поведения субъекта в жизни и обеспечивают личности высокий уровень адаптации к современным условиям, его социализацию.

#### Список литературы:

1. Беляев А.В. Социально-педагогические основы формирования гражданственности учащейся молодежи [Текст]: дис. д-ра пед. наук / А.В. Беляев. Ставрополь: 1997. 351 с.
2. Безрукова О.Н. Социология молодежи. Санкт-Петербург: 2004. 39 с.
3. Волков Ю.Г. Социология молодежи. Учебное пособие. Феникс, 2001. 576 с.
4. Гаязов А.С. Теория и практика гражданского воспитания учащейся молодежи на современном этапе [Текст]: дис. д-ра пед. Наук / А.С. Гаязов. Челябинск, 1996. 299 с.
5. Гражданское образование: Материалы международного проекта [Текст] / ред. кол. Г.А. Бордовский, Н.В. Гороховатская, С.А. Морозова. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. 382 с.
6. Гревцева Г.Я., Циулина М.В. Воспитания гражданина и патриота: теория и практика. Учебное пособие. Челябинск, 2014. 300 с.
7. Дуранов И.М. Социокультурные основы гражданско-патриотического воспитания учащейся молодежи: теория и практика [Текст]: монография / И.М. Дуранов. Магнитогорск: Изд-во Магн. Гос. ун-та, 2003. 298 с.
8. Иконникова С.Н. Молодежь. Социологический и социально-психологический анализ. Ленинград, 1974. 164 с.
9. Лупандин В.Н. Социология молодежи. Орел, 2011. 239 с.
10. Стронин А.И. Этика гражданственности [Текст] / А.И. Стронин // *Вести. Моск. ун-та. Сер. «Социология и политология»*. 2000. № 1. С. 15-23.

11. Учебно-методические материалы для педагогов различных ступеней системы общего образования по формированию гражданской идентичности личности учащихся в рамках социального партнерства семьи и школы [Текст]. М.: 2012. 247 с.

**Teymurova I.A. CIVIL EDUCATION AS A FACTOR OF YOUTH SOCIALIZATION**

*Citizenship is formed under the influence of a set of preconditions. These include the level of democratization of social relations, the level of development and state of civil society institutions, the economic situation of the state, the moral and psychological atmosphere in society, as well as the level of development of the legal self-awareness of the individual, value orientations, attitudes, motives of activity and behavior that determine the state of readiness for social meaningful, civic activities. The formation of citizenship is carried out by various institutions of socialization (family, public organizations, sports, labor, culture, etc.). However, a special role is given to education. In educational institutions, not only the intellectual, but also the civil, spiritual and cultural life of young people is concentrated. It is in the conditions of education that the individual acquires social traits and becomes a social personality. In this regard, the formation of citizenship among young people is of great pedagogical importance. In recent years, one of the most important aspects of studying the formation of citizenship of today's youth is the analysis of the boundaries and possibilities of a harmonious combination of the processes of socialization and individualization. This is connected both with new methodological approaches to the problem of socialization and self-determination, with the expansion of the boundaries of a person's personal activity, and with the new social situation in the development of modern youth, which has wider opportunities compared to previous generations for choosing socialization and identification groups. At the same time, it is the issues related to the analysis of the options for the relationship between socialization and self-determination that actualize the problem of the development and functioning of civil society, which to a certain extent is both a guarantor of the possibilities of socialization and self-determination, and at the same time one of the factors that help to form such a relationship.*

**Key words:** citizenship, patriotism, youth, civic education, socialization, civil society, civic consciousness.

**Ткачишина О.Р.**

Київський університет імені Бориса Грінченка

## ОСОБИСТІСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ КОНСТРУКТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ

*Стаття присвячена дослідженню проблеми особистісного потенціалу як основи формування конструктивних копінг-стратегій. В умовах соціально-економічних перетворень та суспільних трансформацій найважливішим ресурсом розвитку суспільства є потенціал особистості, компетентної у виконанні своїх соціальних та професійних функцій. Особливої актуальності це питання набирає на сучасному етапі розвитку людського суспільства. Динамічність та мінливість сучасного соціуму досить часто робить його у свідомості особистості важкопрогнозованим та непередбачуваним, що призводить до виникнення стресових та непередбачуваних ситуацій в яких людина має діяти конструктивно, тобто обирати конструктивні копінг-стратегії. В статті визначено сутність та основні складові особистісного потенціалу. Встановлено, що особистісний потенціал розглядається як структурована цілісність, відображає особливості системної організації особистості та її багатогранність, забезпечує успішність соціально-психологічної адаптації особистості у нових умовах, ефективно вирішення проблемних ситуацій та життєвих труднощів. Особистісний потенціал виступає тією основою на якій формується вибір особистістю певних копінг-стратегій. Виділено найбільш важливі складові особистісного потенціалу, що впливають на формування конструктивних копінг-стратегій такі, як: життєстійкість особистості, витримка, наполегливість, цілеспрямованість, оптимізм, світоглядні позиції, система мотивації, рефлексивність, готовність до внутрішніх та зовнішніх змін, толерантність до невизначеності, осмисленість власного життя та його сенс, духовність тощо. Визначено особливості конструктивних (ефективних) копінг-стратегій особистості, що допомагають ефективно вирішувати життєві проблеми та складні проблемні ситуації, і як наслідок – успішно адаптуватися до нових обставин та умов життя. До них віднесено наступні: можливість стабільного виконання завдань, що ставляться перед особистістю; контроль над власними емоціями та емоційною сферою; реалістичне уявлення про себе та інших; здатність підтримувати конструктивні міжособистісні контакти; вміння відволікатися, переключатися на іншу діяльність.*

**Ключові слова:** потенціал, особистісний потенціал, копінг, копінг-стратегії, особистісні ресурси.

**Постановка проблеми.** В умовах соціально-економічних та політичних потрясінь найважливішим ресурсом розвитку суспільства стає потенціал особистості, компетентної у виконанні своїх соціальних та професійних функцій, відповідальної у прийнятті рішень, здатної до саморозвитку. Варто зазначити, що в умовах сучасного розвитку суспільства збільшується кількість негативних впливів на людину, які вона не завжди спроможна опанувати, конструктивно на них відреагувати або адаптуватися до них. Нерідко в складній, кризовій ситуації людина не може думати і мислити об'єктивно, конструктивно, адже у стресових умовах, критичних обставинах раціональна сфера особистості ніби затьмарюється, поступаючись емоційній.

Динамічність та мінливість сучасного світу (нестабільність соціально-економічного, політичного становища суспільства, що породжується

глобальною кризою, військовими конфліктами та війнами, природними чинниками тощо) досить часто робить його у свідомості особистості важкопрогнозованим та непередбачуваним, що призводить до виникнення стресових ситуацій, умов невизначеності в яких людина має діяти конструктивно та приймати оптимальні рішення. У формуванні конструктивних копінг-стратегій важливу роль відіграє особистісний потенціал людини, саме на його основі формується вибір певних стратегій поведінки, які або сприяють вирішенню поточних проблем та успішній адаптації до зміненої соціально-психологічної реальності, або ж, навпаки, призводять до дезадаптивної поведінки та перешкоджають людині побачити нові можливості для свого розвитку. Тому, вивчення проблеми особистісного потенціалу як основи формування конструктивних копінг-стратегій в умовах сучасного суспільства набуває своєї актуальності.



**Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Проблема вивчення потенціалу особистості, особистісного потенціалу людини цікавила багатьох, як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників, таких, як: І. Безсмертна, О. Демид, Н. Карпенко, Г. Іванченко, Д. Леонтєв, В. Міляєва, А. Москальова, І. Мурашко, Н. Попова, Є. Реанович, Т. Титаренко, D. Dai, A. Furnhama, H. Rodney, L. Treglown та ін. Питання потенційних можливостей особистості та їх реалізації в діяльності розглядається в роботах таких учених, як Б. Ананьєв, Г. Балл, Л. Виготський, В. Давидов, Д. Ельконін, А. Матюшкін, В. Мясіщев, Б. Теплов, Е. Еріксон, С. Jung, М. Mead та ін.

Саме поняття «потенціал» є полінауковим і висвітлюється в різних галузях знань. Аналіз наукової літератури показав, що феномен особистісного потенціалу на сучасному етапі його дослідження розглядається неоднозначно та різнопланово. Зокрема, досліджувались такі аспекти проблеми: співвідношення термінів «потенціал», «потенціал особистості», «людський потенціал», дослідження основних властивостей, видів, структура потенціалу особистості (В. Міляєва, І. Мурашко, В. Подшивалкіна); адаптаційний потенціал особистості (Н. Коновалова, Л. Коробка, С. Добряк, Н. Завацька та ін.); енергопотенціал людини (С. Максименко), потенціал індивідуального буття (І. Маноха), потенціал самореалізації (М. Садова), вчинковий потенціал (Я. Кальба), творчий потенціал (М. Желтова) тощо.

Сучасні наукові дослідження дозволяють визначити потенціал як універсальну загальнонаукову категорію, що означає «сукупність наявних засобів, можливостей у конкретній галузі» [1, с. 223]. В психологічній літературі поняття особистісного потенціалу тлумачиться по-різному й нерідко ототожнюється з поняттям «особистісних ресурсів» людини. Однак деякі психологи наголошують на тому, що потенціал особистості являє собою більш широке утворення, яке не обмежується ресурсами і його слід розглядати значно ґрунтовніше.

І. Мурашко зазначає, що особистісний потенціал характеризує внутрішні нерозкриті можливості особистості в русі, що є підставою для дослідження його засобом «динамічного» вивчення. При цьому потенціал розуміється не як стан тимчасово невикористаних ресурсів, а як усе зростаюча готовність до вирішення все складніших завдань, що можуть постати перед особистістю. «Зона особистісного потенціалу», таким чином, завжди представляє собою зону особистісного

зростання із зростаючими можливостями самоактуалізації та саморозвитку особистості (Г. Балл, О. Бодалев, А. Деркач, Н. Кузьміна, С. Максименко, Л. Мар'яненко, В. Моляко та ін.) [3 ; 5; 7].

Особистісне зростання та саморозвиток значною мірою пов'язані з вибором особистістю певних копінг-стратегій. Зокрема, конструктивні копінг-стратегії допомагають особистості не тільки швидше адаптуватися до змінених умов, обставин життя, але й зробити це з меншими негативними емоційними переживаннями, що в свою чергу пов'язано з позитивною налаштованістю на вирішення поточних проблем.

У контексті вивчення проблеми особистісного потенціалу як основи формування конструктивних копінг-стратегій варто звернути увагу на дефініції, які зустрічаються в науковій психологічній літературі такі, як: «coping behaviour» (Л. Мерфі, Р. Лазарус, А. Маслоу, Д. Амірхан, С. Фолкман, А. Білінг, Х. Вебер, Р. Мартон, Е. Хайм, Є. Варбан, Т. Титаренко та ін.), феномен посттравматичного зростання особистості (С. Джозеф, Л. Калхоун, Р. Тедескі, М. Крістофер, В. Осьодло та ін.), копінг-поведінка як особистісний ресурс (Н. Єрмакова, С. Корсун, Т. Ткачук та ін.) тощо [11]. Незважаючи на широкий інтерес науковців до цієї проблеми, роль особистісного потенціалу у формуванні конструктивних копінг-стратегій залишається недостатньо вивченою.

**Постановка завдання.** Метою статті є психологічний аналіз особистісного потенціалу як основи формування конструктивних копінг-стратегій особистості, з'ясування основних його характеристик, які відіграють провідну роль у формуванні конструктивної поведінки; визначення особливостей конструктивних копінг-стратегій особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У психологічній літературі виокремлено різні показники та складові особистісного потенціалу, серед дослідників щодо цього немає однастайності, а це в свою чергу, свідчить про складність та багатогранність досліджуваного явища. Зупинимось лише на деяких поглядах науковців, що стосуються особистісного потенціалу та його характеристик у контексті формування конструктивних копінг-стратегій, не заглиблюючись у психологічний аналіз існуючих підходів щодо вивчення даної проблеми, оскільки це не є метою даної статті.

В. Марков вважає, що потенціал особистості – це система її відновлюваних ресурсів, які проявляються в діяльності, спрямованій на отримання соціально значущих результатів [6, с. 137].

Д. Леонт'єв наголошує на тому, що особистісний потенціал являє собою інтегральну системну характеристику індивідуально-психологічних особливостей особистості, що лежить в основі здатності людини виходити із стійких внутрішніх критеріїв своєї життєдіяльності, зберігати стабільність смислових орієнтацій діяльності в умовах зовнішніх змін. Особливо це важливо, на нашу думку, у важкопрогнозованих ситуаціях, складних життєвих обставинах та умовах невизначеності. На думку Д. Леонт'єва, особистісний потенціал характеризує рівень особистісної зрілості, пов'язаний із саморегуляцією діяльності, у розвинутому вигляді втілюється у самодетермінації, відображає міру додання особистістю обставин, самої себе [2; 4]. Від рівня особистісної зрілості багато в чому залежить і вибір поведінкових стратегій в певній проблемній ситуації, що вимагає вирішення. Саме конструктивні копінг-стратегії схильна обирати гармонійна зріла особистість. Отже, особистісний потенціал впливає на формування адаптивної (конструктивної), або ж, навпаки, дезадаптивної (деструктивної) поведінки.

Праці С. Мадді містять опис характеристик особистісного потенціалу, де досліджуваний феномен розглядається крізь призму життєстійкості, яка визначає внутрішній, ключовий ресурс особистості, що сприяє активному подоланню труднощів. У цьому процесі важливу роль, на думку науковця, відіграє рівень активації, який збуджує, наповнює енергійністю, активністю, ініціативністю людину. Завдяки активній життєстійкості особистість спроможна здолати відчай, відчуття беспорядності, втрату сенсів, що є важливим у стресових ситуаціях, складних життєвих обставинах, при зміні соціально-психологічної реальності. Крім того, як зазначає автор, в умовах зовнішнього середовища, стресових ситуаціях, життєстійкість забезпечує особистість необхідним ресурсом, який дозволяє ефективно витримати та подолати негаразди [2; 13].

У психологічній літературі зустрічаються різні показники особистісного потенціалу такі, як: особистісна автономія, внутрішня свобода; осмисленість життя; життєстійкість в складних обставинах; готовність до внутрішніх змін; здатність сприймати нову невизначену інформацію; постійна готовність до дії; особливості планування діяльності; тимчасова перспектива особистості [7].

С. Сапіга серед складових потенціалу особистості визначає наступні: потенціал розуму (установки, цінності, переконання); потенціал волі

(здатність до самореалізації, відповідальність); потенціал почуттів (здібності до усвідомлення, управління емоціями); потенціал тіла (здатність розвивати фізичну складову здоров'я); соціальний потенціал (прагнення підвищувати рівень комунікативної культури); духовний потенціал (здатність втілювати вищі цінності в життя) [9].

І. Мурашко вважає, що особистісний потенціал має таку психологічну структуру: задатки, схильності, інтереси, прагнення до створення нового, прояв загального інтелекту, наполегливість, цілеспрямованість, рішучість, працьовитість, здібності до вироблення особистісних стратегій [7].

Таким чином, особистісний потенціал можна розглядати з різних позицій: як енергію особистості, що спрямована на самовираження, самореалізацію; як нерозкриті можливості та потенційні ресурси людини; як комплекс психологічних якостей, що створюють простір для перспектив особи; як основу формування поведінкових копінг-стратегій особистості тощо.

Серед найбільш важливих *складових особистісного потенціалу*, що впливають на формування конструктивних копінг-стратегій виділяємо наступні: життєстійкість особистості, витримка, наполегливість, цілеспрямованість, оптимізм, світоглядні позиції, система мотивації, рефлексивність, готовність до внутрішніх та зовнішніх змін, толерантність до невизначеності, осмисленість власного життя та його сенс, духовність тощо.

Отже, знання та врахування складових особистісного потенціалу визначають вибір поведінкових стратегій подолання проблем і життєвих труднощів та можуть передбачити «ціну» копінгу (наскільки особистісні ресурси людини будуть виснажені, або ж, навпаки, збережені при її намаганні впоратися зі складною життєвою ситуацією).

Далі розглянемо основні аспекти формування конструктивних копінг-стратегій особистості. У сучасній вітчизняній психологічній літературі термін *копінг* трактується як адаптивна «переборювальна» поведінка або «психологічне подолання» (І. Афоніна, Б. Божук, Є. Варбан, С. Корсун, Д. Носенко, А. Подорожня, Н. Родіна, Т. Ткачук та ін.) [11]. Аналіз сучасних наукових підходів свідчить, що психічне і фізичне самопочуття залежить від вибору індивідом копінг-стратегії як активної поведінки подолання психотравмуючої ситуації. У цілому до базових копінг-стратегій науковці та практики відносять стратегії «вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки» й «уникання» [11; 12].

Загалом *копінг-стратегії*, які обирає особистість як способи вирішення проблемної ситуації поділяються на конструктивні (адаптивні) та деструктивні (дезадаптивні). Конструктивні копінг-стратегії передбачають активне, креативне вирішення проблемної ситуації, подолання життєвих труднощів через рефлексію та осмислення цілей у складній ситуації, внаслідок чого виникає почуття особистісного зростання, удосконалення власних можливостей, накопичення позитивного досвіду. Деструктивні стратегії поведінки спрямовані лише на часткове зняття внутрішньої напруженості і ґрунтуються найчастіше на інфантильній поведінці, бажанні зняти з себе відповідальність за вирішення проблеми, знеціненні або ж запереченні існуючої проблеми, сприяють формуванню дезадаптивної поведінки (відхід у хворобу, активізація вживання алкоголю та наркотиків, суїцид).

Особистість, яка обирає конструктивні копінг-стратегії при вирішенні життєвих труднощів та складних ситуацій, характеризується певними особливостями, які пов'язані з силою волі, внутрішнім локусом контролю, активністю, стресостійкістю, сформованою життєстійкістю, що й забезпечує успішну соціально-психологічну адаптацію до змінених обставин життя, допомагає вирішувати проблемні ситуації. Серед найбільш ефективних копінг-стратегій поведінки значну роль відіграють «позитивне трактування», позитивна налаштованість на розв'язання певної ситуації, відкритість до нового досвіду тощо.

Таким чином, до особистісних ресурсів як складових копінг-поведінки у психологічній літературі, крім копінг-стратегій, відносять *фізичні* (здоров'я, витривалість), *психологічні* (переконання, оптимальний рівень тривожності, адекватна самооцінка, внутрішній локус контролю, оптимізм, відповідальність, життєстійкість, сила «Я», впевненість у собі, позитивне самоставлення, розвиненість ціннісно-сислової структури особистості, емпатійність, розвинені навички спілкування, прагнення бути разом з іншими) [8, с. 279; 11].

Визначимо основні *особливості конструктивних (ефективних) копінг-стратегій особистості*, в тому числі, і у складних або непередбачуваних життєвих обставинах. До них відносимо наступні:

1. Можливість стабільного виконання завдань, що ставляться перед особистістю (завдання, які ставить перед людиною саме життя, необхідність їх вирішення, або їх ставлять інші люди).

2. Контроль над власними емоціями та емоційною сферою (навички самоконтролю, вміння опанувати себе у стресовій, критичній ситуації тощо).

3. Реалістичне уявлення про себе та інших (адекватна самооцінка, позитивне сприйняття себе, позитивна налаштованість до інших людей).

4. Здатність підтримувати конструктивні міжособистісні контакти (конструктивна спрямованість, а також бажання допомагати іншим, кому ще важче та ін.).

5. Вміння відволікатися, переключатися на іншу діяльність («не застрягати» на негативі, проблемі, бажання щось робити і не бути пасивним тощо).

Протилежна поведінка особистості, яка характеризується нездатністю впоратися навіть з нескладними життєвими завданнями, переповненістю емоціями та афективними переживаннями, самозвинуваченням і перебільшеною самокритикою, соціальною ізоляцією, заглибленістю у проблеми та негаразди і постійне їх «прокручування» в голові, може свідчити про вибір особистістю неефективних копінг-стратегій, які не тільки не вирішують проблемну ситуацію, але й ускладнюють психологічний стан людини [10].

**Висновки.** Особистісний потенціал людини відіграє важливу роль в її житті. Він виступає основою формування поведінкових копінг-стратегій особистості. Вибір особистістю конструктивних копінг-стратегій сприяє успішній соціально-психологічній адаптації в умовах зміни соціально-психологічної реальності та суспільних трансформацій.

Сучасна людина живе у світі, що постійно змінюється, і для того, щоб вижити в ньому, має займати активну позицію, бути «гнучкою», толерантною до невизначеності, виявляти вміння пристосовуватись до нововведень часу та зміни соціально-психологічної реальності, вміло використовувати особистісні ресурси та обирати конструктивні копінг-стратегії. Подальші перспективи досліджень вбачаємо у вивченні механізмів формування конструктивних копінг-стратегій особистості в складних життєвих обставинах та умовах невизначеності.

Список літератури:

1. Василенко П. М. Словник-довідник соціального працівника: навч. посіб. Київ : ППДКСЗУ, 2007. 322 с.
2. Гуменюк І. А. Особистісний потенціал учителів: психологічні та психотерапевтичні аспекти. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. Видавничий дім «Гельветика», 2021. Т. 32 (71). № 6. С. 84-90.
3. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України «Актуальні проблеми психології»: У 12-ти т. / За ред. В. О. Моляко. Т 12. Вип. 10. Ч. II. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. 460 с.
4. Леонтьев Д. А. Личностный потенциал: структура и диагностика. Москва : Смысл, 2011. 680 с.
5. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Вид-во ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
6. Марков В. Н. Личностные основы социальной устойчивости. *Общественные науки и современность*. 2002. № 1. С. 136-143.
7. Мурашко І. В. Розкриття поняття «особистісний потенціал» та його психологічної структури. *Актуальні проблеми психології. Психологічна теорія і технологія навчання*. 2010. Т. 8. Вип. 7. С. 196–205.
8. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / За ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. 540 с.
9. Сапіга С. В. Розвиток особистісного потенціалу підлітків у скаутських громадських об'єднаннях. Київ, 2018. 362 с.
10. Ткачишина О. Р. Формування ефективних копінг-стратегій особистості. *Шості Геретівські читання: наукові статті, тези доповідей та інші матеріали Всеукр. наук.-практ. конференції (03 червня 2022 р.)*. Тернопіль : ТОКППО, 2022. С.311-316.
11. Ткачишина О. Р. Формування конструктивної поведінки особистості в умовах невизначеності. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. Видавничий дім «Гельветика», 2022. Т. 33 (72). №2. С. 123-127.
12. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ : БДПУ, 2016. 193 с.
13. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. № 44(3). P. 279–298.

**Tkachyshyna O.R. PERSONAL POTENTIAL AS THE BASIS OF FORMING CONSTRUCTIVE COPING STRATEGIES**

*The article is devoted to the study of the problem of personal potential as a basis for the formation of constructive coping strategies. In the conditions of socio-economic transformations and social transformations, the most important resource for the development of society is the potential of an individual who is competent in performing his social and professional functions. This issue is gaining special relevance at the current stage of development of human society. The dynamism and changeability of modern society quite often makes it difficult to predict and unpredictable in the mind of the individual, which leads to the emergence of stressful and unpredictable situations in which a person must act constructively, that is, choose constructive coping strategies. The article defines the essence and main components of personal potential. It has been established that personal potential is considered as a structured integrity, reflects the peculiarities of the system organization of the personality and its multifacetedness, ensures the success of the social and psychological adaptation of the personality in new conditions, effective resolution of problematic situations and life difficulties. Personal potential acts as the basis on which a person's choice of certain coping strategies is formed. The most important components of personal potential that influence the formation of constructive coping strategies are highlighted, such as: personality resilience, endurance, perseverance, purposefulness, optimism, worldview positions, motivation system, reflexivity, readiness for internal and external changes, tolerance for uncertainty, meaningfulness own life and its meaning, spirituality, etc. The features of constructive (effective) individual coping strategies that help to effectively solve life problems and complex problematic situations, and as a result – to successfully adapt to new circumstances and living conditions, are determined. They include the following: the possibility of stable performance of tasks set before the individual; control over one's emotions and emotional sphere; a realistic view of oneself and others; the ability to maintain constructive interpersonal contacts; the ability to be distracted, to switch to another activity.*

**Key words:** potential, personal potential, coping, coping strategies, personal resources.

## ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.922.7:616.89-008.441.1]:[159.923.3-056.34:616.891]  
DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/10>

**Байда С.П.**

Уманський державний педагогічний  
університет імені Павла Тичини

### ДИТЯЧІ СТРАХИ ТА НЕВРОТИЧНИЙ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ

*У статті обґрунтовується доцільність вивчення дитячих страхів та невротичного розвитку особистості. Показано вплив найближчого оточення дитини на виникнення в неї нав'язливих страхів. Проаналізовано роль механізмів психологічного захисту у нівелюванні дитиною власних страхів. Підкреслено необхідність надання психолого-педагогічної допомоги дітям, в яких спостерігаються нав'язливі страхи та фобії. Адже, на сучасному етапі розвитку системи освіти, на нашу думку, саме шкільному психологу, який має змогу щоденно працювати з дитячими проблемами, необхідно знати основні критерії норми та відхилення у розвитку дитини, щоб вчасно та ефективно надати відповідну допомогу. Хоча афективні розлади розглядаються здебільшого патопсихологією, нам це питання видається важливим з точки зору розмежування понять здоров'я-нездоров'я та можливості застосування підходу до психічного здоров'я як альтернативи стану психічного нездоров'я до дітей та підлітків. В статті детально обґрунтовано, що провідними психологічними механізмами та засобами подолання тенденції дитини до виникнення шкільних страхів, у першу чергу, є забезпечення успішної адаптації до шкільного навчання, формування умінь саморегуляції та комунікативних умінь. Поєднання психокорекційного впливу на індивідуально-особистісні особливості дитини та на соціальні умови її розвитку уможливорює створення оптимальних умов, які б сприяли подоланню шкільних страхів у молодших школярів. Також уточнено, що попередження та подолання шкільних страхів є успішним через впровадження трьох напрямів роботи психолога: із вчителями, сім'єю та учнями.*

**Ключові слова:** страхи, фобії, психокорекція, адаптація, індивідуальні особливості.

**Постановка проблеми.** Вступ до школи є надзвичайно важливим та відповідальним моментом у житті дитини. Хоча зміна взаємовідносин із звичною для дитини ситуацією дошкільника вимагає доволі важкої психологічної перебудови, в ході якої виникають як об'єктивні, так і суб'єктивні передумови виникнення труднощів. Об'єктивною передумовою труднощів при входженні до шкільного життя є вступ дитини до нової «соціальної ситуації розвитку», тобто взаємодія дитини із соціальним середовищем, в яке вона включена.

Прийшовши до школи, дитина стає дійсно школярем не одразу. На думку Давидова В.В., це становлення, входження у шкільне життя відбувається протягом навчання у початковій школі. Суміжність якостей дошкільника та молодшого школяра буде характеризувати весь період молодшого шкільного віку [7].

Як зазначають дослідники, у дітей молодшого шкільного віку відбувається процес адаптації до соціальних умов взагалі та, зокрема, до шкільних. У цей період формується здатність вчитися і здатність до соціальної взаємодії, тому молодший шкільний вік надзвичайно важливий період у формуванні соціальної поведінки [3].

Досліджень, що присвячені молодшому шкільному віку надзвичайно багато. Вони присвячені особливостям пізнавальної сфери молодшого школяра, проблемі адаптації до умов шкільного навчання, проблемі шестирічок, емоційному розвитку в цьому віці і так далі. Тому на сьогоднішній день не існує єдиної загальноновизнаної думки стосовно того, що ж таке шкільні страхи. Дана проблема складає інтерес для сучасних дослідників, у працях яких ми зустрічаємо поряд такі терміни як: шкільний невроз страху, шкільна тривожність, шкільні страхи [7].

Шкільні страхи, які проявляються у молодших школярів не зводяться тільки до відмови відвідувати школу, на чому наголошують майже всі дослідники проблеми, хоча і відмічають різні причини такої відмови. Крім того, наше дослідження не виявило таких дітей, що категорично відмовляються ходити до школи з будь-якої причини. А втім, видів шкільних страхів, що не пов'язані з відмовою відвідування уроків, нами виявлено досить багато. У вибірці молодших школярів, що була охоплена нашим дослідженням, ми не відмітили таких особливостей прояву страхів, що дало б підставу визначати страхи, що пов'язані з навчанням у школі як фобію.

Вчені визначають соціалізацію як всезагальний процес, завдяки якому людина стає членом соціальної групи: сім'ї, школи, роду. Соціалізація включає засвоєння всіх установок, думок, звичаїв, життєвих цінностей, ролей і очікувань конкретної соціальної групи. Цей процес продовжується протягом всього життя, допомагаючи людям набутти душевний комфорт і почувати себе повноцінними членами суспільства чи якоїсь групи всередині цього суспільства [7].

Звертаючись до проблеми соціалізації дитини, ми спираємось на базові концепції вітчизняної психології, зокрема, на культурно-історичну теорію розвитку особистості Виготського Л.С. та на дослідження психологічного розвитку особистості у працях Костюка Г.С. Факт впливу соціокультурних умов на розвиток психічних явищ людини є загально визнаним у психології. Найбільш перспективними для розуміння механізмів культурної детермінації нам уявляються саме положення культурно-історичної теорії Виготського Л.С. «Вростання дитини в цивілізацію, – зазначав вчений, – являє собою звичайно єдиний продукт з процесами її органічного дозрівання. Обидва плани розвитку – природний та культурний – співпадають та зливаються один з одним. Обидва ряди змін взаємопроникають один в одного і утворюють по суті єдиний ряд соціально-біологічного формування особистості дитини. Оскільки органічний розвиток здійснюється в культурному середовищі, остільки він перетворюється в історично обумовлений біологічний процес» [4]. Зазначається, що культура не просто додає щось до психофізіологічних процесів, що вже є від народження, а може суто змінювати і елементарні психічні процеси, які є результатом біологічного дозрівання. «При входженні в культуру дитина не тільки бере дещо від культури, засвоює дещо, привласнює собі дещо

ззовні, але і сама культура глибоко переробляє природний склад поведінки дитини і перекроює зовсім по-новому весь хід її розвитку» [4].

Костюк Г.С. зазначав: «Не все те, що оточує дитину, є середовищем її розвитку. Впливають на неї тільки ті зовнішні умови, з якими вона вступає в активний зв'язок» [6]. Навіть несприятливе середовище, на думку Костюка Г.С., може не мати негативного впливу на формування підостаючої особистості, а навпаки, сприяти розвитку позитивних її властивостей, залежно від того, як ставиться до нього сама дитина, як розвивається її діяльність та стосунки з навколишніми людьми. «Формування дитячої особистості, її свідомості та самосвідомості, – зазначає далі Костюк Г.С. – здійснюється в процесі її стосунків з іншими людьми, воно має глибокий зв'язок з їхніми стосунками як між собою, так і з самою дитиною» [6].

Вчені відмічають, що для шкільного психолога наступним по значущості після психологічного знання слід назвати медичне, і головним чином знання психіатрії [6].

У зв'язку з цим однією з важливих умов успішної психопрофілактики шкільних страхів молодших школярів ми вважаємо високий рівень підготовки майбутніх шкільних психологів, що передбачатиме підхід до психопрофілактики як системного виду діяльності практичного психолога освіти, який буде спрямовано на попередження можливих розладів у розвитку дитини, створення умов для зміцнення психологічного здоров'я учнів. Тому ми хочемо коротко зупинитись на теоретичному дослідженні питання розладів афективної сфери у дітей та проаналізувати досвід вітчизняних, а також зарубіжних вчених щодо проблеми психологічного здоров'я.

Афективні розлади відносяться до числа найбільш поширених психічних порушень у дітей та підлітків. При цьому достатньо часто – 2% від загальної популяції дітей – вони виступають як самостійна патологія. Однак, як зазначають вчені, феноменологія та патопсихологічні особливості емоційних відхилень у дітей потребують уточнення. В психології існують різні підходи до визначення аномальності. Так, наприклад, біологічна модель аномальності – теорія про те, що психічні розлади викликані аномальними фізіологічними процесами. Приклад біологічного підходу до психічних розладів: тривожні розлади пояснюються дефектом автономної нервової системи, внаслідок чого людина робиться такою, що легко збуджується.

У дослідженнях вітчизняних психологів та психотерапевтів, що присвячені проблемі невротизації та дитячої нервовості, найчастіше можемо зустріти терміни «невроз тривожності», «невроз страху» [2].

Як зазначається у сучасному словнику з психології, невроз тривожності – застарілий термін, що застосовувався раніше для опису панічних розладів та тривожних розладів в цілому. Цей термін застосовувався найчастіше для широкого спектру розладів, що характеризуються наступними ознаками: безпричинним хвилюванням дитини, що супроводжується фобіями чи компульсивною поведінкою; повним збереженням контакту дитини з дійсністю; розлад не призводить до порушення соціальних норм в широкому змісті слова. Зазначається, що категорія неврозів випадає із більшості сучасних систем класифікації, а різні види розладів, які раніше підпадали під визначення неврозу, перенесені в інші діагностичні категорії [5].

Досить детальне дослідження тривожних розладів у дітей та підлітків проведено Астаповим В.М. [1]. Автор виділяє чотири види дитячої тривожності, а саме: примітивну реактивність, страх розлуки, страх чужих та боязкість певних подій та об'єктів. Підкреслюється, що страхи та тривоги є природними станами у дітей від двох до шести років і в середньому їх буває до трьох видів, тоді як у віці від шести до дванадцяти років буває до семи різних страхів і тривог. Як показали дослідження, батьки найчастіше не звертають на ці страхи уваги, вважаючи їх нормою. Астапов В.М. поряд з поняттям «страх» аналізує поняття «боязнь», «тривога» та «фобії».

Термін «фобія» походить від грецького слова «phobos», що означає патологічно сильний страх, об'єктом якого можуть бути різні предмети чи ситуації. Патологічні страхи стали предметом вивчення починаючи з Гіппократа, але сам термін «фобія» був введений тільки у XIX сторіччі. Фобії відносять до категорії тривожних розладів, що характеризуються настійливим безпричинним страхом перед об'єктами чи ситуаціями [4].

Найбільш розповсюдженими вважають наступні фобії: 1) тварин: миші, змії, коні; 2) страх викинутись із вікна; страх завдати шкоди своїй дитині; страх перед гострими об'єктами; 3) об'єкти: ніж, ножиці, кров; 4) соціальні страхи: виступати, говорити, їсти публічно.

Дослідники зазначають, що пояснення можливих причин виникнення фобій істотно різняться, але, цілком ймовірно, що фобії розвиваються

в процесі класичного формування умовного рефлексу, вироблення інструментальних умовних рефлексів чи є результатом генетичної схильності до подібних розладів. Всі ці пояснення зіштовхуються із значними проблемами, хоча ефективність біхевіоральних методів терапії і лікування фобій підтримує думку про те, що вони були засвоєні в процесі наuczіння [5].

Згідно досліджень західних вчених, страхи стають фобіями, коли спричинюють підвищення нормативного прояву, що заданий конкретною ситуацією, не можуть бути обґрунтовані чи логічно заперечені, коли вони неконтрольовані, ведуть до уникання предмету страху, зберігаються тривалий час й не являються специфічними для певного віку та рівня розвитку. Зазначається, що для того, щоб назвати страх фобією, він повинен серйозно заважати соціальній функції дитини.

Дві найбільш розповсюджені у світі класифікації виділяють тривожні розлади, що зустрічаються у всіх вікових групах, і особливо вказують на розлади, які характерні для дитячого віку, підкреслюючи тим самим самостійний характер цього патопсихологічного феномену. Крім того, в обох класифікаціях відмічається, що тривога може існувати як ізольований синдром, але може і проявлятися в рамках інших порушень.

Тривожні розлади в дитячому або підлітковому віці бувають такі:

Тривожний розлад із страхом розлуки, при якому виникає надмірний страх, що стосується розлучення з тими, до кого дитина прив'язується найбільше, і це підтверджується наявністю принаймні трьох ознак, що мають місце протягом щонайменше двох тижнів.

Виділяється дев'ять ознак, серед яких безпідставна і стійка тривога щодо безпеки людей, до яких дитина прив'язана, або страх, що вони покинуть її й не повернуться; безпідставна і стійка тривога, що несприятливі події розлучать дитину з людьми, до яких вона дуже прив'язана; уперте небажання або відмова ходити до школи заради того, щоб залишитися з людьми, до яких прив'язаний; уперте небажання або відмова спати не вдома або коли близькі люди відсутні; уперте небажання залишатись на самоті; нічні кошмари на тему розлуки, що повторюються; соматичні скарги; скарги, що повторюються, або демонстрація надмірних страждань при очікуванні розлуки з домом або близькими людьми, наприклад, вибухи гніву, роздратування або кличе батьків, якщо їх нема вдома, або якщо залишається поза домом без батьків.

Розлад з ухильною поведінкою, при якому наявний надмірний страх при контактах з незнайомими людьми впродовж шестимісячного періоду або довше такого ступеню тяжкості, що не заважає соціальному функціонуванню або спілкуванню з однолітками. Дитина при цьому прагне до соціальних контактів тільки з знайомими людьми і, як правило, теплі і задовільні стосунки тільки при спілкуванні з членами сім'ї та іншими близькими людьми. Цей розлад виникає у дітей віком не менше 2,5 років.

Розлад з надмірною тривогою, що проявляється в надмірному безпідставному страху або тривозі впродовж шестимісячного періоду або довше, що характеризується частим повторенням щонайменше чотирьох критеріїв. До таких критеріїв відносять: надмірну або безпідставну тривогу стосовно майбутніх подій; надмірні або безпідставні сумніви щодо доречності, правильності поведінки в минулому; надмірні або безпідставні сумніви щодо власної компетентності в більш ніж одній галузі, наприклад, спорті, навчанні, стосунках з людьми; соматичні скарги, щодо яких не встановлені фізичні підстави; помітна схильність до самоаналізу; надмірна потреба в переконуванні стосовно помилковості всіляких тривог та страхів; помітне почуття напруженості або неможливість розслабитися.

Таким чином, в наукових джерелах з проблем страхів виділяють фізіологічні, поведінкові та когнітивні прояви страхів, що вказує на комплексність феномена. В науці існують різні підходи щодо визначення феномена страхів та аналізу їх джерел. Сучасні дослідники визначають страх як негативну емоцію, нестійкий стан, почуття, афективно-загострений стан, негативне емоційне переживання. Аналіз літературних джерел свідчить про те, що в даний час не існує єдиної загально-визнаної думки стосовно того, який психологічний феномен потрібно розглядати як страх, як не існує єдиного визначення цього поняття [7].

За зовнішніми проявами та багатьма психофізіологічними та психологічними характеристиками стан страху схожий на інші психологічні стани

(тривога, сором, депресія, дезадаптація тощо). Разом з тим, це особливий психологічний феномен, що характеризується власними ознаками. Ми визначаємо страх як негативний емоційний стан, який пов'язаний із відображенням у свідомості конкретної загрози для життя та благополуччя індивіда та проявляється в очікуванні і передбаченні небезпеки.

**Висновки.** Дитячі страхи у випадку нормального розвитку є важливою ланкою в регулюванні поведінки дитини і в цілому мають як негативну, так і позитивну адаптивну функцію та зміст. Таким чином, страх відносять до одного із засобів адаптації та регуляції поведінки. Сучасне бачення проблеми дитячих страхів полягає в тому, що у випадку, коли загальна кількість страхів обмежує дитину певними засобами реагування та взаємодії із зовнішнім світом, віковий страх із стимулу особистісного розвитку і засвоєння оточуючої дійсності, може перетворитися на їх гальмування.

Афективні розлади відносяться до числа найбільш поширених психічних порушень у дітей та підлітків. Однак, феноменологія та патопсихологічні особливості емоційних відхилень у дітей потребують уточнення. Дитячий та підлітковий вік є лише етапами розвитку та не дозволяють чітко визначити межі між тими проявами, які є частиною нормального розвитку та іншими, які можуть бути віднесені до аномальних.

Отже, в контексті завдання нашого дослідження доцільним є визначення шкільних страхів як негативних емоційних станів дитини, що виникають в школі або у зв'язку із згадуванням про школу, які пов'язані із відображенням у свідомості конкретної загрози емоційному благополуччю і проявляються у очікуванні й передбаченні дитиною невдачі при здійсненні конкретної дії, що має бути виконана на уроці або у позаурочній ситуації.

Перспективи подальших досліджень проблеми шкільних страхів у молодших школярів вбачаємо в таких напрямках: виявлення взаємозв'язку шкільних страхів та психологічного здоров'я дитини, відмінностей шкільних страхів у різних вікових групах.

#### Список літератури:

1. Бабарикіна І. В. Психологічні особливості вікової динаміки страхів у навчальній діяльності школярів: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Харк. нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків, 2011. 20 с.
2. Екстремальна та кризова психологія : Термінологічний словник / ХНАДУ, НУЦЗУ ; за заг. ред. О.В. Тімченко ; Александров Ю.В., Богданова І.Є., Воронова Ю.В., Гонтаренко Л.О., Євсюков О.П. та інші. Харків. 291 с.
3. Кузнецов М. А. Шкільні страхи: види, умови прояву та шляхи подолання: монографія / М. А. Кузнецов, І. В. Бабарикіна; Харк. нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків : ХНПУ, 2012. 227 с.



4. Макух О. І. Особливості межових психічних станів молодших школярів у процесі навчальної діяльності: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2009. 20 с.
5. Морозюк В. М. Корекція дитячих страхів, як напрямок роботи практичних психологів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова*. Київ : НПУ, 2007. Вип. 19 (43). С. 184-188.
6. Осадько О. Страх як прояв особистісних самообмежень. *Психолог*. 2004 № 7. С. 25-29.
7. Психологія девіантної поведінки особистості : навч. посіб. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини; уклад.: О. Д. Сафін, С. П. Байда. Умань : Візаві, 2021. 202 с.

#### **Baida S.P. CHILDREN'S FEARS AND NEUROTIC PERSONALITY DEVELOPMENT**

*The article substantiates the expediency of studying children's fears and neurotic personality development. The influence of the child's immediate environment on the occurrence of obsessive fears is shown. Means and forms of correction of fears in younger children are indicated. The role of psychological protection mechanisms in the child's leveling of his own fears is analyzed. The necessity of providing psychological and pedagogical assistance to children with obsessive fears and phobias is emphasized. After all, at the current stage of development of the education system, in our opinion, it is the school psychologist who is able to work with children's problems on a daily basis, who needs to know the main criteria of the norm and deviations in the child's development in order to provide timely and effective help. Although affective disorders are considered mostly by pathopsychology, we think this issue is important from the point of view of distinguishing between the concepts of health and illness and the possibility of applying the approach to mental health as an alternative to the state of mental illness to children and adolescents. The article substantiates in detail that the leading psychological mechanisms and means of overcoming the child's tendencies to the emergence of school fears are, first of all, ensuring successful adaptation to schooling, the formation of self-regulation skills and communication skills. The combination of psychocorrective influence on the individual and personal characteristics of the child and on the social conditions of its development makes it possible to create optimal conditions that would contribute to overcoming school fears in younger students. It was also clarified that the prevention and overcoming of school fears is successful due to the introduction of three areas of work of a psychologist: with teachers, family and students.*

**Key words:** fears, phobias, psychocorrection, adaptation, individual characteristics.

**Кучма Т.В.**

Інклюзивно-ресурсний центр  
Горішньоплавнівської міської ради Полтавської області

**Кононова М.М.**

Полтавський національний педагогічний  
університет імені В.Г. Короленка

## СПЕЦИФІКА КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ В СІМ'ЯХ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

*У статті піднімається актуальна наукова проблема обґрунтування сім'ї як мікросоціуму, що визначає подальший психофізичний і соціальний розвиток дитини з особливими потребами (чим сильніше виявляється сімейне неблагополуччя, тим більше виражені порушення розвитку у дитини). Автором означено проблематику пролонгованого стресу в ситуації виховання подружжям дитини з порушеннями психофізичного розвитку, який виявляється в різних сферах життя батьків (особистісній, міжособистісній, сексуальній, трудовій), вказано кризові періоди сімейного життя та охарактеризовано об'єктивні чинники стресостійкості й спрямованості копінг-поведінки. Згадані теоретичні положення та попередні наукові розвідки автора стали основою для проведення емпіричного дослідження, у якому взяли участь молоді та зрілі подружні пари, які виховують дітей з порушеннями психофізичного розвитку. Результати свідчать, що в молодих сімейних парах домінуючим є копінг, орієнтований на емоції, а в зрілих подружніх парах – копінг, орієнтований на вирішення задач. Копінг, орієнтований на уникнення більше обирався молодими сімейними парами. Молоді подружжя підтримку друзів вважають необхідною в їхньому житті, тоді як зрілі пари розраховують на сім'ю у важкі хвилини. Емпірично встановлено, що рівень розвитку копінг-ресурсів значно залежать від досвіду сімейних відносин: у молодих подружніх парах є прямо пропорційний зв'язок між рівнем індексу ресурсності та соціальною підтримкою сім'ї, соціальною підтримкою друзів й емпатією, натомість такий же зв'язок у зрілих подружніх парах виявлено між індексом ресурсності та копінгом, орієнтованим на вирішення задач, соціальною підтримкою сім'ї, емпатією; отримано зворотній пропорційний зв'язок у молодих подружніх пар між індексом ресурсності та копінгом, який орієнтований на уникнення, тривожністю і соціальною підтримкою сім'ї, тоді як у зрілих подружніх пар цей зв'язок встановлено між показниками напруженості і соціальної підтримки сім'ї та соціальною підтримкою друзів. Автор переконує, що провідну роль у розвитку копінг-поведінки подружніх пар, які виховують дітей з психофізичними порушеннями, відіграє емпатія, показники якої, згідно емпіричного дослідження, більше розвинуті в парах, які багато років разом, а отже за цей час звикли один до одного і краще знають внутрішній світ свого партнера з усіма можливими емоційними та смисловими відтінками.*

**Ключові слова:** сім'я, подружні пари, діти з психофізичними порушеннями, копінг-поведінка, емпатія.

**Постановка проблеми.** Психологічна наука розглядає сім'ю як системоутворюючу детермінанту в соціально-культурному статусі дитини, яка визначає її подальший психофізичний і соціальний розвиток. Саме сім'я вважається найважливішим мікросоціумом, в якому дитина не лише живе, але в якому формуються її моральні якості, ціннісне ставлення до світу людей і природи, уявлення про характер міжособистісних зв'язків. У сучасних дослідженнях виявлена пряма залежність впливу сімейного фактору на особливості

розвитку дитини: чим сильніше виявляється сімейне неблагополуччя, тим більше виражені порушення розвитку у дитини. При цьому особлива увага приділяється позитивному впливу батьків на дитину з проблемами в розвитку, створенню адекватних умов для її навчання не тільки в спеціальній установі, але і вдома.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психологічний стан батьків та проблеми, з якими вони стикаються при вихованні дитини з психофізичними порушеннями, були і залишаються

предметом науково вивчення спеціалістів різного профілю (соціологів, психологів, спеціальних педагогів, економістів, юристів, вихователів та ін.), однак на сьогодні увага спеціалістів прикута не менше до проблеми психотравмуючого впливу процесу виховання хворої дитини на членів сім'ї, зокрема в аспекті різних сторін подружніх стосунків. Актуальними нині залишаються питання способів боротьби батьків зі стресом, визначення рівня і джерел їхньої стресостійкості, а також особливостей копінг-поведінки, відповіді на які розкриваються в наукових працях О. Р. Баєнської, Н. В. Базими, С. Д. Забрамної, О. Г. Комарової, Г. В. Кукурузи, М. М. Ліблінг, І. І. Мамайчук, О. М. Мاستюкової, Г. О. Мішиної, С. П. Миронної, О. С. Нікольської, К. О. Островської, М. С. Певзнер, Н. І. Погорільської, В. М. Синьова, Т. В. Скрипник, Л. І. Солнцевої, А. С. Співаковської, В. В. Тарасун, В. В. Ткачової, О. Б. Чарової В. В. Юртайкіна та ін.

Відомо, що деякі стресові ситуації є короткостроковими, інші ситуації вимагають від сім'ї опанування впродовж тривалого періоду часу, як наприклад, в ситуації пролонгованого характеру стресу, яким без перебільшення можна вважати виховання дитини з порушеннями психофізичного розвитку.

Наукові спостереження доводять, що на протязі життя батьки дитини з психофізичними порушеннями переживають кілька кризових періодів: постановки діагнозу; кризи явних проявів відставання в розвитку; у випадку виявлення обмежених здібностей дитини до навчання; в період настання повноліття. Вчена О.М. Мاستюкова називає хронічною стресогенну ситуацію, коли у сім'ї наявна хвора дитина, бо часто почуття шоку, провини, туги виявляються з новою емоційною силою в певні періоди життя, знову дезадаптуючи сім'ю [6, с. 60, с. 69-70]. Комплексною психотравмуючою дослідники (Г. В. Кукуруза) характеризують стрес у сім'ях, де народжується дитина з порушеннями, пояснюючи це регресивними явищами та тенденціями, дисгармонією, які виявляються в різних сферах життя батьків (особистісній, міжособистісній, сексуальній, трудовій) [2, с. 23].

Слід відмітити, що адекватне сприйняття проблем, пов'язаних з вихованням в сім'ї дитини з відхиленнями у розвитку, досягається не відразу і не всіма батьками, тож навіть при подібних варіантах фрустраційного навантаження реактивні здібності і адаптаційні можливості у різних батьків проявляються неоднаково [3].

З огляду на життєву ситуацію батьків дитини з психофізичними порушеннями, їхню стресостійкість та спрямованість опанувальної поведінки (копінг-поведінки), вважаємо, можуть визначати такі об'єктивні чинники: 1) ступінь поінформованості про психофізичне порушення (чим більше відомостей про особливості психофізичного порушення мають батьки, тим краще вони оцінюють ситуацію); 2) оцінка стресової ситуації за параметрами (критична, напружена, безвихідь, та, яку можна вирішити; порівняння з гіршими випадками); 3) травматичний досвід батьків у складних ситуаціях, починаючи з дитинства; 4) наявність чи пошук соціальної підтримки серед родичів, друзів, фахівців; 5) соціальна ізоляваність (обмеження контактів, зосередження лише на хворобі дитини); 6) специфіка міжособистісної взаємодії й комунікації (впливає на психологічний клімат сім'ї, стосунки між батьками й хворою дитиною, в тому числі її здоровими братами й сестрами).

Д. Рейсс і М. Олів'єрі в процесі сімейного опанування виділяють три фази, що впливають з концептуальної моделі вирішення проблем: визначення проблеми, вплив і впевненість у прийнятому рішенні. Вони вважають, що саме ці три фази виступають концептуальними пунктами дослідження реакції сім'ї на стресову ситуацію [7]. Так, в межах кожної з цих фаз сім'ї використовують стратегії, засновані на власних ресурсах. Саме рівень сформованості копінг-ресурсів забезпечує стійкість особистості у реагуванні на несприятливі чинники при зустрічі з ними і підтримання внутрішньої рівноваги [1].

**Мета дослідження** – емпіричне вивчення специфіки копінг-поведінки молодих і зрілих подружніх пар, що виховують дітей з психофізичними порушеннями.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У нашому дослідженні взяли участь 75 молодих подружніх пар з дітьми з психофізичними порушеннями та 75 зрілих сімейних пар з дітьми з психофізичними порушеннями.

Проведений аналіз експериментальних даних за методикою «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях (С. Норман, Д. Ендлер, адапт. варіант Т. Крюкової)» [6], яка призначена для вивчення домінуючих копінг-стресових поведінкових стратегій показав, що в молодих сімейних парах і серед жінок (48%), і серед чоловіків (42%) домінуючим був виявлений копінг, який орієнтований на емоції. У зрілих подружніх парах домінуючим копінгом, як серед чоловіків (62%), так серед

жінок (55%), являється копінг, який орієнтований на вирішення задач. Це може пояснюватися тим, що для сімей із високим стажем подружнього життя, характерна більш ефективна адаптація до умов стресу, адекватний рівень оціночної тривоги та високий рівень самопочуття і настрою, ніж у молодих парах.

Копінг, який орієнтований на уникнення більше обирається молодими сімейними парами: 24% – жінками, 34% – чоловіками. Пояснення вбачаємо в тому, що дана модель поведінки у стресовій ситуації пов'язана із механізмом регресії. А тому вибір цієї стратегії, спрямований на уникнення труднощів, сприяє поверненню у складній ситуації до більш онтогенетичних незрілих патернів поведінки і задоволенню, що відповідає «ролі дитини», тож дана модель стратегії поведінки являється найменш ефективною. Серед зрілих подружніх пар орієнтовані на уникнення від 18% до 23% досліджуваних.

Соціальна підтримка, за методикою «Шкала соціальної підтримки» Д. Зімет [7], також відрізняється у сім'ях із різним стажем. Молоді подружжя підтримку друзів оцінюють досить високо як важливий компонент, який повинен бути присутнім у їхньому житті, коли у зрілих парах даний аспект значно зменшується. Зрілі сімейні пари відмітили, що підтримки друзів у них немає, залишилася лише сім'я, на яку можна розраховувати у важкі хвилини. Соціальна підтримка значимих інших у обидва групах майже не відрізняється, знаходиться на найнижчому рівні.

Етап наукового дослідження з виявлення зв'язку між показниками копінг-ресурсів та копінг-поведінкою у подружніх парах (за допомогою «коефіцієнту лінійної кореляції r-Пірсона») показав, що в молодих подружніх парах існує прямо пропорційний зв'язок між рівнем індекса ресурсності та соціальною підтримкою сім'ї ( $r_{xy} = 0,43$  при  $p \leq 0,05$ ), соціальною підтримкою друзів ( $r_{xy} = 0,429$  при  $p \leq 0,01$ ) та емпатією ( $r_{xy} = 0,401$  при  $p \leq 0,01$ ). Нами виявлений зворотній пропорційний кореляційний зв'язок між показниками напруженості і соціальної підтримки сім'ї ( $r_{xy} = -0,407$  при  $p \leq 0,01$ ) та соціальною підтримкою друзів ( $r_{xy} = -0,563$  при  $p \leq 0,001$ ).

Робимо висновок, що молоді подружні пари, які отримують ефективну соціальну підтримку від сім'ї, друзів легше справляються зі стресами, більш стійкі до розвитку захворювань, у них нижчий рівень напруженості, тому важливу роль у подоланні стресових і проблемних ситуацій грає соціально підтримуючий процес. Соціальна підтримка

пом'якшує дію стресу високої інтенсивності, виступає як буфер між стресором і людиною. Висока соціальна підтримка нейтралізує негативний вплив стресу високої інтенсивності і забезпечує збереження здоров'я. Отримані дані характеризують важливий момент: молоді подружжя при стресі спираються як на уже наявні структури, які здатні надати допомогу (члени родини), так і на свою здатність знаходити нових людей (друзі, товаришів).

Кореляційний аналіз показників у зрілих подружніх парах виявив прямо пропорційний зв'язок між індексом ресурсності та копінгом, який орієнтований на вирішення задач ( $r_{xy} = 0,507$  при  $p \leq 0,001$ ), соціальною підтримкою сім'ї ( $r_{xy} = 0,411$  при  $p \leq 0,01$ ), емпатією ( $r_{xy} = 0,471$  при  $p \leq 0,001$ ) та зворотній пропорційний зв'язок між індексом ресурсності та копінгом, який орієнтований на уникнення ( $r_{xy} = -0,313$  при  $p \leq 0,05$ ), тривожністю і соціальною підтримкою сім'ї ( $r_{xy} = -0,335$  при  $p \leq 0,05$ ).

Отримані дані свідчать про те, що збалансовані життєві розчарування та досягнення, вищий адаптаційний потенціал особистостей та менша стресова вразливість залежать від вміння співпереживати і розуміти думки і почуття іншого у парах, які разом вже багато років, які за цей час звикли один до одного і краще знають внутрішній стан свого партнера. Також індекс ресурсності значно становиться вищим при використанні копіngu, який орієнтований на вирішення задач, так як це найбільш конструктивна модель стратегії поведінки при стресовій ситуації. Соціальна підтримка сім'ї має важливе значення оскільки її наявність зменшує тривожність, вона допомагає запобігти розвитку дистрес і пом'якшити переживання негативних наслідків стресу.

Отже, емпірично доведено, що рівень розвитку копінг-ресурсів значно залежать від досвіду сімейних відносин. У молодих подружніх пар переважає високий рівень сімейної тривожності, низький рівень емпатії та недостатньо сформований індекс ресурсності.

На наше переконання, провідну роль у розвитку копінг-поведінки подружніх пар, які виховують дітей з психофізичними порушеннями, відіграє такий суб'єктивний чинник як емпатія – особистісна якість, яка полягає в умінні співпереживати партнеру по спілкуванню і розуміти його внутрішній світ, емоційно відгукуватися та співчувати, від чого напряму залежить встановлення гармонійних, психологічно комфортних стосунків з особливою дитиною та повноцінного спілкування з нею.

Нами емпірично встановлено значні відмінності у прояві емпатії в залежності від віку та сімейного стажу подружніх пар.

Згідно отриманих даних, 32% зрілих подружніх пар та 25% молодих подружніх пар володіють високим рівнем емпатії. Дані показники свідчать, що вміння співпереживати і розуміти думки і почуття іншого більше розвинуті в парах, які багато років разом, а отже за цей час звикли один до одного і краще знають внутрішній світ свого партнера з усіма можливими емоційними та смисловими відтінками. Отримані показники можемо пояснити також тим, що здатність до емпатії збільшується із наявністю дітей у сім'ї і залежить як від їх віку, так і від віку самих батьків, оскільки навчаючи дітей, батьки вчаться самі, при цьому знаходять здатність до відчуження емоційної складової психіки своїх дітей з психофізичними порушеннями, що є занадто важливим фактором ефективного сімейного виховання.

На дуже низькому рівні знаходяться 5% сімейних пар та 12% молодих подружніх пар. Вважаємо, що наявність низького рівня емпатія у партнерів негативно відображається на сім'ї, і насамперед це проявляється у конфліктах. В дружньому шлюбі відбувається поступове злиття двох «Я» – чоловіка і дружини, відбувається ототожнення потреб, інтересів, бажань, намірів. Для подібної взаємодії необхідно володіти достатньо високим рівнем емпатії. У конфліктному шлюбі автономність двох «Я» зберігається, а отже, не відбувається ототожнення і злиття основних потреб, інтересів, поглядів, що ускладнюється при народженні дитини з порушеннями психофізичного розвитку.

Як бачимо, психологічний стан подружніх пар значною мірою залежить від особистісних особливостей самих батьків, які виховують дітей з порушеннями психофізичного розвитку, від їх сприйнятливості та суб'єктивного ставлення до психотравмуючих подій, від уміння оптимізувати свої внутрішні захисні ресурси й обрати кон-

структивну копінг-стратегію, а також від досвіду вирішення психотравмуючих ситуацій [4].

**Висновки та перспектива подальших досліджень.** Теоретичні відомості про фактори стресу та чинники стресостійкості батьків, які виховують дітей з психофізичними порушеннями, було доповнено емпіричним дослідженням, результати якого дозволяють зробити кілька важливих висновків: 1) в молодих подружніх парах, що мають дітей з психофізичними порушеннями, і серед жінок, і серед чоловіків переважає копінг, який орієнтований на емоції; 2) у зрілих подружніх парах з дітьми з психофізичними порушеннями, домінуючим копінгом, як серед чоловіків, так серед жінок, являється копінг, який орієнтований на вирішення задач. Це пояснюється тим, що для сімей із високим стажем подружнього життя, характерна більш ефективна адаптація до умов стресу, адекватний рівень оціночної тривоги та високий рівень самопочуття і настрою, ніж у молодих парах; 3) молоді подружжя з дітьми з психофізичними порушеннями підтримку друзів оцінюють досить високо як важливий компонент, який повинен бути присутнім у їхньому житті, коли у зрілих парах даний аспект значно зменшується; 4) зрілі подружжя відмітили, що підтримки друзів у них немає, залишилася лише сім'я, на яку можна розраховувати у важкі хвилини. Соціальна підтримка значимих інших у групах досліджуваних майже не відрізняється, знаходиться на найнижчому рівні; 5) здатність до емпатії більше розвинута в парах, які багато років разом.

Експериментальне дослідження особливостей прояву стрес-долаючої поведінки у сімей з дітьми з психофізичними порушеннями представляє науковий інтерес і практичну значущість в контексті психологічної допомоги даним сім'ям. Перспективами нашого дослідження є детальний аналіз чинників стресостійкості батьків дітей з психофізичними порушеннями та пошук шляхів формування копінг-ресурсів у підтриманні внутрішньої рівноваги особистості кожного члена сім'ї.

#### Список літератури:

1. Кононова М. М., Кучма Т. В. Сутність стресу як психологічної категорії. *Молодий вчений* : науковий журнал, 2021. С. 28-33.
2. Кукуруза Г. В. Психологічна модель раннього втручання: допомога сім'ям, що виховують дітей раннього віку з порушеннями розвитку: монографія. Харків: Точка, 2013. 244 с.
3. Кучма Т. В., Кононова М. М. Копінг-поведінка у подружніх пар з дітьми з психофізичними порушеннями: теоретичний аналіз. *Психологія та педагогіка сучасності : проблеми та стан розвитку науки і практики в Україні* : збірник тез наукових робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 21–22 серпня 2020 року). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. С. 9-12.
4. Кучма Т. В., Кононова М. М. Особливості психоемоційного стану батьків дітей з психофізичними порушеннями. Міжнародна науково-практична конференція «Традиції та новації у сфері педагогіки та психології» – Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського.

5. Мастюкова Е. М., Московкина А. Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. В. И. Селиверстова. Москва : Гуманит. изд. центр ВЛА-ДОС, 2003. 408 с.

6. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва, Изд-во Института Психотерапии. 2002. С. 442-444.

7. Zimet G. D. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support / G. D. Zimet, N. W. Dahlem, S. G. Zimet & G. K. Farley. *Journal of Personality assessment*. 1988. Vol. 52 (Iss. 1). P. 30-41.

#### **Kuchma T.V., Kononova M.M. SPECIFICITY OF COPING BEHAVIOR IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH PSYCHO-PHYSICAL DISORDERS**

*The article raises the actual scientific problem of substantiating the family as a micro-society that determines the further psychophysical and social development of a child with special needs (the stronger the family dysfunction, the more pronounced the child's developmental disorders). The author defined the problem of prolonged stress in the situation of raising a child with impaired psychophysical development, which manifests itself in various spheres of the parents' life (personal, interpersonal, sexual, labor), indicated the crisis periods of family life and characterized the objective factors of stress resistance and the orientation of coping behavior. The mentioned theoretical propositions and previous scientific investigations of the author became the basis for conducting an empirical study, in which young and mature married couples who raise children with psychophysical developmental disorders took part. The results show that emotion-oriented coping is dominant in young married couples, and problem-oriented coping is dominant in mature married couples. Avoidance-oriented coping was chosen more by young married couples. Young couples consider the support of friends necessary in their lives, while mature couples rely on family in difficult moments. It has been empirically established that the level of development of coping resources significantly depends on the experience of family relationships: in young married couples, there is a directly proportional relationship between the level of the resourcefulness index and social support of the family, social support of friends, and empathy, on the other hand, the same relationship in mature married couples, the relationship between the index of resourcefulness and coping focused on solving problems, social support of the family, and empathy was found; an inverse proportional relationship was obtained in young married couples between the index of resourcefulness and coping, which is focused on avoidance, anxiety and social support of the family, while in mature married couples this relationship was established between indicators of tension and social support of the family and social support of friends. The author is convinced that the leading role in the development of coping behavior of married couples who raise children with psychophysical disorders is played by empathy, the indicators of which, according to empirical research, are more developed in couples who have been together for many years, and therefore have become accustomed to each other during this time and better know the inner world of their partner with all possible emotional and meaningful nuances.*

**Key words:** family, married couples, children with psychophysical disorders, coping behavior, empathy.

**Шепельова М.В.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

## КЛАСИФІКАЦІЯ ПОТРЕБ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

У статті описано класифікацію потреб студентів в умовах невизначеності. За результатами емпіричного дослідження за допомогою контент-аналізу виокремлено 22 категорії потреб студентів, що відображають сфери життя, до яких вони належать. Далі, за результатами розрахунку факторних навантажень побудовано ієрархію системоутворювальних факторів потреб студентів. Саме ці потреби актуалізуються, коли студенти опиняються в умовах невизначеності: 1) життєзабезпечення – занепокоєність тим, чи буде можливість придбати найбільш необхідні продукти харчування та предмети побуту, зберегти житло і т.п.; 2) близькі стосунки та дозвілля – занепокоєність обмеженнями безпосереднього спілкування з близькими, а також подорожей, відпочинку у громадських місцях та навіть прогулянок на свіжому повітрі; 3) під загрозою опиняється гармонійне ставлення до життя через появу відчуття невизначеності, нестабільності; 4) звичне соціальне життя також може зазнавати суттєвих обмежень; 5) через необхідність впоратися з ситуацією, що склалася, виникає потреба у збагаченні власних особистісних якостей та надходженні достовірної, несуперечливої інформації; 6) здобуття освіти вимагає адаптації до дистанційної форми навчання; 7) стосунки з собою можуть супроводжуватися виникненням певного напруження, оскільки нові життєві умови, будучи випробуванням, сприяють прояву нових, можливо неочікуваних властивостей та можливостей; 8) матеріальне забезпечення також може опинитися під загрозою; 9) зазнає суттєвих змін і мотивація через неможливість досягти поставлених цілей, необхідність їх відкладення на невизначений час. За допомогою факторного аналізу здійснено класифікацію потреб студентів. Виокремлено такі основні чотири фактори: 1) життя у соціумі (до якого належать, близькі стосунки, освіта, ставлення до життя, стосунки з оточенням, матеріальне забезпечення, досягнення, розвиток); 2) особистісні потреби (особистісні риси, розумові якості, стосунки із собою, зайнятість (-)); 3) життєзабезпечення (життєзабезпечення, соціальне життя, особистий простір, емоції, час; 4) ресурсні потреби (джерела інформації, здоров'я, тварини (домашні улюбленці), дозвілля, довкілля, мотивація).

**Ключові слова:** потреби, невизначеність, студенти, контент-аналіз, факторний аналіз.

**Постановка проблеми.** Уявлення людини про те, що їй потрібно у житті, скеровує її діяльність, а можливість задовольнити свої потреби, чи відчуття можливості їх задоволення у майбутньому, суттєво визначає задоволеність власним життям. Тривалі обмеження у цій сфері викликають стан навченої безпорадності, коли людина перестає намагатися покращити своє становище навіть тоді, коли з'являється така можливість. Разом з тим, позитивний досвід досягнення поставлених цілей дозволяє набути впевненості у власних силах і у тому, що позитивні зміни є можливими.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У тлумачному словнику психологічних термінів потреба визначається як «психічне явище відображення об'єктивної нужди організму в будь-чому (біологічні потреби, властиві і людині, і тва-

ринам), або особистості (соціальні або духовні, властиві тільки людині) [2].

Раптові зміни у звичному способі життя суттєво впливають на мотиваційну сферу особистості, оскільки вибудована система потреб, мотивів і цілей не завжди відповідає новим умовам і потребує перегляду, зосередження на найбільш актуальному і суттєвому.

У загальному значенні «визначати» тлумачиться як: 1) встановлювати, розпізнавати що-небудь за певними ознаками; 2) розкривати сутність чого-небудь, характеризувати, формулювати, робити визначення; 3) вирізняти, призначати кого- або що-небудь для якоїсь мети; 4) намічати, намалювати для виконання; 5) зумовлювати що-небудь, бути причиною чогось [3]. Невизначеність пов'язана з суб'єктивною чи об'єктивною складністю здійснення зазначених вище дій.

**Метою** цієї публікації є описати класифікацію потреб студентів в умовах невизначеності.

**Виклад основного матеріалу.** Протягом 2020/2021 навчального року нами було проведено дослідження серед студентів Київського університету імені Бориса Грінченка. Майже весь цей рік освітній процес здійснювався у дистанційній формі, а повсякденне життя студентів супроводжувалося більш або менш суттєвими обмеженнями звичного способу життя у зв'язку з карантинними заходами, запровадженими у той період у зв'язку з поширенням COVID'19, що викликало у студентів відчуття невизначеності. Вибірку склали 158 студентів різних спеціальностей та років навчання.

Досліджуваним пропонувалося дати відповідь на питання «Що мені потрібно у моєму житті?». Отримані відповіді набули подальшої обробки за допомогою контент-аналізу та факторного аналізу.

За кількістю зазначених студентами потреб сформувався список із 231 позиції, який набув подальшої обробки за допомогою контент-аналізу та розрахунку факторних навантажень.

Найбільш поширеними відповідями серед студентів були:

- 1) сім'я, рідні та близькі (n=92; 58%);
- 2) здоров'я (n=72; 46%);
- 3) любов, кохання (n=56; 35%);
- 4) друзі, дружба (n=53; 34%);
- 5) гроші, стабільний заробіток (n=51; 32%);
- 6) робота (n=42; 27%);
- 7) матеріальні блага, достаток (n=29; 18%);
- 8) підтримка, турбота (n=28; 18%);
- 9) щастя (n=26; 16%);
- 10) самореалізація (n=24; 15%).

Зауважимо, що освіту серед основних потреб зазначили 19 студентів (12%).

Подальший контент-аналіз відповідей студентів дозволив нам згрупувати їх у 22 більш загальні категорії, які позначають сфери життя, до яких належать зазначені потреби. Наведемо їх у порядку зменшення важливості для досліджуваних (від найбільш важливої до найменш важливої). Отже:

1) *близькі стосунки* (n=224) – сюди увійшли такі потреби, як сім'я, рідні та близькі; любов, кохання; дружба, друзі; здоров'я та щастя близьких та ін.;

2) потреби, що реалізуються у *взаємодії з оточенням* (n=86) – до них увійшли щирість, чесність, підтримка, повага, розуміння, довіра, доброта, справедливість, незалежність та ін.;

3) *матеріальні блага* (n=81) – це такі, як гроші, стабільний заробіток, достаток, мате-

ріальна незалежність, матеріальна мотивація, достойна оплата праці;

4) *здоров'я* (n=78) – до цієї категорії окрім самого здоров'я увійшли й ті висловлювання, що стосуються його збереження – здоровий спосіб життя, правильне харчування і т.п.;

5) *ставлення до життя* (n=74) – так ми назвали усе, що стосується відчуття себе у житті – це щастя, свобода, мир, спокій, стабільність, благополуччя, задоволеність життям, безпека, визначеність, оптимізм та ін.;

6) *дозвілля* (n=69) – відпочинок, подорожі, музика, хобі, вільний час;

7) *зайнятість* (n=61) – улюблена робота, справа, кар'єра;

8) *досягнення* (n=56) – самореалізація, успіх, досягнення цілі, знайти себе і т.п.;

9) *освіта* (n=54) – до цієї категорії також увійшли навчання, знання, вміння, навички, ерудованість, дізнаватися більше, навчитися своїй справі;

10) *життєзабезпечення* (n=52) – їжа, вода, сон, повітря, тепло;

11) *мотивація* (n=40) – ціль, мета, сенс, натхнення, цілеспрямованість, вмотивованість, мрії, бажання;

12) *особистий простір* (n=36) – житло, дім, затишок, комфорт;

13) *розвиток* (n=32) – сюди також увійшли робота над собою, самовизначення, постійне самовдосконалення;

14) *особистісні риси* (n=29) – самоконтроль та дисципліна, впевненість у собі, мудрість, терпіння, сміливість тощо;

15) *соціальне життя* (n=25) – спілкування, люди, цікаві знайомі, нетоксичне оточення тощо;

16) *емоції* (n=24) – позитивні емоції, радість, враження, сміх, гострі почуття, настрої, задоволення тощо;

17) *стосунки із собою* (n=16) – мати власне «Я», бути собою, розуміння себе та своїх вчинків, любов до себе, внутрішній баланс, гармонія із собою, розуміння свого призначення, віра в себе тощо;

18) *довкілля* (n=9) – країна, земля, природа тощо;

19) *джерела інформації* (n=8) – книги, Інтернет, інформація;

20) *час* (n=7) – сюди також увійшли зручний розпорядок дня, баланс між роботою та відпочинком;

21) *тварини* (n=6) – домашні улюбленці, коти, собаки тощо;

22) *розумові якості* (n=5) – розум, порядок у голові, чистота свідомості, аналіз; інше (n=11).



Подальший розрахунок факторних навантажень для визначення системоутворювального фактору серед потреб студентів, дозволив шляхом розрахунку факторних навантажень виявити один або декілька показників у системі факторів, оптимально пов'язаних з усіма іншими [1]. Відповідно до [2] системоутворювальним є той фактор, який визначає об'єднання компонентів у систему. Іншими словами, за допомогою цих розрахунків визначається та з означених потреб, зазначення студентами якого у списку основних потреб є визначальним в об'єднанні усіх виявлених потреб у систему. При необхідності ж простежити певну тенденцію, вибудувати послідовність, розраховується ієрархія системоутворювальних факторів, яка супроводжує досліджуване явище шляхом послідовного виключення системоутворюючих факторів із системи розрахунку факторних навантажень [див. напр. 5; 6; 7].

За результатами розрахунків ми побудували таку ієрархію системоутворювальних факторів потреб студентів (у дужках подано результати розрахунку факторних навантажень):

1) життєзабезпечення (0,41); 2) близькі стосунки та дозвілля (0,38); 3) ставлення до життя (0,41); 4) соціальне життя (0,41); 5) особистісні якості та джерела інформації (0,39); 6) освіта (0,39); 7) стосунки із собою (0,38); 8) матеріальні блага (0,39); 9) мотивація (0,38).

Саме ці потреби актуалізуються, коли студенти опиняються в умовах невизначеності:

1) *життєзабезпечення* – занепокоєність тим, чи буде можливість придбати найбільш необхідні продукти харчування та предмети побуту, зберегти житло та ін.;

2) *близькі стосунки та дозвілля* – занепокоєність обмеженнями безпосереднього спілкування з близькими, а також подорожей, відпочинку у громадських місцях та навіть прогулянок на свіжому повітрі;

3) під загрозою опиняється гармонійне *ставлення до життя* через появу відчуття невизначеності, нестабільності;

4) звичне *соціальне життя* також може зазнавати суттєвих обмежень;

5) через необхідність впоратися з ситуацією, що склалася, виникає потреба у збагаченні власних *особистісних якостей* та надходженні достовірної, несуперечливої *інформації*;

6) *здобуття освіти* вимагає, наприклад, адаптації до дистанційної форми навчання;

7) *стосунки з собою* можуть супроводжуватися виникненням певного напруження, оскільки нові

життєві умови, будучи випробуванням, сприяють прояву нових, можливо неочікуваних властивостей та можливостей;

8) *матеріальне забезпечення* у може також опинитися під загрозою;

9) зазнає суттєвих змін і *мотивація* через неможливість досягти поставлених цілей, необхідність їх відкладення на невизначений час.

Наступний етап дослідження передбачав виокремлення чотирьох основних факторів у потребах студентів за допомогою факторного аналізу.

За визначенням Л. Ф. Бурлачука та С. М. Морозова, «факторний аналіз – це комплекс аналітичних методів, що дозволяють виявити приховані (латентні) ознаки, а також причини їх виникнення і внутрішні закономірності їх взаємозв'язку. Факторний аналіз спрямований на перетворення вихідного набору ознак у більш просту і змістовну форму. Центральна задача методу – перехід від сукупності безпосередньо вимірюваних ознак досліджуваного явища до комплексних узагальнених факторів, за якими стоять комбінації шуканих ознак, що виділяються на основі їх внутрішніх закономірностей, які відображають структуру досліджуваної області явищ» [3, с. 154-155].

В. О. Климчук виокремив чотири основні напрями, в яких можна використовувати факторний аналіз: 1) зменшення кількості даних; 2) групування, класифікація та компактна візуалізація даних; 3) пошук прихованих змінних; 4) генерація нових ідей [4].

Отже, на наступному етапі дослідження з метою класифікації результатів проведеного емпіричного дослідження за допомогою факторного аналізу ми виокремили чотири основних фактори у потребах студентів (результати розрахунків із застосуванням програми STATISTICA 10 подано у табл. 1).

За результатами розрахунків до *першого фактору* (Ф1) було віднесено такі групи потреб студентів:

1) близькі стосунки (0,54); 2) освіта (0,50); 3) ставлення до життя (0,48); 4) стосунки з оточенням (0,48); 5) матеріальне забезпечення (0,47); 6) досягнення (0,45); 7) розвиток (0,37). Цей фактор можна умовно назвати «*Життя у соціумі*».

До *другого фактору* (Ф2) ми віднесли наступні групи потреб: 1) особистісні риси (0,75); 2) розумові якості (0,60); 3) стосунки із собою (0,58); 4) зайнятість (-0,44). Цей фактор можна умовно назвати «*Особистісні потреби*». Варто відзначити, що для цього фактору достатньо суттєві від'ємні значення мають показники «близькі сто-

Таблиця 1  
**Результати факторного аналізу потреб студентів в умовах невизначеності**

Потреби студентів	Фактори			
	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4
Близькі стосунки	<b>0,54</b>	-0,41	0,06	0,14
Гроші	<b>0,47</b>	-0,10	0,17	0,06
Здоров'я	0,18	0,20	-0,19	<b>0,50</b>
Зайнятість	0,29	<b>-0,44</b>	-0,21	0,27
Досягнення	<b>0,45</b>	0,15	0,00	-0,25
Ставлення до життя	<b>0,48</b>	0,02	-0,25	0,03
Соціальне життя	0,28	0,32	<b>0,61</b>	-0,04
Стосунки з оточенням (взаємодія)	<b>0,48</b>	0,27	-0,04	0,00
Дозвілля	0,23	-0,03	0,38	<b>0,44</b>
Освіта	<b>0,50</b>	0,05	-0,12	0,29
Розвиток	<b>0,37</b>	0,22	0,24	-0,02
Особистий простір	-0,16	-0,03	<b>0,36</b>	-0,01
Життєзабезпечення	-0,19	-0,16	<b>0,72</b>	0,06
Довкілля	-0,17	-0,10	0,36	<b>0,41</b>
Тварини	0,14	-0,20	0,12	<b>0,45</b>
Мотивація	-0,07	0,22	-0,14	<b>0,32</b>
Емоції	0,21	-0,12	<b>0,35</b>	0,11
Стосунки із собою	0,14	<b>0,58</b>	0,01	0,02
Особистісні риси	0,01	<b>0,75</b>	-0,07	0,03
Розум	-0,03	<b>0,60</b>	0,02	0,04
Час	0,00	0,01	<b>0,35</b>	-0,24
Джерела інформації	-0,02	0,00	0,04	<b>0,67</b>
Інше	-0,34	-0,02	0,10	0,26
Загальна дисперсія	2,11	2,06	1,85	1,76

сунки» та «зайнятість», що додатково підкреслює спрямованість цього фактору на власну особистість, а не на оточення.

До *третього фактору* (Ф3) ми віднесли такі групи потреб досліджуваних: 1) життєзабезпечення (0,72); 2) соціальне життя (0,61); 3) особистий простір (0,36); 4) емоції (0,35); 5) час (0,35). Цю групу потреб, на наш погляд, можна умовно назвати «*Життєзабезпечення*».

*Четвертий фактор* (Ф4) включає такі групи потреб студентів: 1) джерела інформації (0,67); 2) здоров'я (0,50); 3) тварини (домашні улюбленці) (0,45); 4) дозвілля (0,44); 5) доквілля (0,41); 6) мотивація (0,32). Цей фактор можна умовно назвати «*Ресурсними потребами*».

**Висновки.** За результатами емпіричного дослідження потреб студентів в умовах не-

значеності за допомогою контент-аналізу ми виокремили 22 категорії потреб студентів, що відображають сфери життя, до яких вони належать. Далі, за результатами розрахунку факторних навантажень ми побудували ієрархію системоутворювальних факторів потреб студентів. Саме ці потреби актуалізуються, коли студенти опиняються в умовах невизначеності: 1) *життєзабезпечення* – занепокоєність тим, чи буде можливість придбати найбільш необхідні продукти харчування та предмети побуту, зберегти житло і т.п.; 2) *близькі стосунки та дозвілля* – занепокоєність обмеженнями безпосереднього спілкування з близькими, а також подорожей, відпочинку у громадських місцях та навіть прогулянок на свіжому повітрі; 3) під загрозою опиняється гармонійне *ставлення до життя* через появу відчуття невизначеності, нестабільності; 4) звичне *соціальне життя* також може зазнавати суттєвих обмежень; 5) через необхідність впоратися з ситуацією, що склалася, виникає потреба у збагаченні власних *особистісних якостей* та надходженні достовірної, несуперечливої *інформації*; 6) *здобуття освіти* вимагає адаптації до дистанційної форми навчання; 7) *стосунки з собою* можуть супроводжуватися виникненням певного напруження, оскільки нові життєві умови, будучи випробуванням, сприяють прояву нових, можливо неочікуваних властивостей та можливостей; 8) *матеріальне забезпечення* може також опинитися під загрозою; 9) зазнає суттєвих змін і *мотивація* через неможливість досягти поставлених цілей, необхідність їх відкладення на невизначений час.

За допомогою факторного аналізу ми здійснили класифікацію потреб студентів, виокремивши такі основні чотири фактори: 1) життя у соціумі; 2) особистісні потреби; 3) життєзабезпечення; 4) ресурсні потреби.

За змістом *перший фактор* «*Життя у соціумі*» передбачає, що для комфортного життя у суспільстві студенти вважають необхідними наявність близьких стосунків (сім'ї, рідних та близьких; любові, кохання; дружби, друзів; здоров'я та щастя близьких та ін.); освіти (навчання, знань, вмінь, навичок, ерудованості, дізнаватися більше, навчитися своїй справі); гармонійного ставлення до життя (щастя, свободи, миру, спокою, стабільності, благополуччя, задоволеності життям, безпеки, визначеності, оптимізму та ін.) та стосунків з оточенням (щирості, чесності, підтримки, поваги, розуміння, довіри, доброти, справедливості, неза-

лежності та ін.); матеріального забезпечення (грошей, стабільного заробітку, достатку, матеріальної незалежності, матеріальної мотивації, достойної оплати праці, досягнень (самореалізації, успіху, досягнення цілі, знайти себе і т.п.) та розвитку (роботи над собою, самовизначення, постійного самовдосконалення).

*Другий фактор «Особистісні потреби»* має таке змістове наповнення: особистісні риси (самоконтроль та дисципліна, впевненість у собі, мудрість, терпіння, сміливість); розумові якості (розум, порядок у голові, чистота свідомості, аналіз); гармонійні стосунки із собою (мати власне «Я», бути собою, розуміти себе та свої вчинки, любов до себе, внутрішній баланс, гармонія із собою, розуміння свого призначення, віра в себе тощо); зайнятість (від'ємне значення), що підкреслює спрямованість цього фактору на власну особистість, а не на соціум.

*Третій фактор*, який ми умовно назвали «*Життєзабезпечення*» за змістом передбачає необхідність таких базових речей, як вода, їжа, повітря, можливості спілкування з оточенням, наявність особистого простору (житла), часу, переживання емоцій.

*Четвертий фактор*, який ми умовно назвали «*Ресурсними потребами*» має таке змістове наповнення: джерела інформації (книги, Інтернет, інформація); здоров'я; тварини (домашні улюбленці) як джерело позитивних емоцій; дозвілля, що дає можливість відновити сили; довкілля (країна, земля, природа тощо); мотивація (ціль, мета, сенс, натхнення, цілеспрямованість, вмотивованість, мрії, бажання).

**Перспективною** є розробка на основі результатів проведеного дослідження психолого-педагогічних засобів підтримки мотиваційної сфери особистості студентів в умовах невизначеності, зокрема в освітньому процесі.

#### Список літератури:

1. Бешелев С. Д., Гурвич Ф. Г. Математико-статистические методы экспертных оценок. М.: Статистика, 1980. 263 с.
2. Бродовська В. Й., Грушевський В. О., Патрик І. П. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів. К.: Професіонал, 2007. 512 с.
3. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодиагностике / отв. ред. Крымский С. Б. К.: Наук. думка, 1989. 200 с.
4. Климчук В. О. Факторний аналіз: використання у психологічних дослідженнях. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 8. С. 43-48.
5. Кокарева М. В. Психологічні особливості сприймання студентами творів сучасного живопису: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. К., 2013. 20 с.
6. Подшивайлова А. М. Манипулятивное воздействие в политическом дискурсе. К.: Издательско-полиграфический центр «Киевский университет», 2013. 431 с.
7. Шепельова М. В. Прояви перцептивно-мисленневих стратегій у художній діяльності студентів [Електронний ресурс]. Перцептивно-мисленневі стратегії творчого конструювання інформаційних систем у навчальній та трудовій діяльності: монографія / В. О. Моляко, Ю. А. Гулько, Н. А. Ваганова [та ін.]; за ред. В. О. Моляко. К., 2018. С. 106-123. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/712092>.

#### Shepelova M.V. THE CLASSIFICATION OF STUDENTS' NEEDS IN UNCERTAIN CONDITIONS

*The article presents the classification of students' needs in uncertain conditions. Basing on the empirical research results using content analysis, 22 categories of students' needs were defined, reflecting the spheres of life to which they belong. Next, based on the results of the factor loadings calculation, a hierarchy of system-forming factors of students' needs was built. It is the needs that are actualized when students find themselves in conditions of uncertainty: 1) life support – concern about whether it will be possible to purchase the most necessary food and household items, place of living, etc.; 2) close relationships and leisure time – concern about the limitations of direct communication with loved ones, as well as travel, recreation; 3) a harmonious attitude to life is under threat due to the appearance of a feeling of uncertainty, instability; 4) the usual social life may also be significantly restricted; 5) due to the need to cope with the existing situation, there is a need to enrich one's personal qualities and receive reliable, consistent information; 6) obtaining an education requires adaptation to distance education; 7) relationships with oneself may be accompanied by the emergence of a certain tension, since new living conditions, contribute to the manifestation of new, possibly unexpected properties and abilities; 8) financial support may also be at risk; 9) motivation also undergoes significant changes due to the impossibility of achieving set goals, the need to postpone them indefinitely. With the help of factor analysis, students' needs were classified. The following four main factors are defined: 1) life in society (which includes close relationships, education, attitude to life, relationships with the environment, material support, achievements, development); 2) personal needs (personal traits, mental qualities, self-relationship, employment (-)); 3) livelihood (livelihood, social life, personal space, emotions, time; 4) resource needs (sources of information, health, animals (pets), leisure, environment, motivation).*

**Key words:** needs, uncertainty, students, content analysis, factor analysis.

## ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.923.2:316.663.3

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/13>

*Шумейко О.М.*

Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

### ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СКЛАДОВИХ Я-КОНЦЕПЦІЙ МОЛОДОГО ПОЛІТИКА НА ВИБІР СТРАТЕГІЇ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ

*У поданій статті автором всебічно розглядається трактування категорії «молодий політик» на законодавчому та науковому рівнях, аналізуються основні закономірності впливу таких базових складових Я-концепції особистості, якими є образ Я та самооцінка. Аналізується вплив образу Я та самооцінки сучасного молодого політика на процес вибору ним конкретної стратегії самопрезентації: «догоджаючої» чи «самоконструюючої» відповідно до авторської теорії самопрезентації Р. Баумейстера. У рамках повноцінного дослідження явища самопрезентації та об'єктивного усунення можливої методологічної заплутаності обґрунтовується наукова необхідність сучасного трактування самопрезентації та її одночасного розгляду одразу в двох різних контекстах: «самопрезентація як саморозкриття» та «самопрезентація як самопред'явлення». Такий підхід сприяє уточненню наукових уявлень щодо ролі особистісних чинників формування демонстрованого (публічного) іміджу молодого політика, розкриттю механізмів залежності стратегій самопрезентації політика від Я-концепції, поглибленню існуючих теоретичних доробок із вивчення зв'язку Я-концепції та демонстрованого (публічного) іміджу політичного діяча, виявленню нових теоретичних фактів та закономірностей впливу особистісних чинників на демонстрований та цільовий імідж молодого політика, також усувається хибне трактування самопрезентації політика як штучної або нещирої «фасадної» поведінки, що не відповідає справжній сутності й перешкоджає розвитку як самої особистості молодого політика, так і налагодженню щирих міжособистісних відносин. Робиться висновок, наскільки вдало (без допомоги команди іміджмейкерів) політик здатен самостійно «презентувати» себе перед аудиторією. Які саме сторони образу «Я» сучасного політика висвітлюються, а які приховуються, і як на цей процес впливає його самооцінка. У чому саме полягає взаємозв'язок між механізмами самопрезентації та Я-концепцією політика в цілому. На всі ці актуальні для соціальних та політичних психологів питання й покликає дати відповідь ця стаття.*

**Ключові слова:** самопрезентація, образ Я, фізичне Я, психологічне Я, соціальне Я, сексуальне Я, сімейне Я, долаюче конфлікти Я, самооцінка, управління враженням, імідж, публічна поведінка, стратегії самопрезентації.

**Постановка проблеми.** Питання самопрезентації особистості є однією з важливих та мало висвітлених у сучасній соціальній психології. Ця проблема є особливо актуальною для політичної психології, де теорія самопрезентації, незважаючи на своє соціально-психологічне наповнення й походження, майже повністю забута або ж трактується виключно з позицій іміджмейкінгу. Такому стану розробленості зазначеної проблеми сприяє розгляд феномену самопрезентації у відриві від дослідження складових «Я-концепції» особистості, зокрема від врахування її самооцінки та характеристик образу «Я». У цьому сенсі варто

вказати, що, навіть за умови розробки іміджмейкером супервдалого іміджу, без попереднього дослідження «Я-концепції» політика такий імідж може не підійти, або ж виявиться неприйнятним і чужорідним для образу «Я» останнього [2, с. 334]. Однак **метою** поданої статті є не критика практичного іміджмейкінгу, а привернення уваги соціальних та політичних психологів до проблеми взаємозв'язку самопрезентації та «Я-концепції» й глибша наукова структуризація наявних даних із позицій загальнотеоретичних підходів до розуміння «Я-концепції» в сучасній соціальній психології. Ми зосередили свою увагу саме на молодих

політиках або політиках-початківцях. Не секрет, що «професія» політика посідає одне з чільних місць у рейтингу найбільш привабливих та престижних серед молоді професій. Також експектації 48,21% українців свідчать про тенденцію бачити на провідних посадах у державі «нові обличчя». Про це достатньо переконливо свідчить той факт, що кандидатами в народні депутати на дострокових виборах до Верховної Ради у 2019 році зареєструвалася найбільша кількість молодих людей (віком до 35 років), що раніше не мали жодного досвіду політичної діяльності (політичні партії «Слуга народу», «Голос» та ін.) і були обрані як за партійними списками, так і за мажоритарними округами. Ситуація з успіхом «молодих політиків» повторилася й на місцевих виборах 2020 року. Згідно з чинним законодавством, категорія «молодий політик» регламентується наступними законодавчими нормами: статтею 2 Закону України «Про молодіжні та дитячі громадські організації» від 1 грудня 1999 року (зі змінами, внесеними згідно з рішенням Конституційного Суду від 13 грудня 2001 року); статтями 11 та 12, Закону України «Про громадські організації» від 16 червня 1992 року; статтею 1, Закону України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні» від 5 лютого 1993 року (зі змінами від 23 березня 2004 року).

Слід відзначити, що на сьогодні ще немає чітко окресленої суто наукової дефініції щодо категорії «молодий політик» ані в політичній психології, ані в суміжних із нею політології та соціології.

Та, навіть ставши політиком чи здобувши омріяний фах, молода людина повинна адаптувати себе в цій професії й набути відповідних навичок поведіння, обрати оптимальну для себе стратегію самопрезентації тощо. Саме тому свідомо чи інтуїтивно молодий політик (молодий фахівець) шукає для себе оптимальну стратегію самопрезентації. Іноді цей процес є швидким та безболісним, іноді – важким та потребує багато часу. Так чи інакше на сьогоднішній день існує безліч тренінгів, спрямованих на вироблення потрібних вербальних та візуальних характеристик демонстрованого образу «Я», однак глибинні особистісні чинники «Я-концепції» залишаються поза увагою і їх роль є невизначеною.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема впливу «Я-концепції» на формування стратегій самопрезентації була поставлена, в першу чергу, засновниками «символічного інтеракціонізму». Ідеї класиків цього напрямку (Ч. Кулі, Дж. Мід, Г. Блумер, М. Кун, Т. Макпарт-

ленд, Т. Шибутані і, особливо, Е. Гоффман) багато в чому визначають сучасне уявлення про роль «Я-концепції» у виборі індивідом тієї або іншої стратегії самопрезентації. Однак повною мірою теоретичний фундамент у вивченні самопрезентації та саморозкриття був покладений на Заході лише у другій половині ХХ століття (Е. Джонс, С. Джулард, П. Козбі, І. Альтман, Д. Тейлор, М. Шнайдер, А. Чайкін, В. Дерліга, Л. Тьюбс, Дж. Байрд, Г. Чілун, Р. Аркін, Р. Арчер, Дж. Тедесхі, Б. Шленкер, М. Лірі, Т. Пітман, С. Маргіліс, Л. Міллер, Дж. Берг, М. Фрідландер, Т. Пека-Бейкер, К. Долгін, та ін). Після розпаду СРСР дослідження, присвячені проблемі самопрезентації, у невеликій кількості з'являються в пострадянському періоді (Ю.М. Жуков, Н.В. Амяга, І.С. Дьяченко, І.Ю. Малісова, Є.Л. Доценко, Є.М. Зімачова, Є.А. Петрова, І.П. Шкуратова, М.Н. Котлярова).

**Постановка завдання** – теоретичний аналіз особливостей впливу образу Я та самооцінки молодого політика на процес вибору ним стратегії самопрезентації.

**Виклад основного матеріалу.** Надважливим у контексті дослідження об'єктивних особливостей впливу складових Я-концепції на вибір молодим політиком тієї чи іншої стратегії самопрезентації зазначити, що в сучасному трактуванні самопрезентація може одночасно розглядатися одразу в двох різних контекстах: «самопрезентація як саморозкриття» та «самопрезентація як самопред'явлення». Лише за такого умовного розмежування можна об'єктивно і без методологічної плутанини проаналізувати проблему особистісної представленості індивіда в комунікативному процесі. Саморозкриття та самопред'явлення можна зіставити за двома критеріями: а) через специфіку змісту; б) через специфіку мети передачі інформації. За умови такого зіставлення виявляється наступне: з одного боку, зміст саморозкриття обмежений лише інформацією про себе, й на цій підставі воно вже є самопред'явленням, однак цілі саморозкриття достатньо різноманітні, й за цим критерієм воно ширше за самопред'явлення. З іншого боку, зміст самопред'явлення може не обмежуватися лише інформацією про себе, й на цій підставі воно ширше за саморозкриття; але призначенням самопред'явлення є головним чином управління враженням, що справляється на аудиторію, й за цим критерієм воно вже є саморозкриттям. За таких умов стають зрозумілими суттєві відмінності в трактуванні феномену самопрезентації в концепціях різних психологічних

шкіл. Але зрозуміло, що і самопред'явлення, і саморозкриття є глибоко взаємопов'язаними, але протилежними за своєю модальністю структурними компонентами самопрезентації і мають розглядатися кожен окремо. На підтвердження цього положення свідчить той факт, що саморозкриття нерідко згадується як альтернатива самопред'явленню. Так, інтимному саморозкриттю протиставляється поведінка-«маска», рольова поведінка, це дає змогу простежити характер зв'язку між самопред'явленням та саморозкриттям у структурі самопрезентації: чим більше вираження має саморозкриття, тим менше вираження має самопред'явлення, і навпаки. Тобто діє закон обернено пропорційної залежності. Відповідно до цього, неглибоке, поверхове саморозкриття найчастіше поєднане з вираженим самопред'явленням особистості й характеризується скоріше як самопред'явлення, а не саморозкриття.

Ми вважаємо за доцільне аналізувати вплив самооцінки та образу «Я» політика на вибір ним тієї чи іншої стратегії самопрезентації в ситуації публічного виступу перед аудиторією. Адже для політиків правильно побудована публічна поведінка, публічна діяльність і «презентація» себе є запорукою успішного функціонування у професійному середовищі, й у цей час взаємозв'язок «Я-концепції» і наявної самопрезентації набуває певного загострення та особливо акцентується. Щодо стратегій самопрезентації, то, на нашу думку, найбільш обґрунтованою є концепція відомого дослідника феномену самопрезентації Р. Баумейстера, який виділяє дві стратегії: «догоджаючи» та «самоконструюючи». «Догоджаючи» стратегія направлена на те, щоб виставити себе в сприятливому світлі в очах оточуючих, тобто суб'єкт прагне діяти відповідно до специфічних цінностей «своєї» аудиторії і за це одержати від цієї аудиторії винагороду [1, с. 40]. У даній стратегії самопред'явлення дуже низька ситуативна стійкість, оскільки вона цілком залежить від оточення. Людина не просто засвоює точку зору оточуючих щодо себе самої, але й поводить відповідно до неї. Друга стратегія – «самоконструюючи» – орієнтована на зміцнення й підтримку суб'єктом свого «ідеального Я» на підставі особистих цілей та ідеалів [1, с. 48]. Такий тип політиків менш схильний до змін, оскільки «ідеальне Я» є відносно стабільним і стійким утворенням, тобто суб'єкт справляє враження на інших тими якостями, які він бачить у своєму «ідеальному Я». Відповідно до цього, з метою визначення процентного розподілу стратегій самопрезентації,

якими послуговуються сучасні молоді українські політики, нами було проаналізовано 128 репортажів із прес-конференцій, що давалися політиками різного рівня на телевізійних каналах Перший Національний, Інтер, 1+1 та Рада. Аналізувалися вислови молодих політиків, які зіставлялися з переліком типових висловів, що характерні для кожної із двох вищезазначених стратегій самопрезентації. «Догоджаючи» стратегія виявилась домінуючою – 79%, а кількість політиків, що послуговуються «самоконструюючи» стратегією становить 21%. У цьому сенсі по відношенню до «Я» політика може також спрацювати дуже цікавий механізм: якщо оточуючі вважають публічну поведінку політика віддзеркаленням його особистісних характеристик і спілкуються з ним відповідно до його самопрезентації, то штучний демонстрований образ «Я» може стати реальним. Аналізуючи типові вислови політиків, ми також звернули увагу на представленість образу «Я» політиків, згідно з їхніми висловлюваннями про себе. У цьому ми послуговувалися концепцією Д. Оффера і Ч. Строзаера, які розглядають образ «Я» політика, як такий, що відповідає «...загальній сумі сприйняття, думок і відчуттів людини відносно себе» [6, с. 28]. Ці сприйняття, думки й відчуття можуть бути більш-менш ясно простежені в образі «Я», в якому «Я» розділено на шість різних частин, що тісно взаємодіють між собою. Ці шість компонентів «Я» наступні: фізичне Я; психологічне Я; соціальне Я; сексуальне Я; сімейне Я; долаюче конфлікти Я. Нами було встановлено, що в інформації політиків стосовно них самих найбільше представлена інформація щодо соціального Я – 59% та долаючого конфлікти Я – 23%, представленість інших аспектів була значно нижчою: сімейне Я – 9%; фізичне Я – 7%; сексуальне Я – 2%. Щодо якісних характеристик зазначених вище аспектів «Я» політиків, то, з точки зору Д. Оффера та його колег вони мають наступне тлумачення:

- *фізичне Я* – це уявлення політика про стан свого здоров'я й фізичну силу або слабкість. Так, загальновідомою є думка про те, що політик повинен бути достатньо здоровим, щоб це не перешкоджало його професійній діяльності. У політологічній і психологічній літературі, наприклад, були описані страждання, які заподіявало багатьом президентам Сполучених Штатів – Рузвельту, Вільсону, Кеннеді та ін. їхнє погане здоров'я.

- *сексуальне Я* – це спектр уявлень політика про свої реальні претензії і можливості у сфері статевих відносин. Вчені відзначають відсутність статистичних даних про те, як сексуальні вади або

сексуальна поведінка пов'язані зі здатністю політика адекватно й ефективно реалізовуватися у своїй професійній діяльності - в політиці. В історії ж існує немало свідчень про те, що багато диктаторів відрізнялися патологією сексуальної сфери й нерідко страждали різними збоченнями.

- *сімейне Я* є не менш важливим елементом особистості політика. З психоаналізу З. Фрейда добре відомо, який величезний вплив мають відносини в батьківській сім'ї на поведінку дорослої людини. І політики потерпають від цього не менше, ніж пересічні громадяни. Деякі політики долають ранні травми й конфлікти в сім'ї або у сфері дитячо-батьківських відносин, інші – ні, і, стаючи політиками, вони переносять фрустрації зі свого дитинства на своє оточення в країні і у світі.

- *соціальне Я* – уявлення політика про свою здатність до спільної діяльності з іншими (політичними партнерами, членами своєї команди тощо), адже для людей, що знаходяться на вищій або хоч найменш відповідальній державній посаді це є надзвичайно важливим. Політик повинен навчитися тому, як вести переговори і як стимулювати своїх колег до виявлення їхніх кращих якостей. Він повинен бути здатним використовувати навички міжособистісних відносин для ефективної роботи з різними, інколи ворожими групами людей, з іншими політичними лідерами.

- *психологічне Я* – характеризує уявлення політика про свій внутрішній світ, фантазії, мрії, бажання, ілюзії, страхи й конфлікти. З. Фрейд, наприклад, вважав, що психопатологія – доля буденного життя. Як і у звичайних людей, у політиків немає природженого імунітету від невротичних конфліктів, психологічних проблем, а іноді й серйозніших форм психопатології таких, як, наприклад, психоз.

- *долаюче конфлікти Я* – уявлення політика про свою здатність до вмілого та швидкого подолання конфліктів і знаходження нових рішень для старих проблем. Для цього політик мусить володіти достатніми знаннями й інтелектом, щоб сприйняти проблему. Він повинен бути достатньо самовпевненим при ухваленні політичних рішень, щоб зуміти передати цю упевненість іншим. Другий аспект «долаючого конфлікти Я» – усвідомлення політиком своєї здатності до подолання стресів, пов'язаних із його роллю та діяльністю на посаді, наприклад, глави держави, спікера тощо. Стрес може призвести до важких симптомів, які найсерйознішим чином обмежують інтелектуальні й поведінкові можливості політика. Він може збільшувати жорсткість пізнавальних і розумових про-

цесів в історично складні моменти, призводити до зниження гнучкості й самоволодіння, особливо тоді, коли вони необхідні [5, с. 75].

Незважаючи на значну теоретичну обґрунтованість та виваженість концепції Д. Оффера та Ч. Строзаера щодо розуміння образу «Я» політика, її сутність, з погляду деяких відомих дослідників феномену самопрезентації, підлягає певній критиці [1, с. 41]. Так, автори, які стверджують, що в людині немає ніякого справжнього константного «Я», вважають, що особистість цілком може порівнюватися з цибулиною: можна знімати шар за шаром, так нічого й не знайшовши в центрі. Не виключається також, що особа – це якийсь набір масок-самопрезентацій, і тому досліднику безглуздо шукати реальні «Я» або реальні аттитюди.

Експериментальні дослідження Р. Аркіна, спрямовані на встановлення ступеня співвідношення Я-реального і Я, що пред'являється, довели, що політики відрізняються один від одного залежно від того, наскільки їхня поведінка змінюється в різних ситуаціях [4, с. 199]. Якщо пред'явлення особи варіативні, то дістануться до ядра особистості, за умови, що воно не зводиться до наявної самопрезентації, достатньо складно для дослідника. Якщо ж поведінка політика характеризується постійністю, і образ «Я», що пред'являється, не змінюється від ситуації до ситуації, то пояснити поведінку особистісними характеристиками значно простіше [1, с. 63].

Інший аспект впливу характеристик «Я» на формування демонстрованої поведінки політика та на вибір ним стратегії самопрезентації закладений у самооцінці політика. Наприклад, у теоретичному підході Г. Лассуелла наголос робиться на розвитку уявлень людини-політика про власну самооцінку та її втілення в публічній поведінці [6, с. 133]. Його припущення про те, що деякі люди володіють надзвичайно сильною потребою у владі або інших особистісних цінностях і компенсують тим самим травмовану або неадекватну самооцінку, дістало підтвердження на практиці. Особистісні «цінності» або потреби такого роду, як прагнення до влади можуть бути розглянуті як его-мотиви, оскільки вони частина его-системи особистості. Вплив самооцінки на вибір шляхів для «презентації» себе висвітлюється також і в роботах У. Стоуна, який у своїх дослідженнях розглядає самооцінку як позитивне відчуття відносно себе, в широкому значенні розуміючи його як самоповагу, що закономірно відображається у стилі публічної поведінки політика. У. Стоун разом із колегами довів, що чим вище самооцінка

у політиків, тим гірше вони реагують на наявну ситуацію, тим нижча їхня реактивність [4, с. 144]. Так, політики з високою самооцінкою менш залежні від зовнішніх обставин, вони більше сконцентровані на власному «Я» і мають стабільніші внутрішні стандарти, на яких заснована їхня самооцінка. Політики ж із низькою самооцінкою виявляються більш залежними від впливу інших людей та ситуації і є більш реактивними. Вони чутливіші до зворотного зв'язку і змінюють свою самооцінку та стратегію самопрезентації залежно від схвалення або несхвалення інших.

У цілому існування сталого взаємозв'язку між самопрезентацією та характеристиками «Я-концепції» доведено, і це заслуга не лише дослідників теорії самопрезентації та управління враженням, – багато в чому цьому сприяло дослідження інших сфер соціальної та політичної психології [3, с. 12]. Імплицитно зазначене питання закладено у зміст багатьох теорій. Так, на початку сімдесятих років авторитетний соціальний психолог М. Шнайдер розробив концепцію і шкалу самоврядування, яка служить для розрізнення людей за двома типами – «добре керуючих собою» і «погано керуючих собою». Індивіди, які добре управляють собою, так само добре управляють вироблюваним враженням. Вони гнучко, адаптивно та ефективно справляються з різноманітними соціальними ролями, добре пристосовуються до ситуацій, при цьому майстерно і вправно добирають самопрезентацію, адекватну для кожного конкретного випадку. Індивіди ж, що погано керують собою, відповідно погано керують вироблюваним враженням. Їхня поведінка практично не змінюється від ситуації до ситуації, при переході від однієї соціальної ролі до іншої [4, с. 190]. М. Шнайдер пояснює виявлений феномен існуванням двох типів особистостей – «прагматичної» і «принципової». Індивід, як вважає учений, демонструє властивий його типу особистості тип самопред'явлення – «скроєний» відповідно до ситуативних особливостей (у «прагматичної» особистості) або віддзеркалюючий внутрішні характеристики того, хто самопред'являється (у «принципової»). «Праг-

матична» і «принципова» особистості відрізняються перш за все існуючою спочатку специфічною «Я-концепцією» людини – «прагматичною» або «принциповою», що визначає як особливості когнітивної, поведінкової сфер, так і специфіку проявів міжособистісної взаємодії [4, с. 194].

На початку сімдесятих років спостерігався значний сплеск активності соціальних психологів до вивчення «макіавеллізму» як специфічної характеристики особистості та особливостей самосвідомості людей з «макіавеллістичними рисами» [5, с. 22]. Ученими була розроблена відповідна шкала, за якою визначалися маніпулятивні уміння людей. У ході експериментальних досліджень вдалося встановити, що індивіди, які мали високий бал за шкалою «макіавеллізму», володіли вражаючими маніпулятивними вміннями, в тому числі й із самопрезентації себе перед аудиторією. Шкали макіавеллізму і самоуправління М. Шнайдера вимірюють, на перший погляд, схожі явища – мінливість поведінки залежно від ситуації, з одного боку, (тобто аспект, пов'язаний із прагматичністю людини) або постійність поведінки, незалежно від ситуації – з іншого (асpekt, характерний для принципової людини), – однак обидва ці аспекти, за своєю суттю, закладені саме в «Я-концепції» особистості.

#### Висновки:

- характеристики образу «Я» та самооцінки політика визначають вибір ним стратегії самопрезентації, що обумовлено наявністю сталого взаємозв'язку «Я-концепції» та механізмів самопрезентації;
- образ «Я» політика за мірою впливу переважає його самооцінку та визначає вибір стратегії самопрезентації;
- «догоджаюча» стратегія є домінуючою;
- перспективною сферою для вивчення «Я-концепції» політиків є область політичного іміджмейкінгу;
- існує необхідність перегляду, реінтерпретації та глибшої структуризації наявних даних про «Я-концепцію» політика з позицій загальнотеоретичних підходів до розуміння «Я-концепції» в сучасній соціальній психології.

#### Список літератури:

1. Амяга Н.В. Самораскрытие и самопредъявление личности в общении. М., 1991, с. 37-74.
2. Ольшанский Д.В. Политический PR. СПб : Питер, 2003. 544 с.
3. Arkin R.M., Lake E.A., Baumgardner A.H. Shyness and self-presentation. Shyness: Perspectives on research and treatment / Ed. by Jones W.H. et al. N.Y. 1985. P. 189 – 203.
4. Christie R., Geis F.L. Studies in machiavellianism. N.Y. 1970. 415 p.
5. Stone W. The Psychology of Politics. N.Y. : The Free Press, 1974. 217 p.
6. Ziller R., Stone W., Jackson R., Terbovic N. Self-other Orientations and Political Behaviour . A Psychological Examination of Political Leaders / Ed. by M. Hermann, T. Milburn. N.Y.: Free Press, 1977. P. 176–204.



**Shumeiko O.M. FEATURES OF THE INFLUENCE OF THE COMPONENT SELF-CONCEPT OF A YOUNG POLITICIAN ON CHOICE OF SELF-PRESENTATION STRATEGY**

*In the submitted article, the author comprehensively examines the interpretation of the category “young politician” at the legislative and scientific levels, analyzes the main patterns of influence of such basic components of the self-concept of an individual, which are self-image and self-esteem. The influence of self-image and self-esteem of a modern young politician on the process of choosing a specific strategy of self-presentation: “pleasing” or “self-constructing” according to the author’s theory of self-presentation by R. Baumeister is analyzed. Within the framework of a full-fledged study of the phenomenon of self-presentation and the objective elimination of possible methodological confusion, the scientific necessity of modern interpretation of self-presentation and its simultaneous consideration in two different contexts is substantiated: “self-presentation as self-disclosure” and “self-presentation as self-presentation”. This approach contributes to the clarification of scientific ideas about the role of personal factors in the formation of the demonstrated (public) image of a young politician, the disclosure of the mechanisms of the dependence of a politician’s self-presentation strategies on the self-concept, the deepening of existing theoretical works on the study of the connection between the self-concept and the demonstrated (public) image of a political figure, the discovery of new theoretical facts and regularities of the influence of personal factors on the demonstrated and targeted image of a young politician, the false interpretation of the politician’s self-presentation as an artificial or insincere “facade” behavior that does not correspond to the true essence and prevents the development of both the personality of the young politician and the adjustment sincere interpersonal relations. It is concluded how successfully (without the help of a team of image makers) a politician is able to independently “present” himself to the audience. Which aspects of the self-image of a modern politician are highlighted and which are hidden, and how does his self-esteem affect this process. What exactly is the relationship between self-presentation mechanisms and the politician’s self-concept as a whole. This article is intended to answer all these questions that are relevant for social and political psychologists.*

**Key words:** self-presentation, self image, physical self, psychological self, social self, sexual self, family self, overcoming conflicts of the Self, self-esteem, impression management, image, public behavior, self-presentation strategies.

## ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

УДК 159.921:316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/14>

**Гурлева Т.С.**

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

**Журавльова Н.Ю.**

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

### ДОВІРА ДО СЕБЕ ЯК ВАЖЛИВИЙ АТРИБУТ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ВІЙНИ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПОНЯТЬ

*В статті розглядаються поняття стресостійкості, довіри до себе, інтернальності як важливих характеристик особистості у сучасних умовах. Стійкість до стресу набуває особливого значення у житті українців через війну, складні соціально-політичні та економічні обставини, деструктивний вплив руйнівної інформації, масштаб якої значно поширився в умовах затяжної військової агресії в Україні. Приділяється увага довірі до себе як одній із важливих ознак стійкості людини до стресу, розглядається взаємозв'язок понять стресостійкості і довіри до себе у перспективі розвитку опірності особистості маніпулятивним впливам сучасних засобів масової інформації (ЗМІ). Підкреслюється посилення в умовах широкомасштабної війни в Україні деструктивного впливу часто неперевіраних, спустошливих потоків інформації на психоемоційний стан особистості, що може викликати внутрішній дисбаланс людини, обмежувати її можливості у саморегуляції, ускладнювати адаптацію до вимог військового часу, бути причиною формування і розвитку негативних психоемоційних станів, проявів посттравматичного стресового розладу (ПТСР). За допомогою низки психологічних методик експериментально досліджено такі якості особистості сучасних українців, як стресостійкість, інтернальність, довіра до себе як до особистості і до себе як до читача медіатекстів, критичність до текстів маніпулятивного характеру. В статті теоретично розглянуті і експериментально встановлені зв'язки між означеними проявами особистості, що зіткнулась з травмівними подіями війни. Окреслені напрями психологічної допомоги особистості, які спрямовані на розвиток довіри до себе, опори на себе та власні ресурси, стійкості до стресу задля спроможності гідно відповідати на надскладні виклики сьогодення.*

**Ключові слова:** *посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), негативні психоемоційні прояви, якості особистості, травмівні умови, інтернальність, стресостійкість, довіра до себе, маніпулятивний і діалогічний медіатекст.*

**Постановка проблеми.** В умовах широкомасштабної війни в Україні співвітчизники стикаються із значною кількістю важких стресових ситуацій, пов'язаних із загрозою фізичному існуванню, здоров'ю і розвитку особистості: війна, втрата житла, родичів, звичних умов життя, зміна місця проживання, руйнування попередніх планів та перспектив на майбутнє, невизначеність, продовження загрози Covid-19 і т.д. У теперішні

часи українці потерпають від тиску на основі власної духовності, моралі, на ціннісно-сміслові осердя особистості як безпосередньо через військові події, так і через агресивний вплив певних медіаагентів. В цих умовах особливого значення набувають риси і якості особистості, що сприяють виживанню і збереженню власної ідентичності у складних обставинах, зокрема стресостійкість, адекватна самооцінка, особиста відповідальність,

автономність, довіра до себе, здатність до морального вчинку, мотивація до неперервного прогресивного розвитку тощо. Зауважимо, низький рівень стресостійкості багатьма дослідниками розглядається як передумова можливих ускладнень існування в травмивних умовах. Науковці також звертають увагу на супутні риси особистості, які можуть супроводжувати або навіть поглиблювати негативні психоемоційні стани – це зокрема: недовіра до себе, низький показник внутрішнього локусу контролю, некритичне сприйняття маніпуляцій з боку ЗМІ. Недовіра до себе, людей і світу, свого майбутнього, а також безвідповідальне, некритичне споживання неконтрольованої, часто гнітючої інформації – все це загострює стан напруження, тривоги, нестабільності, невпевненості.

В період глобальних змін і випробувань в Україні особливо актуальним постає завдання більш повного визначення ознак стресостійкості людини, зокрема тих, що пов'язані із можливістю протидії маніпулятивним інформаційним впливам, як особливо руйнівним для особистості. Автори статті на гіпотетичному рівні відзначають, що довіра до себе є стрижневою основою, ресурсним станом для формування стресостійкості особистості у купі із іншими рисами, як то інтернальність тощо. Означені вище риси особистості у своїй сукупності розглядаються як такі, що можуть запобігти некритичному сприйняттю маніпуляцій з боку ЗМІ в обставинах військової агресії. З огляду на це особливо важливим видається окреслення психологічних умов попередження розвитку негативних рис та станів особистості щодо її ефективної взаємодії з інформаційним простором у сучасних умовах.

**Аналіз останніх досліджень.** Про важливість профілактики стресу та розвитку стресостійкості наголошується у багатьох публікаціях зарубіжних та вітчизняних фахівців (Дж. Грінберг, Т.М. Дудка, В.М. Корольчук, Г.П. Лазос, А.В. Міхєєва, С.Д. Максименко, О.Л. Церковський і т.д.). Увага до цієї теми пов'язана з її особливим значенням для сучасного суспільства: загальне зростання соціально-економічного та політичного напруження в умовах широкомасштабної війни в Україні, у тому числі інформаційної, призводить до зростання вимог до адаптаційних можливостей людини. Підкреслюється необхідність розвитку у громадян критичного мислення та психологічної стійкості до маніпулятивних впливів (Ю.М. Крилова-Грек).

Розвиток стресостійкості розглядається як запорука фізичного та психічного здоров'я нації, що пов'язана із різними аспектами добробуту

людини, її фізичного та психічного здоров'я (О.Л. Церковський). Разом з тим, існуючі наукові дослідження поки що не дають чіткого уявлення про передумови стресостійкості, про засоби, що дозволяють особистості самостійно ефективно долати стрес, враховувати фактори, що визначають індивідуальний перебіг стресової реакції. Феномен стресостійкості недостатньо вивчено як на рівні прояву, так і на рівні профілактики та корекції, поки що обмежена кількість інноваційних програм підвищення стресостійкості особистості (Н.Ю. Журавльова, А.В. Міхєєва). Маркером стресостійкості особистості ми вважаємо таку стрижневу якість як довіра до себе. Довіра людини до себе характеризує ставлення до себе як до особистості, критичне відношення до власних помилок, досягнень, досвіду, своїх переживань, думок, намірів, планів на майбутнє, є передумовою зрілої довіри до інших людей і світу (Т.С. Гурлева, Н.О. Єрмакова, А.Б. Купрейченко, Т.П. Скрипкіна, Т.М. Титаренко та ін.). Довіра до себе є умовою буття особистості як незалежного суверенного суб'єкта активності, здатного до самостійної постановки цілей [15, с. 37]. Довіра чи недовіра може проявлятися до текстів зі ЗМІ, а також до себе як споживача медіаінформації [2].

Поняття довіри взагалі та зокрема довіри до себе розглядається багатьма сучасними вченими, але слід відмітити недостатність досліджень впливу довіри до себе на психоемоційні стани особистості в складних умовах життя, зокрема – стресостійкість. На сьогодні набувають значення дослідження впливу довіри до себе на розвиток стійкості до негативного, зокрема маніпулятивного впливу, на критичність особистості до медіаконтенту [14; 15], на довіру до себе як до читача-споживача ЗМІ [2].

**Мета статті** полягає у висвітленні значення таких якостей особистості, як довіра до себе та стресостійкість у протидії маніпулятивному впливу сучасних ЗМІ в умовах інформаційної війни; у з'ясуванні взаємозв'язку означених рис та виявленні інших характеристик особистості, що сприяють посиленню її спроможності опиратися деструктивним впливам руйнівної інформації; окресленню психологічних умов попередження розвитку негативних рис та станів особистості щодо її ефективної взаємодії із інформаційним простором у сучасних умовах.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У сучасній науковій психологічній літературі проблемі стресу присвячена велика кількість робіт (В. О. Бодров, Дж. Грінберг, Л. О. Китаєв-Смик,

Л. Лазарус, А. Міндел, Г. Сел'є, Ю. В. Щербатих та ін.). Проблема стресостійкості широко дискутується як актуальна для сьогодення, але фокусовано досліджується значно менше. Багато науковців відзначають складність, суперечливість та недостатність концептуальних і методологічних розробок психологічного феномену стресостійкості (А.В. Міхеєва, О.Л. Церковський). Дослідниками відзначається певна наближеність до стресостійкості таких понять, як «резильєнтність» і «життєстійкість», разом з тим деякі автори більш схильні підкреслювати відмінності між цими поняттями, ніж їх схожість. (Г.П. Лазос, Я. М. Омельченко, Т.М. Титаренко). Загальне розуміння феномену стійкості до стресу пов'язане з визнанням стресостійкості як індивідуальної чутливості до стресу, стресових подій. Визнається, що наявність стресора ще не обумовлює розвиток стресової реакції, класичних психофізіологічних змін, характерних для реакції стресу (Р.В. Кади́ров та ін.). Стресогенними факторами вважаються ті, що суб'єктивно сприймаються як загрозові (фізичному чи соціальному функціонуванню), які порушують адаптацію, контроль, перешкоджають самоактуалізації, перевищують індивідуальні норми функціонування (А.В. Міхеєва).

У даній статті ми будемо спиратися на розуміння стресостійкості як процесу адаптації людини до складних життєвих ситуацій; як здатності або якості, що дозволяє долати стресові обставини та утримувати рівновагу, або повертатися до нормального психофізіологічного та емоційного стану у разі його порушення через стрес [5; 14].

Розглянемо деякі сучасні наукові дослідження основних психологічних факторів особистості, що допомагають їй долати стресові стани взагалі [7; 8; 12; 13; 14]. Так, визначено (Лі Канг Хі) низку окремих особистісних якостей людини, що суттєво впливають на показники зменшення стресу: цінність принципів самоактуалізації, опора на себе, екзистенційність, здатність до близьких соціальних контактів, оптимістичність, низький рівень тривожності та ін. Найбільш руйнівною емоцією у стресових обставинах вважається безнадійність у пошуку виходу з ситуації, що склалася (Р.В. Кади́ров). Загалом оптимістичність як риса характеру на протигагу безнадійності розглядається фахівцями такою, що допомагає долати надмірну тривожність, а значить посилює стресостійкість людини.

Фахівці також стверджують, що конструктивні копінг-стратегії (активні стратегії спрямовані на розв'язання проблеми та опанування

певними методами та засобами щодо корекції внутрішнього переживання стресу) посилюють стресостійкість на відміну від захисних стратегій (наприклад, захисту від неприємних переживань, уникання розв'язання проблем тощо). Стресостійкі особи більш захищені від таких наслідків хронічного психологічного стресу, як синдром психологічного вигорання.

Містком між нашими ідеями і висновками інших психологів вважаємо також наступні факти. Так, дослідження науковців показало, що високий рівень тривожності пов'язаний з екстернальним локусом контролю [11, с. 89], тоді як менш тривожні та більш стійкі до стресу саме інтерналі (люди з переважно внутрішнім локусом контролю), та впевнені в собі, з адекватно високою самооцінкою [9; 10; 15]. Підкреслюється, що саме недостатня впевненість у собі є однією з головних передумов емоційного стресу, а ставлення до себе як до жертви екстремальної події посилює дистрес. Навпаки, здатність брати відповідальність за себе знижує ступінь сприйняття себе у якості жертви та відповідно підвищує відчуття спроможності долати стресові події [14]. «Важливим компонентом у розвитку стресостійкості особистості є вміння усвідомлювати свої власні проблеми і згодом вирішувати їх. Самосвідомість відіграє велику роль у формуванні навичок стресостійкості», – зауважує Т.М. Дудка [3]. Таким чином, активна суб'єктна позиція особистості, почуття відповідальності, розвинута самосвідомість можуть розглядатися як умови зміцнення стресостійкості людини. Виявлено, що не впевненість, яка позбавляє рівноваги і веде до глибоких психологічних порушень, що притаманне 75% сучасних українців, викликається нестабільністю довіри до себе. Тому, посилення довіри до себе у громадян позитивно вплине на зростання у них впевненості як особистісної риси і в цілому зробить можливим одужання українського суспільства від «хвороб» перехідного періоду», – пише Н.О. Єрмакова [4, с. 242].

Брак довіри до себе розглядається нами як такий, що може ускладнювати психоемоційний стан людини, сприяти розвитку проявів ПТСР. Недовіру до себе ми розуміємо як комплексний показник психологічного неблагополуччя особистості – це слабкість, незрілість, загальмованість чи невключеність особистісної активності як суб'єкта. І якщо довіра до себе пов'язана з такими внутрішньоособистісними корелятами, як самовідношення, самоефективність, локус контролю, рефлексія, наполегливість, адаптивні

здібності, духовність тощо (Т.Н. Скрипкіна, С.В. Шевченко та ін.), то брак довіри до себе може мати високу кореляцію, зокрема, з низьким рівнем суб'єктивного контролю, нездатністю до активного протистояння маніпуляціям в ЗМІ [14, с. 159-177]. Ми поділяємо думку С.В. Шевченко у тому, що рівень суб'єктивного контролю «дає узагальнену характеристику незалежності, самостійності, міру власної ініціативності, відповідальності за життєві події і описує, у якій мірі людина почуває себе активним суб'єктом власної діяльності, а у якій – пасивним об'єктом дії інших людей та зовнішніх обставин» [15, с. 5].

Рівень довіри впливає на рівень стресостійкості, що, у свою чергу, діє на сприйняття загрозової інформації, яка може руйнувати особистість: стресостійка особистість проявляє вибірковість, критичність до інформації, схильна перевіряти, а не сліпо довіряти медіаджерелам, бо повною мірою виявляє довіру до себе, свого життєвого і читацького досвіду.

У даній статті показано зв'язок між такими рисами особистості як стресостійкість, інтернальність, довіра до себе як до особистості і до себе як читача, а також до медіаінформації. Така конфігурація наукового пошуку дозволила щонайменше теоретично показати взаємовплив між такими рисами особистості як низька довіра до себе, екстернальність і низька стресостійкість, що є різними проявами ПТСР [2; 5; 6; 14 та ін.]. Для вивчення рис і якостей, які сприяють розвитку негативних психоемоційних станів особистості, або становлять потенційну загрозу розвитку ПТСР в період військової агресії, у тому числі інформаційної війни, використовувалась низка наступних діагностичних методик: авторське напівструктуроване інтерв'ю орієнтоване на з'ясування особливостей сприйняття дружинами ветеранів війни різних аспектів власного життя; Шкала самооцінювання щодо наявності ПТСР (PCL-C, цивільна версія) [12, с. 139-140]; Госпітальна шкала тривоги та депресії (HADS) [1]; Шкала психологічного стресу PSM-25; Шкала самооцінки стресостійкості (С.Коухена і Г.Вілліансона); рефлексивний опитувальник для визначення довіри до себе – Т.П. Скрипкіної (додано окреме питання «Довіра до себе в ході ознайомлення з текстами з друкованих ЗМІ та Інтернет», яке не використовувалось у підрахунку рівнів довіри за Т.П. Скрипкіною); тест для виявлення рівня суб'єктивного контролю (РСК) О.М. Еткінда, О.О. Голинкіної і Е.Ф. Бажина; застосовувалось авторське стандартизоване інтерв'ю для виявлення зв'язків

між довірою до себе як до особистості і довірою до себе як до читача, а також довірою/недовірою до діалогічного і маніпулятивного тексту [15]. кількісний і якісний аналіз; узагальнення результатів дослідження. Загалом було опитано 73 респондента різного віку і статті.

Експериментальні дані отримані нами на вибірці жінок-дружин ветеранів війни (35 осіб). Ми з'ясували значення стресостійкості у структурі особистості цих жінок. Узагальнення результатів емпіричного дослідження дозволило виокремити найбільше виражені прояви негативних психоемоційних станів у дружин ветеранів: прояви тривожності мають 40% жінок, ознаки депресії виявлені у 35% жінок, відчувають стрес 37% жінок, виражені ознаки стресового розладу діагностуються у 13% жінок, низький рівень стресостійкості мають 74% опитуваних. Усвідомлюють необхідність розвитку навичок емоційної регуляції та стресостійкості – 75% та комунікативних вмінь – 83% опитуваних, потребу у психологічній допомозі висловили 60% жінок [5; 14, с. 81].

Дослідження виявило, що брак навичок емоційної регуляції в умовах стресу, тобто стресостійкості як особистісного ресурсу, спричиняє у дружин ветеранів складнощі у вирішенні багатьох питань у їхньому житті. Розглянуто основні психологічні фактори особистості, що допомагають долати стресові стани. Результати власних досліджень ми розглядали у контексті даних інших вчених. Так, сучасні науковці виокремлюють такі передумови стійкості до стресу як ініціативність, здатність досягати цілей та самореалізація, комунікативність (асертивність, вміння налагоджувати, підтримувати соціальні зв'язки та спиратися на них), гнучкість (здатність до соціальної адаптації, вміння змінювати свою стратегію та тактику відповідно до обставин), адекватність оцінки ситуації та власних ресурсів, прагнення до самопізнання та саморозвитку (В.М. Крайнюк, А.В. Міхєєва). Дослідники визначають низку окремих особистісних якостей людини, що суттєво впливають на показники зменшення стресу: низький рівень тривожності, оптимістичність, вміння усвідомлювати свої власні проблеми та вирішувати їх. Під час нашого інтерв'ю жінки в описанні своїх негативних станів згадували втрату довіри до себе, невпевненість у завтрашньому дні і власній ролі у сім'ї.

За нашими спостереженнями, впевнені в собі люди (дружини ветеранів, що прийняли участь у нашому дослідженні, і користувачі текстових ЗМІ) – це особистості з власною думкою, влас-

ними життєвими цінностями і сформованим світоглядом, звичні спиратися на своє розуміння дійсності, на свої внутрішні ресурси і загалом на себе, здатні критично, розсудливо сприймати сучасні інформаційні потоки, не піддаватися маніпулятивним руйнівним впливам ЗМІ, сприймають інформаційні новини вибірково, частіше приймають зважені, відповідальні та адекватні рішення стосовно власного життя в сучасних умовах невідомості і перманентного виклику.

За нашою гіпотезою, високий рівень стресостійкості, інтернальності і довіри до себе особистості впливає на її здатність опиратися негативній, дестабілізуючій інформації, яка при недостатньому розвитку зазначених особистісних якостей сприяє дезорієнтації в інформаційному просторі, провокуючи і поглиблюючи негативні психоемоційні прояви, у тому числі прояви ПТСР. На вибірці 38 чол. нами встановлено значущий позитивний кореляційний зв'язок між довірою до себе і загальною інтернальністю ( $r = 0.57, p < 0.001$ ); позитивний зв'язок між довірою до себе як читача і РСК у сфері невдач, що можна розуміти як здатність брати відповідальність на себе за власні невдачі ( $r = 0.34, p < 0.05$ ); негативний зв'язок між довірою до діалогічного і довірою до маніпулятивного тексту ( $r = -0.58, p < 0.001$ ). Той, хто не довіряє отриманій медіаінформації, довіряє собі як читачеві ( $r = -0.64, p < 0.001$ ). Із результатів інтерв'ю підкреслено значення для опитаних діалогічної взаємодії через текст. Показники довіри до себе як до особистості мають позитивний кореляційний зв'язок із довірою до себе в професійній діяльності ( $r = 0.56, p < 0.001$ ) і у вирішенні побутових проблем ( $r = 0.35, p < 0.05$ ) [15, с. 171].

Отже теоретично і експериментально встановлено зв'язок між стресостійкістю, відповідальністю (внутрішнім локусом контролю), довірою до себе і до себе як читача, який орієнтований на діалогічний текст і протидію маніпуляціям. Вважаємо, що підвищення і розвиток внутрішньої відповідальності, довіри до себе, може зміцнювати стресостійкість як у житті, зокрема, наприклад, у побуті і професійній діяльності, так і у взаємодії з медіатекстами. Це, у свою чергу, сприятиме виходу людини із деструктивного психоемоційного стану, виводитиме на більш високий рівень розвитку. Значить можна говорити про подолання і попередження негативних (травмивних) психоемоційних проявів, у тому числі проявів ПТСР, за визначеною нами схемою.

Фахівець може застосовувати широкий спектр психотерапевтичних підходів для пропрацювання

психологічної травми: психоаналітичного, когнітивно-поведінкового, гуманістичного підходу, травмофокусованої терапії, арттерапії та ін. В даній статті ми пропонуємо *модель психологічної допомоги* особистості з питань розвитку стресостійкості, як загальної якості, так і важливої складової в опірності маніпулятивним впливам ЗМІ. Основні напрями цієї моделі орієнтовані на пропрацювання наступних питань: психоедукація стосовно впливу стресу (в складних випадках ПТСР) на психоемоційний стан людини, на особливості її функціонування і адаптивні процеси; розвиток навичок власної психоемоційної регуляції; розвиток комунікативних компетенцій; розвиток вмінь турботи про себе та відновлення ресурсів; пропрацювання травматичного досвіду, пропрацювання питання самопізнання, рефлексії, власної відповідальності, довіри чи недовіри до себе.

Зауважимо, що будь-яка емоційна травма може деструктивним чином впливати на образ себе, самооцінку, сприйняття власних можливостей, перспектив, формувати позицію «жертви», невпевненість у собі, недовіру до себе, оточуючих людей, до світу у цілому. Пропрацювання травматичного досвіду [6; 10] дуже важливе для зміцнення стресостійкості особистості через відновлення та розвиток образу себе такого, який здатний долати труднощі. Це шлях, який фахівці називають «посттравматичним зростанням». Як наголошував фундатор позитивної психології М. Селігман, відновлення до вищого порівняно із дотравматичним рівнем психологічного функціонування є основною ознакою посттравматичного зростання [7, с. 70]. У цьому аспекті підкреслимо значення і важливість пропрацювання питання про недовіру до себе як такого стану, що порушує психоемоційний баланс особистості, послаблює стійкість до стресу загалом, у тому числі, опірність особистості маніпулятивним впливам ЗМІ. Попередження і подолання недовіри до себе включає: діагностику рівня довіри до себе, рівня суб'єктивного контролю; допомогу людині в усвідомленні своїх характеристик і перспектив, особливостей орієнтування (і вправлення) у текстах різної спрямованості (діалогічна, маніпулятивна тощо); усвідомлення власних можливостей як особистості, як «думаючого» користувача сучасних ЗМІ; розвиток розуміння, вмінь і навичок діалогічного спілкування в реальному житті і через текст і способів протистояння маніпуляціям в медіапросторі. У складних випадках психологічна робота з питаннями недовіри до себе може включати пропрацювання травмивного досвіду

для зміцнення базових установок особистості стосовно власної ідентичності, вибудови здорової, зрілої довіри до себе, до світу.

**Висновки.** В умовах війни в Україні на особистість українця деструктивно впливають неконтрольовані потоки інформації, що може викликати внутрішній дисбаланс людини, обмежувати її можливості у саморегуляції, ускладнювати адаптацію до вимог військового часу, формування перспектив на майбутнє, бути причиною розвитку негативних психоемоційних станів, проявів посттравматичного стресового розладу (ПТСР). За допомогою низки психологічних методик авторами вивчався рівень розвитку в опитаних українців таких якостей особистості, як стресостійкість, рівень суб'єктивного контролю, довіри до себе як до особистості і до себе як до читача медіатекстів, критичності до текстів маніпуля-

тивного характеру. У статті теоретично розглянуті і експериментально встановлені зв'язки між означеними проявами особистості. Окреслені напрями психологічної допомоги особистості, що зіткнулась з травмівними подіями війни, які спрямовані на розвиток довіри до себе, опори на себе, власні ресурси, стійкості до стресу, спроможності гідно відповідати на виклики сьогодення. Сфокусовано увагу на довірі до себе як важливому атрибуті стресостійкості особистості в умовах інформаційної війни.

**Перспективи дослідження** – експериментально дослідити зв'язок стресостійкості, довіри до себе, локусу контролю на достатній єдиній вибірці. Таке дослідження може сприяти виробленню чіткої стратегії психологічної допомоги людині у протистоянні викликам інформаційної війни, в усвідомленні і посиленні своєї особистісної безпеки.

#### Список літератури:

1. Госпітальна шкала тривоги та депресії (HADS). URL: <https://neiroplus.ru/specialization/nevrologiya/shkala-hads>.
2. Гурлева Т.С. Довіра до себе як читача у контексті протидії негативним медіавпливам. *Актуальні проблеми психологічної протидії негативним інформаційним впливам на особистість в умовах сучасних викликів* : матеріали методологічного семінару НАПН України (8 квітня 2021 р.). К. С. 170-177.
3. Дудка Т.М. Психологічні особливості стресостійкості особистості. URL: <http://kspodn.onu.edu.ua/index.php/kunena/seksiya-3-fenomeni-psikhologichnogo-zdorov-ya-ta-ortobiozu-lyudini-psikhoistorichnij-vimir/203-psikhologichni-osoblivosti-stresostijkosti-osobistosti>
4. Єрмакова Н.О. Довіра до себе як особистісна детермінанта професійного зростання студентів юнацького віку. *Вісник післядипломної освіти*. 2012. Вип. 6. С. 241-249. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vro\\_2012\\_6\\_30](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vro_2012_6_30).
5. Журавльова Н.Ю. Стресостійкість як фактор подолання наслідків вторинної травматизації у дружин ветеранів війни. *Актуальні проблеми психології Т. III: Консультативна психологія і психотерапія* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ. 2019. Вип. 15. С. 111–146.
6. Журавльова Н.Ю., Гурлева Т.С. Прояви ПТСР і вторинна травматизація: психотерапевтична допомога сім'ям ветеранів бойових дій. *Психологія та педагогіка: необхідність впливу науки на розвиток практики в Україні* : збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 21–22 лютого 2020 р.). Львів : ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. Ч. 2. С. 113–117.
7. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: *Педагогічна думка*, 2016. 219 с.
8. Кісарчук З.Г. Поняття «криза», «стрес», «психотравма», «посттравматичний стресовий розлад». *Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій* : методичний посібник / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос та ін.; за ред. З.Г. Кісарчук. К. : ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. С. 8–11.
9. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості [текст]: дис. д-ра психологічних наук 19.00.01 / В.М. Корольчук; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН Укр. К., 2009. 511 с.
10. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. К. : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
11. Михайлова О.І. Стрес. Формування стресостійкості особистості. *Виміри особистісних трансформацій*: мат-ли IV Всеукр. наук.-практ. семінару (м. Ніжин, 6 жовтня 2021 року) / Т.М. Титаренко (голов. ред.) та ін. Київ: ІСПП НАПН України, 2021. С.87-91.
12. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
13. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2017. 540 с.

14. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос [та ін.] ; за ред. З.Г. Кісарчук. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с.

15. Шевченко С.В. «Психологічні особливості розвитку довіри до себе у майбутніх психологів» : дис. ... канд. наук / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка Нац. академії пед. наук України. Київ, Україна, 2018. 260 с.

**Hurlieva T.S., Zhuravlova N.Yu. SELF-TRUST AS A SIGNIFICANT ATTRIBUTE OF PERSONAL STRESS RESISTANCE IN THE CONDITIONS OF INFORMATION WARFARE: THE RELATIONSHIP BETWEEN CONCEPTS**

*The concepts of stress resistance, self-trust, and internality as important personality characteristics in the contemporary conditions are considered in the article. Resistance to stress acquires special significance in the life of the Ukrainians due to the war, complex social, political and economic circumstances, negative impact of destructive information, the scale of which has significantly spread in the conditions of the protracted military aggression in Ukraine. Attention is paid to self-trust as one of the significant features of a person's resistance to stress; the relationship between the concepts of stress resistance and self-trust is considered in the prospect of developing an individual's resistance to the manipulative influences of modern mass media. It is emphasized that in the conditions of the large-scale war in Ukraine, the destructive impact of often unverified, devastating flows of information on the psycho-emotional state of an individual, which can cause an internal imbalance of a person, limit his opportunities for self-regulation, complicate adaptation to the requirements of wartime, be the cause of formation and development of negative psycho-emotional states, manifestations of post-traumatic stress disorder (PTSD). Such personality traits of the modern Ukrainians as stress resistance, internality, trust in yourself as an individual and in yourself as a reader of media texts, criticality to manipulative texts were experimentally investigated using a number of psychological methods. The relationships between the specified manifestations of a personality who faced the traumatic events of the war are experimentally revealed and theoretically reviewed herein. It outlines the directions of psychological assistance of an individual, which are aimed at the development of self-trust, reliance on yourself and own resources, resistance to stress in order to be able to adequately respond to today's extremely complex challenges.*

**Key words:** *post-traumatic stress disorder (PTSD), negative psycho-emotional manifestations, personality traits, traumatic conditions, internality, stress resistance, self-trust, manipulative and dialogic media text.*



**Поліщук В.М.**

Київський університет імені Бориса Грінченка

## ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ВИЩОЇ ШКОЛИ: СОЦІАЛЬНІ ВИКЛИКИ (історичний ракурс)

*Життєдіяльність вищої школи є необхідною умовою національної безпеки держави та громадянського суспільства. Доведено, що її сучасна соціальна ситуація розвитку має три освітні рівні («макро», «мезо», «мікро») із своїми унікальними характеристиками. Актуалізовано необхідність з'ясування їхнього організаційного та психолого-педагогічного змісту через розв'язання трьохкомпонентного комплексного завдання (1-е – соціально-календарна етапність вищої школи України упродовж 1990–2022 рр.; 2-е – освітні тактики і стратегії в умовах авторитарного і демократичного управління: порівняльний аналіз; 3-є – психологія вищої школи і національна безпека держави). Пізнавальна домінанта статті – це історико-психологічні координати першого завдання як вихідної пізнавальної позиції для розуміння потенціалу вищої школи у формуванні активної життєвої позиції людини-громадянина своїй державі. Розроблено календарну хронологію розвитку вищої школи (всього – 5 етапів) з відповідними узагальненнями (анонсами і парадоксами) (базовий критерій: особливості трансформації авторитарного управління у демократичне через формування у людини нової соціальної відповідальності). Наголошується, що зміст психології життєдіяльності останнього етапу ще потребує підсумкових висновків для розуміння майбутніх перспектив, де вирішальна соціальна роль належить професійній свободі вченого «у навчанні та викладанні» і навчально-професійній свободі студентів в «учінні». Доведено, що вища школа 1) в особі «вченого» – це один із провідних соціальних факторів національної безпеки, якщо у її життєдіяльності актуалізуються пріоритетні освітні перспективи (становлення громадянина; громадянська ідентифікація; унеможливлення колабораціонізму), 2) під час тривалого воєнного стану і війни повинна уникати нівелювання навчально-професійної паритетності між основними суб'єктами, коли знижується рівень їхньої взаємодії, несприятливо впливаючи на національну безпеку.*

**Ключові слова:** авторитаризм, вища освіта, колабораціонізм, національна безпека, соціальна ситуація розвитку, цільові освітні стратегії.

**Постановка проблеми.** Вища школа України з початку 1990-тих рр. перебуває здебільшого в неорганізованому пошуку своєї оптимальної структурно-функціональної моделі, яка б стверджувала і впроваджувала ідеї державотворення, зокрема формування громадянського суспільства із наявністю конкретних сприятливих умов для вільного розвитку окремого громадянина. Як наслідок, тривалий календарний період «невизначеного блукання» в освітньому просторі по-своєму структурував *негативні аспекти* її сучасної соціальної ситуації розвитку: 1) макрорівень: відсутність системної і *завершеної* державної управлінської координації вагомих гуманітарних здобутків українських учених, наукових шкіл окремих закладів вищої освіти про *завершений* теоретико-практичний зміст державницьких ідей, що є, зрештою, цілком природно, оскільки навіть декларативно проголошена владними інституціями соціальна необхідність у країні демократич-

них трансформацій вже попередньо обмежувалася або в їхній успішній реалізації, або хоча б обнадійливих перспективах через розповсюджений з радянських часів авторитарний (тоталітарний) управлінський стиль, який досі залишається стабільним у будь-яких виробничих, а не лише освітніх, сферах; 2) мезорівень: а) втрата феномена «людини», а, значить, знецінення на *вітчизняних теренах* сенсу людського життя, що мінімізувало в багатьох особистостей можливості і бажання для *вітчизняної громадянської ідентифікації* і водночас активізувало максимальні прагнення до особистісно-професійної самореалізації без обов'язкової громадянської ідентифікації у *будь-яких інших світових громадянських спільнотах*; б) продовження і посилення стрімкої незворотної міграції нашого інтелектуального потенціалу, сконцентрованого передовсім у персоналіях працездатних і професійно мотивованих громадян репродуктивного віку; 3) мікрорівень: свідоме і,

як правило, самостійне культивування людиною у себе а) меркантильного світосприймання та корисливої громадянської ідентифікації, спрямованих на досягнення матеріального зиску у будь-яких життєвих ситуаціях навіть з допомогою асоціальних засобів, б) необхідності (організація, сприяння, захист, перебування) антагоністичних у ставленні до держави *спочатку прихованих* мікрогруп із жорстко обмеженим допуском і регламентованим входом як реальних знову-таки *прихованих* загрозливих каталізаторів («асоціальні консерви») соціальних викликів для безпеки державності, а, значить, її громадянського суспільства, що увиразнилося в умовах російської агресії на далеко непоодиноких випадках колабораціонізму людей, народжених і особистісно сформованих уже в незалежній Україні, та прихованих (або – неприхованих) антиукраїнських настроїв співчуваючих їм осіб.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** У викладі інформації ми використовуємо, як демонстраційні приклади, окремі дослідницькі матеріали про життєдіяльність вищої школи [1; 2; 3; 7] та відповідні авторські тематичні наукові уявлення [4; 5; 6], які базуються на емпіричних розвідках.

**Постановка завдання.** Актуалізується соціальна необхідність державницьких трансформацій *соціальної ситуації розвитку* вищої школи України через 1) осмислення змісту її соціально-календарної етапності (1990–2022 рр.) з пошуком відповідних детермінант, 2) розроблення результативних реальних і потенційних освітніх тактик і стратегій в умовах демократичного управління, 3) обґрунтування пізнавального положення «безпеки вищої школи – це національна безпека держави» як базової методологемі для розуміння сутності феномена «безпеки життєдіяльності громадянського суспільства».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Його інформаційна основа – це авторські узагальнення про організаційні та психолого-педагогічні особливості життєдіяльності вищої освіти України (1990–2022 рр.). Окремі з них оприлюднювалися у міру систематизації теоретико-емпіричних даних (1990–2017 рр.). Інші висновки ми мали намір повідомити пізніше, але через рашистську агресію зробимо вибірковий інформаційний зріз про ті, які розкривають генезу сучасного стану вищої школи, її соціальну відповідальність перед громадянами та освітні перспективи у руслі актуалізованих проблеми і трьохкомпонентного завдання передовсім у ситуації воєнного стану.

Спочатку у цій статті структуруємо історико-психологічний ракурс української вищої школи (перша складова названого завдання), передбачивши у наступних публікаціях виклад решти завдань:

1. *Етап освітніх сподівань (1991–1994 рр.)*. Глобальний крах у Європі активного ідеологічного, воєнного, матеріально-технічного, побутового тощо протистояння соціалізму та капіталізму трансформував в Україні і загалом у пострадянському просторі традиційний агресивний образ зовнішнього (західноєвропейського) ворога, створивши у колись ворогуючих чи дружніх країн, об'єднаних в антагоністичні воєнні-політичні блоки (НАТО і колишній «Варшавський договір»), взаємний інформаційний вакуум про ціннісні життєві орієнтири. Також у навчально-виховному-процесі на прикладі марксизму-ленінізму було продемонстровано потворність ідеологічного засилля як «єдиної правильної методології», базовими наслідками якої у вищій школі став «науковий авторитаризм» і «навчальна заорганізованість», які, в свою чергу, започаткували: 1) новітній психотип ученого з численними функціональними обов'язками типу «повинен», зміст яких часто нагадує діяльність шкільного педагога, відволікаючи передовсім від системної наукової діяльності, 2) глибинні деформації традиційної соціально-психологічної реальності, згідно з якою у закладах вищої освіти мають навчатися і працювати професійно-орієнтовані суб'єкти (науково-педагогічні працівники і студенти) із взаємною жорсткою навчальною-професійною (професійною) вимогливістю та конкуренцією, 3) нівелювання «шанованого суспільного статусу вченого» як інтелектуальної еліти через її системну трансформацію в освітню бюрократію, якій, як правило, властивий не стільки ефективний науковий пошук, скільки його імітація (спочатку – вимушена, а потім – зручна і перспективна для кар'єрного зростання), 4) знецінення у вченого-громадянина проблематики особистого побутового повсякдення як обов'язкового матеріального та морального стимулів успішної професійної життєдіяльності, 5) формування прагнення «бути як всі» через потенційні ризики навіть у випадках тимчасової професійної невдачі, ігноруючи при цьому власну самотність, щоб не потрапити у зону не стільки упередженої критики, скільки зловтішного критиканства (і – навпаки: успіх є здебільшого спокусливим фактором для меркантильного використання, зокрема присвоєння пріоритетності, тими особами, які не мають відношення до його досягнення).

Загалом, цей етап позначає нездійснені очікування громадян від реформування вищої освіти України на тлі нещодавнього розпаду СРСР, що в умовах авторитарного управління виявилось у багатьох із них, наприклад, у прогресуванні почуття втрати громадянської ідентичності, розчаруванні у державницьких перспективах, а, значить, можливостях власної результативної особистісно-професійної реалізації на вітчизняних теренах, зрештою, стимулюванні перших масштабних «паростків» колабораціонізму.

*Парадокс:* в авторитарному управлінні існує чи не єдиний позитив, коли освітянський консерватизм, який априорі неспроможний оперативно реагувати на актуальні соціальні виклики, у персоналіях провідних учених та організаторів науки зберіг нашу освіту від тотальної структурної руйнації).

2. *Пошук закладами вищої освіти у вітчизняному просторі своїх перспективних структурно-функціональних моделей у (1994–2001 рр.).* Стабілізується функціональна роль ученого «від виробника інтелектуального продукту» до «найманого працівника», який у подовженому та невизначеному календарному і соціальному часі працює не стільки за професійними інтересами, скільки за виробничою необхідністю, що виявляється, наприклад, у потребі розроблення програмних «вузьких» тематичних навчальних дисциплін з «модерними» назвами, які можуть навіть взаємно дублюватися, але суб'єктивно їх авторами претендують на унікальність і конкурентоспроможність. Оскільки наймана праця ще з античності є невід'ємною ознакою раба, а не вільного та самодостатнього громадянина, то в умовах авторитарного управління будь-який навіть зацікавлений працівник завжди перебуває у стані втрати власної ініціативності, відчуження від соціальної відповідальності, посилення адміністративної залежності, а, значить, ручної та зручної керованості. Негативну значущість для формування психотипу «найманого працівника» посилювали 1) у студентському середовищі комерціалізація навчання «для отримання диплома, а не знань»; 2) пізнавальна орієнтація науково-педагогічних працівників на студентів рівня «нижче середнього» і 3) загалом масове навчання осіб, які за своїми інтелектуальними можливостями часто неспроможні навчатися. Як наслідок, ще із студентської лави часто виходять не лише дестабілізатори професіоналізму, а також свідомі руйнівники та деформатори загальнолюдських цінностей і національної ідеї (аналогічні тенденції відбуваються у шкільному серед-

овищі, наголошуючи у майбутньому на своєму логічному продовженні), у світосприйманні яких відбулися незворотні пізнавальні деструкції про зміст феномена «вища освіта». Функціональні обов'язки вже до початку професійної діяльності ними розглядаються через меркантилізм і корисливість, знецінення громадянських цінностей, пропагування світоглядної тези «Моя Вітчизна там, де мені добре». Успішно накопичуючи, продукуючи і впроваджуючи такий світогляд у взаєминах, вони презентують свою соціальну нішу у ранзі потужного корупційного повсякдення, що особливо небезпечно у воєнний період, коли країна масштабно потребує громадян-захисників.

*Парадокс:* навчальна зайнятість молоді, зокрема «навчання для диплома», незважаючи на майнове та інтелектуальне розшарування, соціальну моду на індивідуалізм, корисливість, знецінення пріоритетності феномена «людини» як найвищої земної цінності, а разом – «людського життя», усе ж знижувала соціальну регіональну напруженість щодо робочої зайнятості і хоча б тимчасово виводила її зі сфери тотального криміногенного впливу (водночас формувалися «соціальне маскування» та подвійні моральні стандарти).

3. *Пошук закладами вищої освіти власного соціального місця у світовому освітньому просторі (2001–2005 рр.).* Цей календарний період можна зіставити з першим етапом спроб децентралізації освітньої системи. Його знаковою подією є приєднання української вищої школи до глобальної кредитно-модульної системи організації навчального процесу (КМСОНП), яка осмислювалася науково-педагогічними працівниками схвально навіть у ситуації обмежених чи незавершених про неї смислових уявлень. Тоді вона справді була новітньою трансформаційною новизною, оскільки у ситуації пошукового ентузіазму однаково обіцяла викладачам і студентам переваги особистісно-професійних перспектив через міжнародне визнання здобутків освіти України. Разом з тим, намагання ефективно впровадити КМСОНП увиразнили у навчальному процесі негативні тенденції, наприклад: 1) гіперболізація значущості «контролю» знань студентів, або «тестів», які за своєю функціональністю не мають нічого спільного з тим, що у психологічній науці називається «тестами», спростивши навчально-професійну комунікацію, негативно вплинула на якість навчальних результатів; 2) малодоказові «методи» оцінювання навчальної успішності посилили рутинний «паперовий вал» у навчально-методичній документації науково-педагогічних

працівників, що у календарному часі додатково нівелювало їхню масштабну розвивальну взаємодію із професійно-мотивованими студентами.

*Анонс:* КМСОНП показала європейські перспективи української вищої школи, але її успішне впровадження попередньо не могли бути завершеним 1) через недосконалу і часто неперевірену про неї інформацію, 2) акцентування адміністративної уваги, що закономірно при авторитарному управлінні, на навчально-професійному контролі, який, однак, є лише одним із логічних управлінських ланцюжків.

4. *Самостійне впровадження КМСОНП вищими закладами освіти (2005–2010 рр.),* або друга незавершена спроба децентралізації освітньої системи. Розроблені теоретико-методологічні основи КМСОНП «для себе» продемонстрували значні полярні розбіжності науковців у розумінні її соціального призначення (від «ствердження» – до «заперечення») порівняно з традиційними вітчизняними методами навчання і виховання, внаслідок чого про неї сформувалися варіативні «містечкові» уявлення. Наприклад, зміцнилися тенденції жорсткої централізації у самих навчальних закладах, коли професійна діяльність вченого регламентується різними рекомендаціями на кшталт виконання комплексних контрольних робіт (ККР), самостійної роботи тощо, причому в такій інтерпретації, наче їх потрібно постійно розробляти та вдосконалювати у межах вже встановлених директивних розпоряджень. Декларується необхідність обов'язкової високої навчальної успішності, що на практиці здебільшого не відповідало об'єктивній дійсності, а тому деформувало розуміння змісту загальнолюдських цінностей і чеснот, знижуючи у викладачів професійну мотивацію, а в студентів – навчально-професійну, тим самим стабілізуючи взаємну особистісно-професійну відчуженість.

*Анонс:* «вишівській індивідуалізації» вдалося створити обриси неформальної автономії закладів вищої освіти, що виявилось зокрема у відносно збалансованій і результативній комунікації із центральними освітніми структурами (без управлінського авторитаризму та диктату), участі вчених у розробленні її оптимальної структурно-функціональної моделі на основі передовсім вітчизняного досвіду розвивальної взаємодії суб'єктів вищої школи.

5. *Наступний календарний період (2010–2022 рр.),* який ще потребує структуризації – це життєве перехрестя «соціального минулого з міфами і реальними подіями разом із

безцеремонно вкраденою у нас, як держави України-Русі, історією», та недосконалою «освітньої моделі», коли вчений, наприклад, зацікавлений не стільки в конкуренції із вітчизняними чи зарубіжними колегами, скільки у продукуванні «потрібних» результатів як «стандартів», які мають мінімальне теоретико-практичне значення.

Провідна стратегія, яка стосується усіх сфер життєдіяльності суспільства, полягає у задоволенні соціального запиту на трансформацію авторитарного управління у демократичні взаємини, де для системи освіти існують, як приклад, наступні умови успішної професійної діяльності:

1. Прогресуюче професійне зростання науково-педагогічних працівників відбувається завдяки 1) *професійній свободі навчання* (самостійний вибір форм і методів навчання, які результативно задовольняють усіх суб'єктів навчання), а не «директивним вказівкам», спрямованих більше на процесуальне та декларативне впорядкування навчальних взаємин, і 2) *самоосвіті* (творчий вияв професійних компетенцій у конкретних наукових галузях, до яких є найбільший викладацький і дослідницький хист, наприклад: вікова психологія чи соціальна психологія, загальна психологія чи педагогічна психологія тощо, а також – ймовірність максимальної професійної самореалізації), а не через *авторитарні «пропозиції»* викладання навчальних дисциплін (характерно, що у таких випадках, розроблення їхнього змісту відбувається не у «глибину», а в «ширину», тобто з ризиком формулювання загальних пізнавальних положень без необхідної конкретизації базових смислів та дублюванням інформації суміжних навчальних дисциплін).

2. Прогресуюче професійне зростання студентів відбувається завдяки 1) *навчально-професійній свободі учіння* (системна реальна, а не лише задекларована, можливість самостійного вибору навчальних дисциплін; самостійне навчально-наукове гуртування передовсім біля тих учених, які мають визнаний науковий доробок, мають або створюють власні наукові школи чи лабораторії), а не через «командний розподіл» своїх персоналій між ними, і 2) *самоосвіті* (необхідні знання зокрема про особливості власного розвитку забезпечуються динамічним контактом з конкретними вченими у їхньому тематичному профільному навчально-науковому полі), а не через *директивний вибір (призначення)*, коли професійні інтереси потенційно можуть мало зіставлятися з власними пошуковими орієнтирами.

3. *Взаємна пізнавальна орієнтація* у навчально-професійній системі «вчений – студент» є активованою, якщо вчений, стимулюючи студентів до навчально-наукової діяльності, сам постійно перебуває у тематичних дослідницьких процесах та орієнтується в основних психологічних особливостях юнацького віку (основних ліній психічного розвитку).

Одним із механізмів взаємного наукового чи навчально-наукового пошуку є професійна репутація вченого без декларативної заорганізованості та пізнавальна орієнтація на особистісно-професійні зразки (Л. Виготський, Г. Костюк, В. Сухомлинський та ін.). Тоді піковим виявом результату цільових освітніх стратегій є прагнення студентів «йти» не лише на навчальну дисципліну, а на «вченого», який її презентує, в чому, власне, полягає справжнє професійне щастя, а, значить, сприятливі соціальні перспективи вищої школи. Разом – це: 1) зростання його професійного статусу; 2) престижність студентського навчання, щоб стати професіоналом; 3) особливо – громадянська ідентифікація, сутність якої полягає у гордості за свою країну та мотивованій потребі її захисту

від соціальних загроз, які заперечують сам факт існування нас як окремих етносів і окремого унікального українського народу.

**Висновки.** 1. Українська вища школа – це державна альтернатива і водночас нездоланна освітня перешкода для розповсюдження авторитарних імперських продуктів, які: 1) формують людину з обмеженим мікросвітом та претензіями на великодержавність; 2) сприяють «деіндивідуалізації», колабораціонізму через пасивне пристосування людини до соціальної дійсності, а не активний позитивний перетворювальний вплив на неї. 2. Як потужний фактор безпеки держави, її громадян, а також об'єднаного європейського життєвого простору, вона має концентрувати і розв'язувати актуальні специфічні *цільові освітні перспективи* зокрема в умовах воєнного стану і війни, в яких, країна, очевидно, буде знаходитися тривалий календарний час (йдеться, наприклад, про онлайн-навчання, де важливо зберегти навчально-професійну паритетність, яка зміцнює у суб'єктів корпоративну та індивідуальну культури, ціннісно-орієнтаційні норми, наголошує на відсутності в них будь-яких односторонніх навчальних «привілеїв»).

#### Список літератури:

1. Городяненко В. Соціальна деструктивність: види, механізми та фактори актуалізації. *Український соціологічний журнал*. 2014. № 1–2. С. 34–42.
2. Виноградова В.Є., Юрченко В.І. Психологія вищої освіти. К. : Ліра-К. 2020. 296 с.
3. Дуткевич Т.В. Психологія конфліктності студентів. К. : КНТ. 2021. 240 с.
4. Поліщук В.М. Вища освіта у календарному соціальному вимірі. *Вища школа*. 2017. №. 5–6. С. 12–22.
5. Поліщук В.М. Психологія авторитаризму і професійна самодостатність ученого. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*, 2021. Т. 32 (71). № 5. С. 78–82.
6. Поліщук В.М. Психологія повсякдення: реальність і міфи. Суми : Університетська книга, 2012. 148 с.
7. Філософія освітнього простору вищої школи / за ред. Н.В. Корчакової. К. : Видавництво «ЦУЛ». 2022. 468 с.

#### **Polishchuk V.M. PSYCHOLOGY OF LIFE ACTIVITIES OF HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS: SOCIAL CHALLENGES (historical aspect)**

*The life activities of the higher education establishments make up a necessary condition for the national security of the state and civil society. It was proved that its modern social situation of the development has three educational levels («macro», «meso», «micro») with their unique characteristics. The necessity to find out their organizational and psychological-pedagogical content by way of solving a three-component complex task (the 1st one is social and calendar phasing of the higher education of Ukraine during 1990–2022; the 2nd one is educational tactics and strategies in the conditions of the autocratic and democratic management: the comparative analysis; the 3rd one is higher education psychology and national security of the state) was updated). The cognitive dominant of the article is made up by the historical and psychological coordinates of the first task as a starting cognitive position for understanding the potential of higher education in forming the active life position of a person as a citizen of their state. The calendar chronology of the development of higher education (5 stages in total) with the appropriate generalizations (announcements and paradoxes) was developed (with the basic criterion of transforming the authoritarian management into the democratic one through forming person's new social responsibility). Life Psychology of life activities of the last stage still requires final conclusions about its future prospects where the decisive social role belongs to the professional*

*freedom of the scientist «in teaching» and the educational and professional freedom of students in «learning». It was proven that a higher educational establishment 1) embodied by a «scientist» is one of the leading social factors of the national security, if priority educational prospects are actualized (becoming a citizen; civic identification; making collaborationism impossible), 2) during the prolonged martial law and war should avoid levelling the educational and professional parity between the main subjects when the level of their interaction decreases, adversely affecting the national security.*

**Key words:** *authoritarianism, higher education, national security, collaborationism, social situation of the development, targeted educational strategies.*

**Предко В.В.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

**Сомова О.О.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

## ВПЛИВ ВІЙНИ НА ЗМІНУ РІВНЯ СТРЕСУ ТА СТРАТЕГІЙ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ УКРАЇНЦІВ

*У статті представлено результати проведеного дослідження, зокрема встановлено рівень стресу серед українців під час війни, виявлено психологічні закономірності між обставинами, в яких опинилися українці і рівнем їх стресу, а також визначено основні стратегії збереження життєстійкості українців.*

*Встановлено, що рівень стресу серед українців значно підвищився в результаті війни, зокрема жінки більше страждають від стресу ніж чоловіки. Визначено, що рівень стресу корелюється обставинами, в яких опинилися українці, так найвищий рівень стресу встановлено у українців, які поїхали закордон до початку війни, мають близьких, які знаходяться в зоні активних бойових дій або приймають участь в активних бойових діях; найнижчий рівень стресу мають ті українці, які знаходяться в Україні, в місцях де не ведуться активні бойові дії, не мають близьких, які знаходяться в зоні активних бойових дій. Виявлено, що більшість українців стикнулася з наступними симптомами стресу: підвищена дратівливість, проблеми з апетитом, проблеми зі сном, швидка втомлюваність і погіршення пам'яті. Загальна кількість симптомів, які проявляються в українців залежить від їх рівня стресу.*

*Встановлено, що найбільша кількість українців стурбовані через те, як вплине війна на життя їх близьких, чи виживуть вони. Значна частина українців стурбовані з приводу майбутнього України і найменша кількість українців стурбовані в першу чергу своїм життям.*

*Найпопулярнішими стратегіями подолання стресу та збереження життєстійкості серед українців виявилася праця (розумова або фізична), читання книжок або перегляд серіалів чи фільмів, творчість та спілкування з близькими людьми. Багатьом українцям допомагає волонтерство, зокрема допомога ЗСУ, біженцям, постраждалим від війни тощо.*

**Ключові слова:** війна, стрес, українці, життєстійкість, життєдіяльність.

**Постановка проблеми.** 24 лютого 2022 року розпочалося повномасштабне вторгнення Росії на територію України. Переважна більшість українців опинилися в умовах, що значно відрізняються від звичного їм життя. Війна це екстремальна ситуація, яка вимагає значно більше сил та енергій задля подолання загрози, ніж за звичайних обставин, це в свою чергу, викликає стрес. Стрес впливає на всі сфери життя людини, яка його відчуває, змінює її життєдіяльність, часто перешкоджаючи нормальному існуванню. Він знижує працездатність, погіршує концентрацію уваги, викликає почуття виснаження, пришвидшує втомлюваність, знижує імунітет та може призводити до ряду серйозних хвороб. Незважаючи на те, що війна викликала стрес у всього українського суспільства, враховуючи, що українці знаходяться у різних умовах, а саме: українці є біженцями; українці виїхали з території України до початку війни; українці знаходяться в Укра-

їні, в місці де не ведуться бойові дії; українці знаходяться в Україні, в місці де ведуться активні бойові дії; українці приймають участь в активних бойових діях, він виявляється по-різному. Розуміння того, який відсоток українців і в якій мірі піддаються зараз стресу є важливим для подальшого розуміння проблем, з якими можуть зіткнутися українці під час освітньої, суспільної та професійної активності в подальшому. Отримані результати допомагають зрозуміти не лише загальний масштаб психологічного аспекту проблеми з яким стикнулося українське суспільство, а й виявити основні стратегії збереження життєстійкості, визначити, що допомагає їм вижити.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема стресу завжди цікавила представників різних наукових напрямків, так у великому психологічному словнику стрес визначається як стан психічного напруження, що виникає у людини в процесі діяльності у важких умовах [1]; стрес

це стан, в якому особистість опиняється в умовах, що заважають її самоактуалізації [2]; А. П. Фресс вважав, що термін «стрес» описує лише ті ситуації, які повторюються і під час яких можуть проявитися певні адаптаційні порушення [9].

Існує декілька концепцій стресу, серед яких найбільш поширеними є біологічна та психологічна концепція. *Біологічну концепцію стресу*, яка вважається найбільш універсальною, розробив канадський фізіолог та біохімік Ганс Сельє у 20–50-ті роки двадцятого століття. У цій концепції Ганс Сельє визначив стрес як «неспецифічну відповідь організму на будь-яку пред'явлену йому вимогу» [6]. Він підкреслював, що стрес є обов'язковим компонентом життя людини, більше того, зазначав що повна свобода від стресу означає смерть» [5]. При цьому Г. Сельє виділяв як негативний, так і позитивний стрес. Так вид стресу, який виявляє позитивний вплив на роботу організму був названий «еустресом». Еустрес сприяє мобілізації захисних механізмів організму, сприяє позитивному емоційному фону; а також забезпечує необхідним досвідом, а саме навичками успішного подолання стресогенного чинника; достатньою кількістю ресурсів для подолання стресу. У разі відсутності цих факторів, або ж при наявності усіх факторів, але при занадто довгій дії стресогенного чинника на організм виникає дистрес. Саме цей вид стресу пов'язаний з погіршенням стану людини. Велика заслуга Ганса Сельє полягає в тому, що він визначив основні психофізичні реакції на загрозу оточуючого середовища, надавши їм назву «тріада», вони пов'язані з клініко-психологічними симптомами, які характерні майже для будь-якого захворювання. До тріади входить: підвищення активності коркового слою наднирників, зменшення тимуса і лімфатичних залоз, а також точкові крововиливи у слизистій оболонці шлунку та кишківника. Власне ці психофізичні реакції відповідають наступним симптомам: 1) відчуття нездужання; 2) відчуття ломоти в м'язах та/або суглобах; 3) порушення харчової поведінки. Загалом поява стресу супроводжується такими фізіологічними реакціями організму як: прискорене серцебиття, підвищення артеріального тиску, активація симпатoadреналової системи, поглиблене дихання, напруження м'язів. Вплив кортизолу на організм викликає погіршення імунітету, зміни у процесі метаболізму, які, у свою чергу, викликані гальмуванням роботи травної системи, зокрема шлунково-кишкового тракту.

Ганс Сельє виділив три основні стадії стресу: перша стадія – стадія тривоги; друга стадія – стадія супротиву; третя стадія – стадія виснаження. Перша стадія відзначається екстреною мобілізацією захисних функцій організму, під час другої стадії організм усилено підтримує зміни в організмі, які відбулись під час першої стадії, при цьому свідомо людина не відчуває стресу. На третій стадії відбувається спад сил, починається дезадаптація, у організму закінчуються ресурси для подолання стресу. При цьому розвиток стресу може зупинитись на першій стадії, якщо стресогенний чинник зникає.

*Психологічна концепція стресу* ґрунтується на когнітивній теорії психологічного стресу, яка була створена Річардом Лазарусом. Він вперше вводить поняття «емоційний стрес». В основі цієї теорії лежить положення про те, що завдяки пізнавальній системі людина суб'єктивно визначає ступінь загрози і оцінює свої можливості задля подолання стресу, а у тих випадках, коли можливостей людини недостатньо для подолання загрози виникає стрес. На думку Р. Лазаруса емоції визначають адаптацію до довкілля, а когнітивні процеси, у свою чергу, визначають якісну та інтенсивну складову емоційних реакцій [11]. У теорії Р. Лазаруса можна виділити три основні положення: а) ситуація, яка викликає стрес у однієї людини, не обов'язково буде стресовою для іншої; б) ступінь стресового значення певної ситуації для конкретного суб'єкта визначається лише суб'єктивними когнітивними оцінками; в) однакова подія у різні періоди життя суб'єкта може оцінюватися ним по-різному, від цією оцінки і залежить чи буде виникати стресовий стан.

Пізніше О. Б. Столяренко писав, що зводити стрес лише до емоційних реакцій не можна і потрібно враховувати цілісну картину психічної діяльності, зокрема такі її компоненти як емоційні, вольові, пізнавальні, психомоторні тощо [7]. Таким чином, наразі під терміном «емоційний стрес» розуміється широкий спектр психічних проявів, які супроводжуються неспецифічними змінами корелятив стресу. Цікавою є концепція Китаєва-Смика про ступінчасте наростання стресу при постійній дії екстремальних факторів [3]. Вчений розділяє чотири ранги стресу, які проявляються один за одним у разі, якщо на певному етапі стресогенний чинник не вдалося подолати:

1) стресова криза першого рангу характеризується мобілізацією адаптаційних захисних резервів, які завжди можуть проявитися при раптових екстремальних подіях;



2) стрес другого рангу характеризується наступною мобілізацією більш глибоких резервів, які дозволяють більш активно боротися із стресогенним чинником;

3) стрес третього рангу характеризується появою хворобливого стану: підвищується втомлюваність, знижується працездатність, можуть з'являтися депресивні стани, починають з'являтися перші проблеми з різними системами органів;

4) стрес четвертого рангу характеризується перетіканням «хворобливого стану» до реальних хвороб. З точки зору еволюційної теорії це пояснюється прагненням позбавити популяцію від суб'єкта, що не може успішно боротися із стресогенними чинниками.

Серед основних причин прояву стресу можна виділити дві групи: суб'єктивні та об'єктивні. *До суб'єктивних можна віднести:* не відповідність очікувань від певних подій і дійсності; наявність певних життєвих установок, поведінкових програм, що були нав'язані оточенням і не відповідають дійсним уявленням і потребам людини і роблять її життя складнішим; не відповідність реального та «віртуального» світів, що пов'язано із когнітивним дисонансом та деякими механізмами психологічного захисту; відсутність можливості реалізувати актуальну потребу; наявність певних емоцій людини що призвели до спонтанних рішень; неконструктивна комунікація (може бути пов'язана із завищеними; очікуваннями, критикою). Неадекватна реалізація умовних рефлексів (соціальні потрясіння). *До об'єктивних причин стресу можна віднести:* погані умови для праці та життя; проблеми у взаємовідносинах з оточуючими людьми; порушення режиму дня; економічні проблеми; політичні проблеми; надзвичайні ситуації.

Серед причин виникнення стресу варто також виділити культурний шок, що є додатковим фактором стресу для українських біженців. Культурний шок – феномен, що може виникати при переміщенні людей з одного культурного середовища до іншого, при цьому у людини проявляється ряд фізичних та психічних симптомів [8]. До цих симптомів відносяться прояви стресу і надмірний страх сторонніх людей, а також сильне почуття туги за Батьківщиною. Культурний шок може по різному впливати на людей в залежності від низки їх психологічних особливостей. Наслідки культурного шоку залежать від: а) різниці між культурами, так чим більша культурна дистанція між рідною культурою та культурою того суспільства, що приймає, тим більше можуть виявлятися ознаки культурного шоку; б) індивідуального

досвіду; в) статевих особливостей, зокрема жінки більш чутливі до дії культурного шоку, ніж чоловіки. Аналізуючи теоретичні концепції, що пояснювали феномен культурного шоку як основний чинник розвитку стресу, вчені прийшли до висновку, що найбільш вагомими факторами появи культурного шоку є втрата контролю, розбіжність між очікуваннями та реальними подіями, відсутність соціальної підтримки та достатніх навичок [8]. У ситуації з біженцями культурний шок в першу чергу пов'язаний з мовними бар'єрами, з влаштуванням дітей у відповідну школу чи коледж, відсутністю належних зручностей у місці проживання, певні проблеми із транспортом, плутаниною з придбанням товарів у торговельних закладах тощо [11].

Довготривалий стрес негативно впливає на всі системи органів, призводить до комплексних біохімічних та фізіологічних порушень. Ю. В. Щербатих пише, що прояви стресу умовно можна поділити на 4 групи [10]: поведінкові, емоційні, інтелектуальні та фізіологічні. Поведінкові ознаки стресу, у свою чергу, можна поділити ще на 4 групи: психомоторні порушення, порушення соціально-ролевих функцій, професійні порушення та зміна образу життя. До основних психомоторних порушень можна віднести напруження і тремор м'язів; дрижання голосу; зниження швидкості сенсомоторної реакції. Також можливі прояви у вигляді підвищеної метушливості або навпаки у вигляді ступорів. У цілому поведінкові прояви емоційного стресу збігаються із проявами емоційного напруження. До порушень соціально-ролевих функцій належить підвищена втомлюваність, можливі погіршення соціальних стосунків, у тому числі із близьким оточенням, підвищення конфліктності. Порушення режиму дня в основному проявляються у різних порушеннях сну (скорочення часу сну, зсув неспання на нічний час), також через стрес може підвищуватись частота нічних жахів. Професійні порушення проявляються через збільшені кількості помилок, низьку продуктивність, що викликана у тому числі і підвищеною втомлюваністю. Погіршуються також і узгодженість та точність рухів. Серед змін інтелектуальної діяльності через стрес у першу чергу варто зазначити погіршення процесів уваги та пам'яті. Довготривалий стрес веде до труднощів із концентрацією уваги, звуження поля уваги, погіршення показників оперативної пам'яті та проблем з відтворенням інформації. Стрес впливає і на процес мислення, у тому числі викликає спу-

тане мислення, труднощі у прийнятті рішень, зниження рівня творчого мислення. Серед симптомів довготривалого стресу варто виділити зниження імунітету, зниження лібідо, швидкі зміни маси тіла, проблеми з травною системою, порушення метаболізму. Для короткочасного стресу ж характерні прискорене серцебиття, проблеми з диханням, підвищення артеріального тиску. При станичних негативних реакціях характерне підвищення діатонічного тиску, а при астеничних – його пониження. Особливо небезпечними є емоційні прояви стресу. При тривалій дії стресу може розвинути депресія, дратівливість, агресія, гнів, поява афективних станів. При стресі відбувається зміна загального емоційного фону, який отримує більш песимістичне забарвлення, підвищується рівень тривожності. Також може погіршуватись самооцінка, посилюватись інтровертовані прояви.

Життєстійкість (від англ. – *hardiness*) – це риса особистості, яка пов'язана зі здатністю людини долати стресові життєві ситуації, зокрема реагувати на них за допомогою конструктивних копінг стратегій, які перетворюють потенційно травмуючі обставини на додаткові можливості набуття досвіду та особистісного зростання. Вона характеризується такими особливостями як залученість, уміння контролювати свої емоційні прояви та здатність бачити у будь-яких життєвих подіях можливість для самовдосконалення. Вона забезпечує особистість навичками ефективного життєдіяльності всупереч будь-яким життєвим перешкодам та труднощам, допомагає зберігати баланс у процесі пристосування до нових вимог оточуючого середовища та прагнення жити стабільним та гармонійним життям.

Згідно з теорією Сальваторе Мадді, життєстійкість має три компоненти залученість (активність, ініціативність, інтерес до оточуючого світу), контроль (здатність вчасно розпізнавати, усвідомлювати, контролювати та коригувати власні емоції) та виклик (уміння виносити позитивний досвід з неприємних подій, бачити в них позитивний сенс) [12]. Життєстійкість передбачає здатність не лише швидко адаптуватися під час складних життєвих ситуацій, а й швидко відновлюватися. Вона постає певним резервуаром психічної енергії та сили, яка допомагає людям впоратися зі стресом і труднощами, забезпечуючи особистість конструктивними копінг стратегіями. Життєстійкість, також означає розуміння особистості того, що життя сповнене труднощів, які вона не завжди може уникнути, проте може завжди залишатися відкритою до нового досвіду, гнучкою

до мінливих ситуацій та готовою адаптуватися до будь-яких змін. Так, що люди з високим рівнем життєстійкості не відчувають менше страждань, горя чи тривоги, ніж інші люди, однак вони схильні використовувати конструктивні навички подолання труднощів, які сприяють силі та подальшому розвитку, надають можливість здобути новий досвід [4]. Варто зазначити, що люди – єдиний вид, який може зосередитися на власному унікальному досвіді, проаналізувати його та переосмислити, відповідно, проявити життєстійкість. Таким чином, незважаючи на те, що війна тягне за собою широкий спектр негараздів, що містить безліч негативних чинників та деструктивно впливає на психологічний розвиток особистості, саме переоцінка наявного досвіду може допомогти не лише подолати негаразди, а і ефективно проявити внутрішній потенціал.

**Мета** роботи полягає у дослідженні рівня стресу серед українців через війну, встановленні певних закономірностей між обставинами, в яких опинилися українці і рівнем їх стресу, а також виявлення основних стратегій збереження їх життєстійкості.

**Методи дослідження.** Було проведено емпіричне дослідження, метою якого було дослідити зростання рівня стресу серед українців. Дослідження проводилося у форматі онлайн-опитування. У дослідженні прийняло участь 124 людини віком від 17 до 70 років. Серед них: 96 жінок і 26 чоловіків. На час проведення опитування, серед досліджуваних 30 українців є біженцями, 11 виїхала з території України до початку війни, 63 знаходяться в Україні, в місці де не ведуться бойові дії, 20 знаходяться в Україні, в місці де ведуться активні бойові дії. З додаткових характеристик вибірки було виокремлено, що 85 опитаних мають близьких, що знаходяться в місці де ведуться бойові дії, у 66 опитаних є близькі, які приймають участь в активних бойових діях.

У дослідженні було використано методика «шкала психологічного стресу PSM 25 Лемура-Тесьє-Філліона» (в адаптації Н. Є. Водоп'янової). Обрана методика призначена для виміру феноменологічної структури переживання стресу, передбачається, що чим більший показник психічної напруги, тим вищим є рівень психологічного стресу. Вибір саме цієї методики був обумовлений тим, що вона охоплює соматичні, поведінкові та емоційні стресові відчуття, тим самим даючи повну картину переживання стресу особистістю. Методика складається з 25 тверджень, кожне з яких досліджуваний має співвіднести з тим, як часто дане твердження характеризує його за останній час.

До опитувальника, окрім шкали PSM 25, було включено прохання до досліджуваних відмітити, які з найпоширеніших симптомів довготривалого стресу, вони на собі відчувають останнім часом. До цих симптомів було віднесено: дратівливість, проблеми зі сном (безсоння або нічні жахи), швидка втомлюваність, проблеми з пам'яттю; фізичні симптоми: головний біль, запаморочення, проблеми із травною системою, болі у печінці, проблеми з апетитом (його відсутність, або навпаки постійне бажання їсти), випадіння волосся.

Також був створений авторський опитувальник для дослідження психологічного стану українців під час війни, який був призначений для виявлення особливостей впливу життєвих обставин на прояв стресу українців, а також виявлення основних способів збереження життєстійкості. Він містив питання які стосувались *місця знаходження досліджуваних та їх близьких*, зокрема: закордоном (в якості біженця чи ні), в місці де ведуться активні бойові дії (в місці де не ведуться активні бойові дії) чи приймають участь в активних бойових діях); *особливостей оцінки досліджуваними впливу війни на них*, зокрема: чи відчувають вони страх через війну, чи вважають її травмуючим досвідом для себе; *щодо прогнозів результату війни*, зокрема чи вірять у перемогу України та ін. Також основною особливістю опитувальника була можливість виявити з приводу чого українці найбільше стурбовані опитані під час воєнного стану та що найбільше допомагає їм справлятися зі стресом.

**Виклад основного матеріалу.** На першому етапі дослідження було виявлено загальний рівень прояву стресу серед всіх груп українців за шкалою PSM 25, а саме визначено, що інтегральний показник дорівнює 109,73. Це відповідає *середньому рівню стресу* згідно ключа методики. Зокрема, низький рівень стресу було виявлено у 45 досліджуваних, що складає 36,3% від загальної кількості опитаних; серед них 30 жінок і 15 чоловіків; середній рівень стресу було виявлено у 67 досліджуваних, що складає 54% від загальної кількості опитаних, серед них 54 жінки і 13 чоловіків; високий рівень стресу було виявлено у 12 досліджуваних, що становить 9,7% від загальної кількості опитаних, серед них усі жінки. Цей результат підтверджує припущення щодо того, що війна впливає на підвищення рівня стресу серед українців.

При аналізі результатів чоловіків і жінок було виявлено значні відмінності у рівні стресу. Так серед чоловіків дорівнює 93,64, що, згідно з ключем, відповідає низькому рівню стресу, а серед

жінок 114,42, що відповідає середньому рівню стресу. Також з даних, що були описані вище, можна побачити, що відсоток жінок, що мають середній та високий рівень стресу значно вищий за відсоток чоловіків. І навпаки, відсоток чоловіків з низьким рівнем стресу значно більший за відсоток жінок з низьким рівнем стресу. Різниця між цими двома групами доволі значна і свідчить про те, що чоловіки є більш стійкими до впливу такого стресогенного фактору, як війна, ніж жінки.

На другому етапі дослідження було проаналізовано особливості прояву стресу у різних груп українців, а саме: 1) групи українців, які знаходяться у зоні активних бойових дій; 2) групи українців, які знаходяться в Україні, не в зоні активних бойових дій; 3) групи українців, які знаходяться закордоном, не є біженцями; 4) групи українців, які є біженцями. Кожна з перелічених груп має ще по 4 підгрупи в залежності від того чи мають досліджувані близьких, які знаходяться в зоні активних бойових дій і чи мають близьких, які приймають участь в активних бойових діях. Нижче наведена таблиця середніх значень стресу за кожною з груп (табл. 1).

З таблиці можна побачити, що найвищий рівень стресу виявився у українців, які знаходяться закордоном і не є біженцям, тобто це ті українці які з тих чи інших причин виїхали закордон до початку війни (118,36; середній рівень стресу). Підгрупою, яка характеризується найвищим рівнем стресу, є українці, які мають близьких в зоні активних бойових дій і мають близьких, які приймають участь в активних бойових діях. Тобто можна визначити, що найвищий рівень стресу мають жінки, які виїхали з території України до початку війни, мають близьких, які знаходяться в зоні бойових дій і близьких, які приймають участь в активних бойових діях. Можна припустити, що це пов'язано з тим, що вони не мають змоги оцінити дійсну ситуацію, а також, з тим, що доля близьких людей досліджуваних, виявилось найпоширенішою відповіддю на питання, з приводу того чого вони найбільш стурбовані. Трохи менший рівень стресу виявлено у біженців, середній рівень психічного напруження серед них дорівнює 114,07, що відповідає середньому рівню стресу. Вищий рівень стресу серед цієї групи може бути пов'язаний із підвищенням рівня культурного шоку. Ще трохи менший рівень психічного напруження мають українці, які знаходяться в зоні активних бойових дій. Варто зазначити, що, з урахуванням того, що дослідження проводилося у вигляді онлайн-опи-

Таблиця 1

Середній рівень стресу серед українців

	Загальний показник	Мають близьких у місцях де ведуться бойові дії, мають близьких, які приймають участь у бойових діях	Мають близьких у місцях де ведуться бойові дії, не мають близьких, які приймають участь у бойових діях	Не мають близьких у місцях де ведуться бойові дії, мають близьких, які приймають участь у бойових діях	Не мають близьких у місцях де ведуться бойові дії, не мають близьких, які приймають участь у бойових діях
Знаходяться у місцях активних бойових дій	112,90	114,33	114,67	99,00	98,00
Знаходяться в Україні, у місцях де не ведуться активні бойові дії	105,14	108,76	107,31	94,00	102,89
Знаходяться закордоном (не є біженцями)	118,36	135,67	51,00	-	109,25
Біженці	114,07	113,07	128,13	85,75	117,75
Загальний показник	109,73	113,80	113,00	91,67	105,85



тувальника, мова йде про ті міста, в яких є доступ до Інтернету, відповідно, можливість зрозуміти, що відбувається на інших територіях України, що, вірогідно, впливає на зниження рівня стресу. Найнижчий рівень стресу мають ті українці, які знаходяться в Україні, в місцях, де не ведуться активні бойові дії. Рівень психічного напруження цієї групи дорівнює 105,15, що теж відповідає середньому рівню стресу, проте значення є значно меншим, відносно інших груп населення.

Серед підгруп можна побачити значну відмінність між українцями, в залежності від того, чи знаходяться їх близькі у зоні активних бойових дій. Так рівень стресу у українців, чії близькі знаходяться у відносній безпеці значно менший, за українців, чії близькі знаходяться в зоні активних бойових дій. При чому значної відмінності між українцями, які мають близьких, що приймають участь у активних бойових діях і тими українцями, які не мають таких близьких, виявлено не було. Тож даний показник не є суттєво-значущим фактором підвищення рівня стресу.

Найменший рівень стресу серед українців мають чоловіки, які знаходяться на території України, в місцях, де не ведуться активні бойові дії, не мають близьких, які знаходяться в зоні активних бойових дій, але мають близьких, які приймають участь в активний бойових діях.

На третьому етапі дослідження було виявлено особливості прояву стресу серед українців, зокрема найпоширеніші симптоми стресу серед українців і їх залежність від рівню стресу (рис. 1).

До найпоширеніших симптомів належить швидка втомлюваність, проблеми з апетитом, проблеми зі сном і підвищена дратівливість. Перелічені симптоми виявляються у багатьох українців навіть з низьким рівнем стресу. Так швидко втомлюваність почали помічати за собою 81 особа, що складає 65,3% досліджуваних, з них 25 осіб з низьким рівнем стресу, 46 осіб із середнім рівнем стресу і 10 осіб із високим рівнем стресу. Проблеми з апетитом відчували 80 осіб, що складає 64,5% досліджуваних, з них 22 особи з низьким рівнем стресу, 49 осіб з високим рівнем стресу і 9 осіб з високим рівнем стресу. Проблеми зі сном торкнулися загалом 79 досліджуваних, що складає 63,7%, з них 17 осіб із низьким рівнем стресу, 52 осіб з середнім рівнем

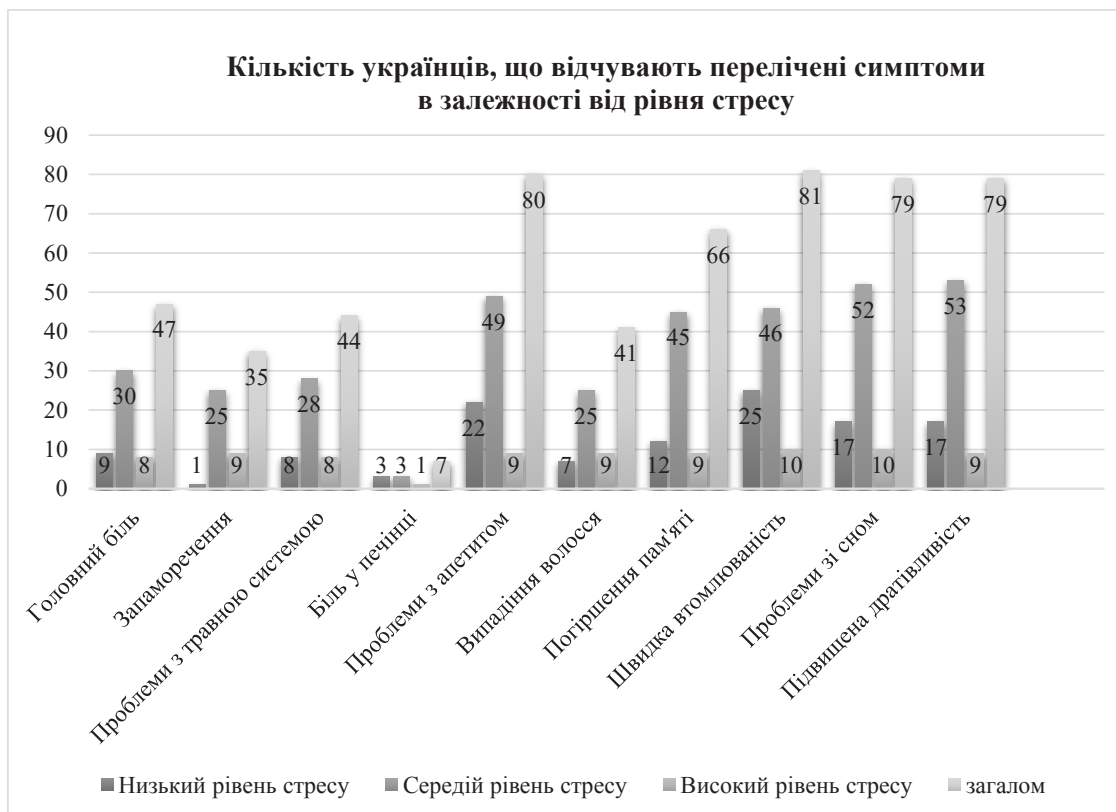


Рис. 1. Відсоток українців, що відчувають перелічені симптоми в залежності від рівня стресу

стресу і 9 осіб з високим рівнем стресу. Статистика щодо підвищеної дратівливості свідчить про те, що з нею стикнулися 79 осіб, що складає 63,7% досліджуваних, з них 17 осіб з низьким рівнем стресу, 53 особи з середнім рівнем стресу і 9 осіб з високим рівнем стресу. Також більш ніж половина українців стикнулася з погіршенням пам'яті (53,2%).

Найменш поширеним симптомом виявилася біль у печінці, усього 7 досліджуваних серед яких 3 особи з низьким рівнем стресу, 3 особи з середнім рівнем стресу і 1 особа з високим рівнем стресу. Не було виявлено значних відмінностей у співвідношенні між наявними симптомами серед різних рівнів стресу. Єдиний симптом, що виділяється за цим параметром це запаморочення, цей

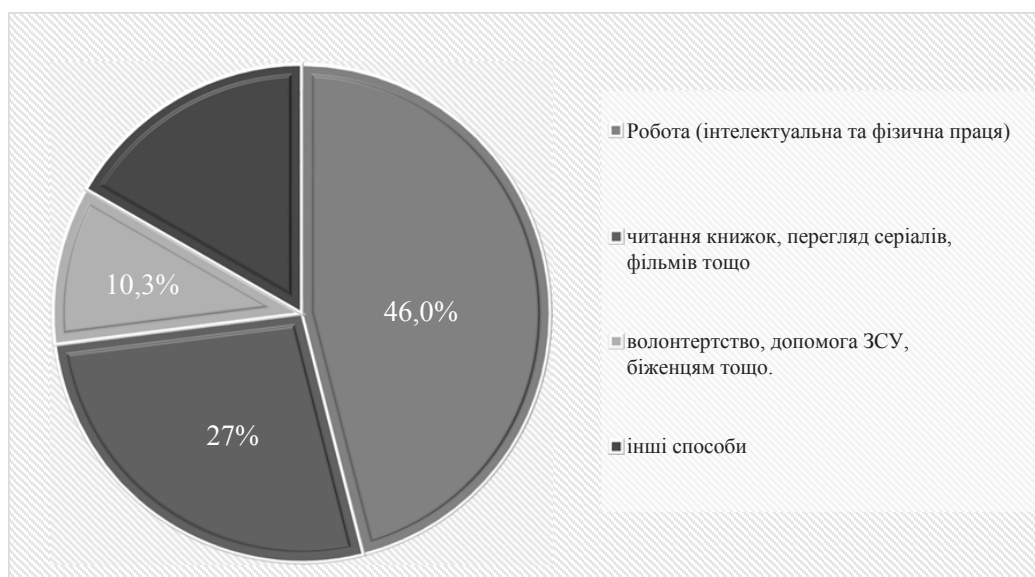


Рис. 2. Стратегії збереження життєстійкості українців

симптом майже не відчувають люди з низьким рівнем стресу, відчуває 37,3% осіб з середнім рівнем і 75% з високим рівнем стресу. Тобто запаморочення більш характерне для високого рівня стресу. Аналіз результатів також дозволяє визначити факт того, що кількість наявних симптомів у досліджуваних корелює з рівнем стресу. Так, люди з високим рівнем стресу стикаються майже з усіма названими симптомами стресу, люди з середнім рівнем стресу стикаються з більшою частиною симптомів, а люди з низьким рівнем стресу стикаються або з декількома симптомами, або не відчувають за собою жодного з обраних симптомів.

На заключному етапі дослідження були проаналізовані особливості переживання стресу, а також механізми прояву життєстійкості українців. За допомогою авторського опитувальника було визначено, що 65,9% українців вважають війну травмуючим досвідом. Цей відсоток збігається з відсотком українців, що мають середній та високий рівні стресу (63,7%).

Українці найбільш стурбовані щодо життя, долі та майбутнього своїх близьких (42,9%), зокрема багато досліджуваних, в першу чергу, виокремили занепокоєння щодо долі своїх дітей. Цей результат доволі сильно впливає на рівень стресу українців. Значна частина українців стурбовані з приводу долі України, що також може бути фактором підвищення рівня стресу серед всіх груп українців. Найменший відсоток українців стурбовані з приводу свого життя (4,6%) і лише один опитаний відповів, що він взагалі не стурбований.

Задля визначення стратегій збереження життєстійкості українців, зокрема, як українці долають стан стресу, а саме виявлення їх умінь знаходити шляхи подолання стану стресу, аби вберегтися від гірших наслідків стресу, було сформовано питання щодо способів подолання стресу, де пропонувалося три варіанти відповіді: а) робота (розумова або фізична праця); б) читання книжок, перегляд серіалів, фільмів тощо; в) волонтерство, допомога ЗСУ, біженцям тощо.

Згідно отриманих результатів найпоширенішою відповіддю виявилася робота, як розумова, так і фізична праця. Цю відповідь обрали 46% українців, 27% відволікаються за допомогою книжок, фільмів, серіалів тощо, а 10,3% українців допомагає волонтерство та до допомога ЗСУ. Можна припустити, що це пов'язано із подоланням відчуття безнадійності, безпомічності, що в свою чергу, дозволяє відчути, здатність впливати на ситуацію, подолання стресової ситуації. Інші 16,7% містили окремі індивідуальні відповіді, які

набрали одному відсотку. Серед цих відповідей, які не були зазначені у нашому опитувальнику найпоширенішими стали наступні варіанти, які можна віднести до трьох виділених категорій: віра в Бога, творчість та спілкування з близькими. Отримані результати представлені на рис. 2.

Аналізуючи обрані стратегії, варто зазначити, що робота надає українцям змогу сублімувати страх та тривогу, що своєю чергою, сприяє відчуттю психологічної безпеки, надає постійний інтелектуальний та психологічний розвиток; читання книжок та перегляд кінофільмів сприяє переключенню увагу, перешкоджає виникненню внутрішньої напруги; волонтерство забезпечує соціальну залученість, комунікацію та можливість задоволення афіліативних потреб. Схожу тенденцію можна виявити і серед інших найбільш поширених стратегіях, зокрема віра в Бога, може виявлятися основним ресурсом для внутрішньої сили особистості, яка є необхідною для подолання складної ситуації, швидкого відновлення після пережитої травми, може забезпечити відчуття безпеки та контролю; творчість – задовольнити потребу в пошуку сенсу; спілкування з близькими – вносити позитив в повсякденне життя.

Обрані стратегії – дієвий механізм переживання сучасної тотальної кризи, який постає засобом швидкого відновлення та надає можливість адекватно усвідомлювати й формувати нові реалії, не намагаючись втиснути їх у старі когнітивні схеми, виявляти щирий інтерес до оточуючого середовища, а також сприяє готовності до внесення позитивних змін в оточуюче середовище.

**Висновки.** Війна, як екстремальна, надзвичайна ситуація, належить до об'єктивних причин стресу, вона постає постійним зовнішнім довготривалим деструктивним подразником, на боротьбу з яким у людини немає достатньо ресурсів. Довготривалий стрес не припиняє свою дію тривалий час, він негативно впливає на організм, зокрема на поведінкові, емоційні, когнітивні та фізіологічні прояви, викликає погіршення самопочуття, погіршує працездатність, підвищує дратівливість, а також знижує імунітет. Однак, оскільки, українці можуть знаходитися в доволі різних обставинах, то рівень їх стресу може дещо відрізнятися серед різних груп населення. Проте, наявність довготривалого стресу серед більшої частини українців може викликати проблеми не лише на індивідуальному рівні, а й на рівні суспільства, його загального функціонування. У дослідженні було визначено, що рівень стресу серед українців дійсно знаходиться на підвищеному рівні,

зокрема рівень стресу серед жінок вищий ніж у чоловіків. Виявлено, що рівень стресу українців залежить від обставин, в яких вони опинилися. Зокрема, було виокремлено декілька груп українців, серед яких були помічені суттєві відмінності: найвищий рівень стресу було виявлено у українців, які поїхали з території України до початку війни; трохи менший рівень без суттєвої різниці було виявлено у двох груп: біженці та українці, що знаходяться в зоні активних бойових дій; найменший рівень стресу виявився у українців, які знаходяться на території України, в місцях де не ведуться активні бойові дії. Важливим чинником стресу виявилось «наявність близьких для українців людей», так люди, які мають близьких в зоні активних бойових дій мають вищий рівень стресу, ніж люди, що не мають таких близьких. Існує закономірність у кількості прояві симптомів, залежно

від рівня стресу українців. Було встановлено, що більшість українців почали відчувати погіршення пам'яті, проблеми з апетитом, швидку втомлюваність, підвищену дратівливість і проблеми зі сном (безсоння або нічні жахи). Ці симптоми, відповідно, впливають на працездатність людей, формують певні труднощі під час суспільної, освітньої та професійної активності українців.

Найпоширенішими стратегіями подолання стресу та збереження життєстійкості для подальшого нормального функціонування українського суспільства стала робота, зокрема розумова та фізична праця, поширеними також були стратегії читання книжок та/або перегляд фільмів/серіалів, а також волонтерство. Багато досліджуваних зазначили, що найоптимальнішою стратегією для них стала віра у Бога, спілкування з близькими людьми, а також творчість.

#### Список літератури:

1. Большой психологический словарь / под. ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. Москва : АСТ, 2008. 811 с.
2. Гаврилец И. Г. Психофизиология человека в экстремальных ситуациях : учебное пособие. Киев : ЗАТ «ВШОЛ». 2006.
3. Китаев-Смык Л. Организм и стресс: стресс жизни и стресс смерти. [б.м]: НФП Смысл, 2013. 491с.
4. Предко В., Бондар М. Психологічні особливості взаємозв'язку життєстійкості та поведінкових копінг-стратегій особистості підлітка. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Серія: Психологія*. 2022. № 2 (55). С. 5-14.
5. Селье Г. Когда стресс не приносит горя. Москва: Миф, 1992.
6. Селье Г. Стресс без дистресса / пер. с англ.; общ. ред. Е.М. Крепса. Москва : Прогресс, 1979. 124 с.
7. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика. Москва : ЮНИТИ ДАНА, 2002. 607 с.
8. Триандис Г. К. Культура и социальное поведение: учеб. пособие / пер. В. А. Соснин. Москва: ФОРУМ, 2007. 384 с.
9. Фресс П. Эмоциогенные ситуации. *Экспериментальная психология* / ред.-сост. П. Фресс, Ж. Пиаже. Москва : Прогресс, 1975. С. 133-142.
10. Щербатих Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 256 с.
11. Lazarus R.S. From psychological stress to the emotions: a history pf changing outlook. *Annual Review of Psychology*. 1993. № 4. С. 1-21.
12. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr. 4. P. 279-298.

#### **Predko V.V., Somova O.O. THE INFLUENCE OF THE WAR ON THE STRESS LEVEL AND THE STRATEGIES FOR PRESERVING THE HARDINESS OF UKRAINIANS**

*The article presents the results of the study, in particular, the level of stress among Ukrainians during the war was established, psychological patterns were identified between the circumstances in which Ukrainians found themselves and their level of stress, and the main strategies for maintaining the hardiness of Ukrainians were revealed.*

*It has been established that the level of stress among Ukrainians has increased significantly as a result of the war, in particular, women suffer from stress more than men. It was determined that the level of stress correlates with the circumstances in which Ukrainians found themselves, thus a high level of stress was found among Ukrainians who went abroad before the start of the war, who have relatives who are in the zone of active warfare or that take part in the war. The lowest level of stress is experienced by Ukrainians who are currently in Ukraine, in places where there are no combat operations, and who do not have relatives who are in the zone of active warfare. It was revealed that the majority of Ukrainians experienced the following symptoms of stress: increased irritability, problems with appetite, sleep problems, fatigue and memory impairment. The total number of symptoms Ukrainians experience depends on their level of stress.*

*It has been established that the largest number of Ukrainians are concerned about how the war will affect the lives of their loved ones, whether they will survive. A significant part of Ukrainians are concerned about the future of Ukraine, and the smallest number of Ukrainians are primarily concerned about their lives.*

*The most popular strategies for coping with stress and maintaining hardiness among Ukrainians turned out to be work (mental or physical), reading books or watching TV series or films, creating art and communicating with loved ones. Many Ukrainians are helped by volunteering, including assistance to the Armed Forces of Ukraine and refugees affected by the war.*

**Key words:** war, stress, Ukrainians, hardiness, livelihood.



## ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/17>**Sultan N.F.**

Azerbaijan University of Languages

### CHILDREN WITH ASD AND THEIR SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION THROUGH THE DENVER EARLY INTERVENTION MODEL

*The article examines problem of socio-psychological adaptation of children with autism spectrum disorders. It is concluded that the socio-psychological adaptation of these children is more effective when carried out with the support of their parents. In this regard, the need for parents to acquire relevant knowledge, skills and habits for the Denver early intervention program is discussed. It is concluded that parents with experience in the Denver early intervention program can more easily develop the social and communication skills that are important for their children's socio-psychological adaptation.*

*Autism spectrum disorder (ASD) is a category of neurodevelopmental disorders characterized by disorders in the social and communicative spheres, as well as limited and repetitive behavior. Children with such a disorder need substantial support, the burden of which falls, of course, primarily on the shoulders of parents, brothers and sisters, as well as on society. Although the basis of the symptoms of ASD are neurological features, they manifest themselves in behavior, which varies depending on the age of children, their speech level and cognitive skills. The DSM-5 states that the main symptoms cover two areas of social communication, one of which is interaction, and the other is limited, repetitive patterns of behavior. Toddlers with ASD and impaired speech have more social difficulties than their peers with ASD who do not have speech disorders. Children with ASD and lack of intelligence have the hardest time developing social competencies. Forecasts for children with ASD from phenotypic and demographic subgroups require additional research. About 9% of children who received a diagnosis of ASD at the age of 3 years, in early youth may not be in the diagnostic criteria of ASD. Young people who managed to get rid of the diagnosis of ASD, most likely, had high cognitive skills at the age of 2, used early intervention services and over time achieved a reduction in the frequency of repetitive behavior.*

**Key words:** *socio-psychological adaptation, early intervention, Denver model, autism, neurodevelopment, neurological features, role-playing games.*

**Statement of the problem in general terms and its connection with important scientific and practical problems.** According to statistics, the prevalence of ASD increases more and more over time among children [1, p. 12]. Despite the progress made in the knowledge of the neurobiology and genetics of this type of disorder, this diagnosis is still made, as before, on the basis of the presence of certain symptoms of behavior detected by direct observation, and from the words of loved ones.

Impaired ability to understand the intentions of another person, shortened eye contact, unnatural use and understanding of gestures are harbingers of atypical development in the field of social communication, story-role play and interest in other children [2, p. 89].

Then the symptoms of ASD are formed with a lack of skills of correct understanding and, accordingly, atypical processing of information in the visual (gestures, facial expressions) and auditory (speech) sensory systems. The same type of repetitive behavior can be both a symptom, which is a periodically observed obsessive behavior, and a consequence of inadequate processing of sensory information, or an indicator that a person is unable to understand the intentions of other people. Almost a quarter of children with ASD, most often in the age range of 18-24 months, have a regression in speech and social skills [1, p. 24].

**Goal and tasks.** To identify the socio-psychological adaptation of children with ASD and show it through the Denver model of early intervention.

**Presentation of the main material of the study.** Our hypothesis is that the knowledge and skills acquired during the training will contribute to positive changes in the development of children living with autism spectrum disorder, helping them to better socio-psychological adaptation. Children of parents who participated in the training and those who did not participate in them were tested for development according to the Denver model, after which the results were analyzed using the statistical method SPSS version 16.0. First, a statistical analysis was given related to demographic indicators Table 1.

The fact that the standard deviation is greater than the average indicates that the values are different and far from each other. To further clarify this, the independent sample T-test was first tested to explain whether a family of independent variables depends on learning to develop children’s personal and social development, fine and large motor skills and speech skills. Thus, the results obtained are presented in Table 2.

It should be noted that the independent sample test was based on the family factor as an independent variable, and, as is known from the average values, there are statistically significant differences between the groups in social development, fine and large motor skills, and speech skills. And if you look at an independent T-test explaining these differences, the importance of the first line becomes obvious. The hypothesis of the significance of  $H_0$  is rejected because it corresponds to the level of  $\alpha < 0.05$ , i.e. according to the family factor, there are differences in personal and social development, in large and small motor skills, as well as speech skills of children with ASD.

After determining the influence of the independent variable, a one-sided Anova test was applied to determine whether the influence of the variable on all qualities was the same. The test results are presented in the table below. Table 3. Change of skills depending on the level of education of the family.

Table 1

Demographic indicators					
Statistical description					
	Number	Minimum	Maximum	On average	Deviation from the standard
Family	60	1	2	1.50	.504
Average number	60				

Table 2

Group statistics					
	Family	Number	On average	Deviation from the standard	The average value of the standard error
Personal and social	Experimental	30	2.83	.461	.084
	Control	30	1.23	.504	.092
Fine motor skills	Experimental	30	2.47	.681	.124
	Control	30	1.43	.679	.124
Large motor skills	Experimental	30	2.13	.730	.133
	Control	30	1.33	.606	.111
Speech	Experimental	30	2.20	.761	.139
	Control	30	1.27	.583	.106

**Independent test sample**

	Levene’s criterion of equality of variables			Equality for the t-criterion of averaging			95% confidence in the differences	
	F	Meaning	T	df	Meaning (2*)	Average difference	Lower	Upper
Personal and social	.906	.345	12.829	58	.000	1.600	1.356	1.850
			12.829	57.548			1.356	1.850
Fine motor skills	.108	.748	5.884	58	.000	1.033	.682	1.385
			5.884	57.999			.682	1.385
Large motor skills	.768	.384	4.616	58	.000	.800	.453	1.147
			4.616	56.107			.453	1.147
Speech	4.443	.039	5.331	58	.000	.933	.583	1.284
			5.331	54.327			.583	1.284

Table 3

**Change of skills depending on the level of education of the family**

Identity of variables				
	Leven's criterion	F1	F2	Meaning
Personal and social	.906	1	58	.345
Fine motor skills	.106	1	58	.746
Large motor skills	.768	1	58	.384
Speech	4.440	1	58	.039

**ANOVA**

		Sum of squares	Difference	Square averaging	F	Meaning
Personal and social	Between groups	38.400	1	38.400	164.571	.000
	Groups with each other	13.533	58	.233		
	General	51.933	59			
Fine motor skills	Between groups	16.017	1	16.017	34.620	.000
	Groups with each other	26.833	58	.463		
	General	42.850	59			
Large motor skills	Between groups	9.600	1	9.600	21.306	.000
	Groups with each other	26.133	58	.451		
	General	35.733	59			
Speech	Between groups	13.067	1	13.067	28.420	.000
	Groups with each other	26.667	58	.460		
	General	39.733	59			

Table 4

**Comparison of pre-test and post-test responses of children with ASD**

**Double sampling statistics**

	On average	Number	Deviation	Standard error
Pre Personal-social	138.38	30	33.472	8.386
Post Personal-social	197.41	30	33.508	8.337
Pre Fine motor skills	119.01	30	22.475	7.332
Post Fine motor skills	139.55	30	22.506	7.221
Pre Large motor skills	121.03	30	44.221	9.233
Post Large motor skills	144.05	30	44.341	9.121
Pre Speech	143.09	30	123.001	5.325
Post Speech	168.89	30	122.344	5.221

Table 5

**Total by model**

Model	R	R square	Adjustable R square	Standard error of trust
1	.860a	.739	.735	.260
2	.902b	.813	.806	.222
3	.909c	.826	.816	.216
a. Predicted: (Constant), Personal-social				
b. Predicted: (Constant), Personal-social, Fine motor skills				
c. Predicted: (Constant), Personal-social, Fine motor skills, Large motor skills				
d. Dependent variable: Family				

Table 5 (continuance)

ANOVA<sup>d</sup>

Model		The result of the square	df	Square averaging	F	Meaning
1	Regression	11.091	1	11.091	164.571	.000 <sup>a</sup>
	Residual	3.909	58	.067		
	General	15.000	59			
2	Regression	12.191	2	6.096	123.699	.000 <sup>b</sup>
	Residual	2.809	57	.049		
	General	15.000	59			
3	Regression	12.385	3	4.128	88.397	.000 <sup>c</sup>
	Residual	2.615	56	.047		
	General	15.000	59			

- a. Projected: (Constant), Personal-Social
- b. Predictable: (Constant), Personal-Social, Fine Motor
- c. Predicted: (Constant), Personal-Social, Gross Motor
- d. Dependent Variation: Family

Coefficients

Model		Non-standardized coefficients		Standardized coefficients	t	Meaning
		B	standard error	Beta		
1	(Constants)	2.440	.081		30.287	.000
	Personal and social	.462	.036	.860	12.829	.000
2	(Constants)	2.646	.082		32.455	.000
	Personal and social	.394	.034	.732	11.559	.000
	Fine motor skills	.177	.037	.299	4.725	.000
3	(Constants)	2.716	.087		31.371	.000
	Personal and social	.366	.036	.680	10.193	.000
	Fine motor skills	.168	.037	.285	4.586	.000
	Large motor skills	.083	.041	.128	2.036	.047

- a. Dependent variable: Family

Based on the fact that a > 0.05 is greater than the group variables, as well as on the fact that the root-mean-square value and a < 0.05 is less than a < 0.05 in the Anova test, the knowledge obtained by families as variables is personality-social. It is concluded that there are significant differences in the impact on small and large motor skills and speech skills. All these results are used to measure the difference between them. In conclusion, there are many facts confirming our hypothesis. However, these results are at the post test level. A double-sampling T-test was used to determine what these skills were at first, and what changes occurred between them afterwards (Table 4).

As you can see, the average indicator is reflected in completely different figures at the pre-text and post-test levels. At the pre-textual level, there was a significant change in the social personality, motor and speech skills of children with ASD after involving their parents in training, as well as an increase in their working capacity.

At the end of the training, attention was paid to the question of what skills should be developed by

parents so that children with ASD better assimilate social skills. For this reason, a one-sided regression analysis was carried out. The results are grouped into the following tables.

**Conclusion.** If we want to explain the answers, we must first look at the percentage of probability that our model will work, and, as we had the opportunity to see above, personal social skills make up 70%, personal social skills plus fine motor skills – 80%, personal social skills plus fine and large motor skills – 80%. Using this model, it can be concluded that 80% of development skills (adjustable R-square) are valid for the population.

Given that the family is a dependent variable, its significance level is less than 0.05, and we reject the H0 hypothesis, we can conclude that the model is suitable for use. It should only be noted that speech skills are not included in this model, because they do not correspond to the level of importance. In our study, family involvement in training is considered as a dependent variable, since regression analysis is based on the development of variables.

If we set a goal to determine which skills will be further improved in the next classes, depending on the trainings conducted for the family, then we will have to look at the beta criteria to find out the answer to this question. According to the beta criterion, personal and social skills are in second place (0.860), followed by fine motor skills (0.299) and large motor skills (0.128). This means that if we strengthen the training in accordance with these skills at the next trainings, we will be able to contribute to greater psychological development in families of children with ASD. In the above model, it is concluded that there is no need to increase training in the speech direction in future activities,

since speaking skills do not correspond to the level of importance.

Our research shows that if the results before and after testing in the experimental group were low before training, then after training there was an increase in these skills. While weak skills were observed in the pre-test results of the control group, weak development took place in the post-test results. Accordingly, when compared with the post-test results of the experimental group, it was found that the dynamics of development is very weak. This confirms the hypothesis that the participation of parents in the Denver model of early intervention helps the socio-psychological adaptation of their children.

#### Bibliography:

1. Выявление, оценка и коррекция нарушений у детей с расстройством аутистического спектра. *Клинический отчет Американской Академии Педиатрии*. 2020. 115 с.
2. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fifth Edition. Arlington, VA; American Psychiatric Association. 2013. 970 p.
3. Волкмар Ф., Вайзнер Л. «Аутизм». В 3-х книгах. Екатеринбург. «РАМА Паблишинг»; 2014. 224 с.
4. Роджерс СДж., Доусон Дж., Висмара ЛА. Денверская модель раннего вмешательства для детей с аутизмом. Екатеринбург. Рама Паблишинг; 2021. 416 с.
5. Шрамм Р. Детский аутизм и АВА. Екатеринбург. «РАМА Паблишинг»; 2020. 240 с.
6. Григоренко ЕЛ. Расстройства аутистического спектра. Вводный курс. *Учебное пособие для студентов*. М. Практика; 2018. 280 с.
7. Лефрансуа Ги. Прикладная педагогическая психология. СПб. 2007. 576 с.
8. Реан АА., Коломинский ЯЛ. Социальная педагогическая психология. СПб. Издательство «Питер»; 2000. 416 с.
9. Урунтаева ГА. Дошкольная психология. Москва. «Академия»; 1999. 336 с.
10. Майерс Д. Социальная психология. СПб. Изд. «Питер»; 2007. 749 с.
11. Крайг Г. Психология развития. СПб. Изд. «Питер»; 2002. 992 с.

#### Султан Н.Ф. ДІТИ З РАС ТА ЇХ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЧЕРЕЗ ДЕНВЕРСЬКУ МОДЕЛЬ РАНЬОГО ВТРУЧАННЯ

*Стаття присвячена вивченню проблеми соціально-психологічної адаптації дітей із розладами аутистичного спектру. Зроблено висновок про те, що соціально-психологічна адаптація цих дітей ефективніша, коли здійснюється за підтримки їхніх батьків. У зв'язку з цим обговорюється необхідність набуття батьками відповідних знань, навичок та навичок для Денверської програми раннього втручання. Зроблено висновок, що батьки, які мають досвід участі в Денверській програмі раннього втручання, можуть легше розвивати соціальні та комунікативні навички, які є важливими для соціально-психологічної адаптації їхніх дітей. Розлад аутистичного спектру (РАС) – категорія розладів нейророзвитку, що характеризуються порушеннями в соціальній та комунікативній сферах, а також обмеженою та повторюваною поведінкою. Дітям з таким розладом необхідна суттєва підтримка, тяга якої лягає, звичайно ж, насамперед, на плечі батьків, братів і сестер, а також на суспільство. Хоч і основу симптомів РАС становлять неврологічні особливості, виявляються вони у поведінці, яка різниться залежно від віку дітей, їхнього мовного рівня та когнітивних навичок. У DSM-5 йдеться про те, що основні симптоми охоплюють дві сфери соціальної комунікації, однією з яких є взаємодія, а іншою – обмежені, повторювані шаблони поведінки. У дітей з РАС і порушеною промовою більше соціальних труднощів, ніж у їхніх однолітків з РАС, які не мають мовленнєвих порушень. Дітям з РАС та недостатністю інтелекту доводиться найскладніше у розвитку соціальних компетенцій. Прогнози для дітей з РАС із фенотипічної та демографічної підгруп вимагають додаткового дослідження. Близько 9% дітей, які отримали діагноз РАС у віці до 3-х років, у ранній молодості можуть не опинитися в діагностичних умовах РАС. Молоді люди, що зуміли позбутися діагнозу РАС, ймовірно, мали високі когнітивні навички в 2-річному віці, використовували сервіси раннього втручання і з часом домоглися зменшення частоти поведінки, що повторюється.*

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, раннє втручання, Денверська модель, аутизм, нейророзвиток, неврологічні особливості, рольові ігри.

## АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.923:364.62"364"

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/18>

### РОЗШИРЕННЯ ЖИТТЄВОЇ АНТИЦИПАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ ВІЙНИ

**Батраченко І.Г.**

Університет митної справи та фінансів

**Панфілова Г.Б.**

Університет митної справи та фінансів

**Склянська О.В.**

Університет митної справи та фінансів

*Стаття містить результати теоретичного аналізу феномену життєвої антиципації особистості в умовах мирного часу та війни. Результати узагальнення теоретичного осмислення та більш ніж два десятиліття емпіричних розвідок приводять до висновку про необхідність переконцетуалізації самого поняття «життєва антиципація» України. У статті запропоновано радикально розширене поняття життєвої антиципації як інтегрованого утворення з таких складових як вітальна, мортальна та трансмортальна життєва антиципація. Обґрунтовано, що обмеження тлумачення життєвої антиципації лише вітальним (прижиттєвим) масштабом надто звужує стратегію психологічного супроводу особистості в умовах війни, лишаючи поза увагою, або розглядаючи ізольовано мортальну складову, значущість якої зростає через підвищення рівня ризиків смертельно характеру. Зростання ймовірності передчасного завершення життєвого шляху порівняно з середньою тривалістю життя в попередній період мирного часу актуалізує виклик перевизначення смислового навантаження від потенційно можливого скороченого вітального майбуття особистості, як у бік радикального зростання цінності теперішнього, так й у бік не менш радикальної компенсації через збільшення смислового навантаження смерті. Необхідність підвищення життєвого потенціалу особистості в різко ускладненій ситуації екзистенціювання також може також вирішуватися і через залучення смислових імперативів трансвітального порядку, коли проблема сенсу існування суб'єкта вирішується через максимізацію свого «післяжиттєвого сліду» або (і) поліпшення умов потойбічного життя. Акцентується увага на те, що в умовах війни особливо важливим стає пошук коректних та ефективних технологій роботи психолога з мортальною антиципацією особистості, яка може слугувати ресурсом профілактики та психотерапії постраваматичних та футотраматичних стресових розладів, а також буде сприяти особистісному зростанню українських громадян в умовах війни.*

**Ключові слова:** життєва антиципація, вітальна антиципація, мортальна антиципація, трансвітальна антиципація, війна, життєвий шлях особистості.

**Постановка загальної проблеми.** Феномен життєвої антиципації як спроможності, процесу та продукту конструювання особистістю свого подальшого життєвого шляху вже щонайменше кілька тисячоліть цікавить людство. Про це свідчать, зокрема, стародавні системи ворожіння, де особисте майбуття людини було одним із найпопулярніших запитів як у звер-

неннях до відповідних професіоналів, так при самостійному використанні мантичних технологій. «Ну що робити, що робити? Влаштовані так люди: бажають знати, бажають знати про те, що буде». Співається в одній популярній пісні і зазначається, що як би не змінювалися часи, у ворожки зі старою колодою клієнти ніколи не переводяться.

З іншого боку, поряд з прагненням до пізнання майбутнього у суспільній свідомості існує й досить поширена альтернативна позиція, яка особливо вдало представлена рядками віршу (а також пісні) відомої української поетеси Л. Костенко: «І наперед не треба ворожити, І за минулим плакати не варт» [<https://www.livelib.ru/quote/1119775-trista-poezija-lina-kostenko>]. Прибічниками такої точки зору стверджується марність, а інколи й шкідливість спроб досягнути майбуття як надто складну задачу для людського розуму через високий рівень неоднозначності й невизначеності перебігу подій як в людській біографії, так і в історичній динаміці суспільства та природи. Зазначена проблема гостра як у стабільні періоди суспільного життя, так й у кризові періоди, а тим більше у період війни, коли рівень невизначеності різко зростає як у сфері особистого так й у сфері суспільного життя.

Психологія академічна і практична успадкувала дискусію про доцільність передбачення майбутнього людини в такому завжди мінливому світі, а особливо війн та інших потрясінь. Як і раніше консенсусу тут поки що не досягнуто. Так, зокрема, у традиціях класичного психоаналізу основний фокус уваги спрямовується на минуле, у гештальт-психотерапії - на теперішньому (тут-і-тепер), у берніанському скрипт-аналізі – на майбутньому. При роботі психолога з майбутнім особистості реалізовується підхід у різних формах і, зокрема, як корекція та розвиток життєвої антиципації особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Останніми роками використання концепту «життєва антиципація» набирає популярності (І. Г. Батраченко [3; 4], В. Ю. Завадський [7-8], Добровольська Н. А., Ктітарев Д. О., Тесленко Л. М [6], О. Г. Рихальська [4; 15], Ж. М. Сидоренко [16], К. М. Шестопалова [20] інші). Однак життєве антиципування в усіх цих роботах в умовах мирного часу, а його функціонування та розвиток в умовах війни не розглядаються навіть побіжно. Є низка робіт присвячених психології особистості в умовах війни в яких деякі аспекти феномену життєвої антиципації висвітлюються дотичного [1; 18; 19]. Тобто спеціального дослідження функціонування, розвитку та деструкції життєвої антиципації в умовах війни явно бракує. Окрім того лишається незавершеною дискусія про доцільність взагалі життєвого антиципування.

**Метою статті** є аналіз доцільності активізації життєвої антиципації особистості в контексті психологічної допомоги та самопомоги в умовах війни

і внесення коректив та доповнень у концептуалізацію феномену життєвої антиципації релевантно до нових умов її функціонування й розвитку.

**Виклад основного матеріалу.** У своїх попередніх роботах, починаючи з кінця нульових років ХХІ століття, ми пропонували розглядати життєве антиципування як триєдність таких його форм як біографічного, автобіографічного та футурологічного, які торкаються майбутнього відрізка власного життєвого шляху або інших людей (особливо близьких) на тлі суспільних та природних умов, в яких ці життєві шляхи будуть пролягати [3]. Це розширяло змістовні межі концепту у більш ранніх публікаціях, де життєва антиципація тлумачилася фактично як синонім автобіографічної [15].

Говорячи про автобіографічну антиципацію, яка є стрижневою для життєвої антиципації, треба зауважити, що вона у більш широкому контексті взаємопов'язана з відображенням життєвого шляху в психіці суб'єкта з урахуванням його суб'єктивного розмежування на майбутнє, теперішнє та минуле. Відповідно суб'єктивна модель життєвого шляху в цілому утворюється інтеграцією процесів автобіографічної антиципації, автобіографічної презенсоспеції (моделювання теперішнього), автобіографічну ретроспецію (моделювання минулого), автобіографічну фантастоспецію, яка враховує можливість побудови ірреалістичних моделей майбуття не пов'язаних з жодним із часових модусів.

Таблиця 1

Життєвий шлях		
Автобіографічна ретроспеція	Автобіографічна презенсоспеція	Автобіографічна антиципація
Автобіографічна фантастоспеція		

Суб'єктивна модель особистого майбутнього може мати як добре усвідомлювані компоненти, усвідомлювані тільки частково та повністю несвідомі. Тому, якщо особистість не здійснювала свідомої рефлексії майбуття і стверджує, що вона наперед не загадує, то це ще не значить, що в цього суб'єкта такої моделі немає. Інша справа, що вона може бути неповною, дифузною, з прогалинами. Більше того, будь-яка знаково-символічна модель майбуття ніколи не може бути повною і майбутнє зазвичай відображається більш чи менш узагальнено і вибірково. Особисте майбутнє в суб'єктивній моделі може описуватися суцільно, охоплюючи однією або кількома категоріями все особисте майбутнє в цілому («світле майбутнє» або «пусте або темне»), а може бути в

тій чи іншій мірі аспектно- або темпорально сегментованим. При цьому завершення життя, тобто смерть, у суб'єктивній моделі майбутнього може бути більш-менш пропрацьовано, а може бути і відсутнім.

Взагалі сам термін «життєва антиципація» виник у процесі обговорення дисертаційного дослідження О. Г. Рихальської в Інституті соціальної та політичної НАПН України [15], де початково фігурували терміни «автобіографічна антиципація» та «життєтворча антиципація», було рекомендовано змінити на термін «життєва антиципація», яким вже біля двох десятиліть ми користуємося. При цьому термінологічна дискусія тоді була досить жвавою. Не всі з цим терміном погоджувалися. Одне з зауважень звучало тоді так: «Це що, якщо є життєва антиципація, то є й мертва антиципація?», що тоді видавалось декому не зовсім коректним.

Але тепер те побіжне зауваження нам видається вельми продуктивним. Так дійсно, словосполучення «мертва антиципація» не є вдалим, а «антиципація смерті», або мортальна або танатологічна антиципація – зовсім інша річ. І хоча імпліцитно антиципація смерті включається в поняття «життєва антиципація» як остання складова життєвого шляху будь-якої людини. Але виокремлення мортальної антиципації в окремий різновид створює передумови розглядати її як вузлову ланку зі ще одним різновидом антиципації – «післяжиттєвою антиципацією», «трансвітальною антиципацією», яка є суб'єктивним моделюванням людиною свого існування в залишених після особистості справах земних, дітях, внуках (трансгенераційна антиципація), а якщо людина вірить, антиципацію потойбічного життя (трансцендентна антиципація).

Тому видається доцільним запропонувати розширену концептуалізацію поняття «життєва антиципація» доповненням її концептами мортальної та післяжиттєвої, трансвітальної антиципації (Табл. 2)

Відтак дилемі про те, чи потрібно передбачати та проєктувати майбуття, на наш погляд малопродуктивно ставити у дихотомічному варіанті «або-або», бо і здійснення зусиль щодо антиципування майбуття, так і відмова або утримання від таких спроб можуть бути і конструктивними і деструктивними. В одному випадку антиципацію доцільно «включати», а іншому, навпаки, «виключати», погано як занадто багато і занадто мало антиципувати. Треба антиципувати в оптимальних обсягах, а, головне, не тільки скільки, а і як, якими способами, прийомами тощо.

Життєва антиципація		
Вітальна	Мортальна	Трансвітальна
Автобіографічна, Біографічна, Вітально-футурологічна		трансгенераційна, трансцендентна, цифрова, трансвітально-футурологічна

Говорячи про точність вітальної життєвої, мортальної та післяжиттєвої антиципації, слід взяти до уваги, що незалежно від того чи реалізуються згодом цілі, плани та прогнози, антиципації можуть справити як сприятливий так і несприятливий психічні стани, поведінку та діяльність суб'єкта. З огляду на це, антиципації можуть бути точними і непродуктивними і продуктивними незважаючи на їх формальну хибність.

Інший важливий момент на наш погляд полягає в тому, що робота психолога з життєвою антиципацією буде більш продуктивною, якщо вийти за її обмеження вітальним форматом, як це вже узвичаїлося в сучасній психології. Значущість такого розширення зростає в кризових умовах та умовах війни, порівняно зі стабільними та мирними часами. Справа в тому, що коли вітальне життєве антиципування стає підсистемою ще масштабнішого різновиду трансвітального життєвого антиципування, то смислова потужність його впливу на сприяння ускладненого теперішнього та прийняття життєвих рішень радикально зростає.

Трансвітальна життєва антиципація спрямована на події і процеси, які мають відбутися після смерті людини й у причинно-наслідковому чи засібно-цільовому плані пов'язані з перебігом життєвого шляху особистості. У світському форматі – це турбота про майбутні покоління. При цьому трансгенераційне часове упередження може вимірюватися кількома поколіннями.

У Біблії є настанова про те, що відповідальна людина повинна думати не тільки про відповідальність за свої вчинки в масштабах земного та післяземного життя, але й про сім поколінь своїх нащадків, оскільки відповідальність за гріхи може успадковуватися й позначатися на третьому, четвертому, а інколи й на сьомому поколінні нащадків. Окрім того, найстрашнішим прокляттям було не просто проклясти певну особу, а проклясти її до сьомого коліна.

Загалом треба зазначити, що вітальна обмеженість життєвої антиципації в культурно-історичному плані досить пізні явище. У Середньовіччі й навіть значно пізніше проблему планування та



прогнозування свого життєвого шляху більшість розглядали виключно в релігійному сенсі. Земне життя розглядалося не як першочергове, а як другорядне, як таке, що повинно служити підготовці до життя вічного в потойбічному світі, а смерть тлумачилася як перехід від тимчасового існування до вічного. Тому смерть у релігійному світобаченні не є завершенням життя взагалі, а лише припинення існування душі в смертному тілі, яку людині дав Бог. І це зовсім по іншому конституювало розвиток та функціонування життєвої антиципації особистості вірянина. Земне життя у такому разі не має особливої цінності, а потрібно дбати про вічне життя та готуватися до нього. Життєва антиципація не просто втрачає вітальну обмеженість, а стає трансцендентно акцентованою.

У процесі культурно-історичного розвитку феномену життєвої антиципації особистості ситуація дещо видозмінюється в епоху Ренесансу, коли поряд із традиційним християнським розумінням смерті й безсмертя з'являється світське розуміння й значно пом'якшується ціннісний диспаритет земного та неземного життя людини. Більше того, тоді сягає розквіту культ героїчної смерті, який перетворюється, принаймні для лицаря, в основний, кульмінаційний момент життєвого шляху і мортальна антиципація в структурі життєвої антиципації стає стрижневою, домінантною [5; 9].

Згідно із світобаченням тієї епохи, людина може заслужити славу й добробут, а також пам'ять вдячних нащадків завдяки лицарським чеснотам, відданості Вітчизні, самовідреченню, готовності захищати життя і свободу свого народу ціною власного життя. Тобто суб'єктивна модель особистого майбутнього як результат цього процесу є не тільки продуктом індивідуальної творчості людини. Життєве антиципування обов'язково спирається на систему соціальних стереотипів життєвого шляху та життєвих перспектив, які людина певної епохи засвоює в процесі соціалізації. Відповідно суб'єктивна модель особистого майбутнього у вітальних чи трансвітальних межах може бути більш чи менш якісною асиміляцією зовнішньо заданих стереотипів та еталонів життєвого шляху від референтної людини, батьків, чи то від соціуму в цілому. Але до асиміляції соціальних стереотипів життєвого антиципування приєднується, хоч у мікроскопічній дозі, і момент власної творчості. Інколи здатність до життєтворчості набуває ступеня навіть свого роду таланту. Нерідко життєві шляхи таких людей потім стають соціальними еталонами життєвого шляху, взірцем для життєтворчості інших людей та основою для

життєвої антиципації особистості.

З розбудовою розвинутих індустріальних суспільств культурно-історична ситуація розвитку життєвої антиципації істотно змінилася. Так відбулася радикальна секуляризація суспільного життя, релігійний світогляд став периферійним. Відповідно типовим явищем стала втрата трансцендентної перспективи життєвого антиципування і його фокусування у вітальних масштабах. Релігійні смислові механізми захисту від страху смерті також перестали діяти, будь-які мортальні рефлексії почали змінюватися різними витісненнями. Тема смерті стала фактично непристойною як у модерних так і постмодерних соціумах. Проте психологічні дослідження показують неконструктивність простого витіснення страху смерті, звертаючи увагу на те, що він має не лише деструктивний, але й значний конструктивний потенціал [10-13]. Тому з психологічної точки зору психологам дуже важливо розвивати технології надання допомоги людям щодо ресурсного використання страху смерті, а також здійснювати у разі потреби психотерапевтичні заходи [2; 14; 17; 18; 19]. Відповідно робота з мортальною трансвітальною складовою життєвої антиципації повинна мати методичний інструментарій психологічної корекції та розвитку життєвої антиципації особистості в умовах війни.

**Висновки дослідження.** Умови війни порівняно з мирним часом спонукають по-новому поглянути на старі проблеми та психологічні технології їх вирішення. Утруднення, які тепер стали виникати в сфері психологічної допомоги особистості щодо роботи з власним майбутнім, прийняттям продуманих життєвих рішень у мінливих ситуаціях воєнного буття з високим рівнем невизначеності, ризиків, у тому числі смертельних, потребують перегляду деяких базових понять, на яких ґрунтуються стратегії психологічного супроводу осіб у складних ситуаціях воєнного часу. Так, потребує радикального розширення поняття «життєва антиципація» шляхом збагачення її такими складовими як мортальна та трансвітальна антиципація. Вітально фокусована концептуалізація життєвого антиципування склалася в епоху модерну та постмодерну. До того існували різні культурно-історичні форми трансвітально та мортально акцентованої життєвої антиципації. У нашій моделі переконцептуалізації поняття «життєва антиципація» пропонується системно збалансована інтеграція вітальних, мортальних та трансвітальних складових з відповідно переформатованою стратегією психологічного супроводу.

Тому **перспективами** подальших досліджень

повинна стати апробація розширеної концепції життєвої антиципації в практиці надання психологічної допомоги та навчання українських громадян технікам психологічної самопомоги в умовах війни.

#### Список літератури:

1. Абаніна Г. В., Корецький В. М. Психологічні особливості життєвої перспективи комбатантів. *Вчені записки університету «КРОК». Серія : Економіка.* 2022. Вип. 2. С. 157-164
2. Біннебезел Дж., Католик Г. В. Сприйняття страху смерті в контексті замісної реляційної терапії танатопедагогіки. *Психологія і особистість.* 2015. № 2(2). С. 208-222.
3. Батраченко І. Г. Психологічні закономірності розвитку антиципації людини [Текст] : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Іван Георгійович Батраченко; наук. консультант Г. О. Балл; Дніпропетр. нац. ун-т ім. Олеся Гончара. – Дніпропетровськ, 2010. – 461 с.
4. Батраченко І. Г. Психологія життєвої антиципації особистості : монографія. / І. Г. Батраченко, О. Г. Рихальська; Дніпропетр. нац. ун-т ім. О.Гончара. Д., 2009. 167 с.
5. Войтов Б. Ідея громадянського служіння та проблеми смерті й безсмертя у творі Касіяна Саковича «Вірші на жалісний погреб шляхетного лицаря Петра Конашевича-Сагайдачного». *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія : Філософія.* 2015. Вип. 18. С. 124-127.
6. Добровольська Н. А., Кгітарев Д. О., Тесленко Л.М. Життєва антиципація особистості: до постановки проблеми //Актуальні питання здоров'язбереження людини у координатах сучасних парадигм: зб. наук. праць / За заг. ред. д.психол.н. Ю. А. Завацького. К. : ПВТП «LAT&K», 2021. С. 28-29
7. Завацький В. Онто- та соціогенез антиципації особистості в умовах життєвих змін. *Психологія особистості.* 2021. Т. 11, № 1. С. 39-45.
8. Завацький В. Ю. Змістовні характеристики життєвої антиципації особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки.* 2017. Вип. 5(1). С. 161-165.
9. Карбашевська О. В. Українські та британські народні балади про смерть воїна на полі бою: поетика та літературна рецепція. *Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Філологічні науки.* 2011. Вип. 27. С. 116-120.
10. Кириленко Т. С., Мирончак К. В. Особливості переживання страху смерті в різних життєвих ситуаціях: когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки.* 2012. Вип. 14. С. 135-145.
11. Мельник В. В. Страх смерті як метафізичний і трансцендентний феномен. *Філософія і політологія в контексті сучасної культури.* 2012. Вип. 3. С. 87-93.
12. Мирончак К. В. Вплив чиннику усвідомлення смерті на побудову особистістю свого життєвого сценарію. *Вісник Національного університету оборони України.* 2014. Вип. 5. С. 285-290.
13. Мирончак К. В. Емпіричні параметри страху смерті як способу організації життєвого досвіду. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки.* 2016. Вип. 3(1). С. 65-69.
14. Рафальская Е. А. Отдельные аспекты практического применения метода танатотерапии в условиях организации психологической реабилитации сотрудников органов и подразделений по чрезвычайным ситуациям. *Проблеми екстремальної та кризової психології.* 2013. Вип. 14(2). С. 293-300.
15. Рихальська О. Г. Психологічні особливості життєвої антиципації особистості: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / О. Г. Рихальська ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2004. 21 с.
16. Сидоренко Ж. В. Психологічні особливості прояву антиципації під час конструктивного переживання особистістю життєвої кризи. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки.* 2017. Вип. 6(1). С. 106-111.
17. Сінельнікова М. В. Страх смерті та можливості його подолання у філософії Епікура. *Актуальні проблеми філософії та соціології.* 2018. Вип. 21. С. 103-105.
18. Храбан Т. Є. Військовий чорний гумор як форма адаптаційних процесів і реагування індивіда на страх смерті (психолінгвістичний аспект). *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія : Філологічні науки.* 2021. № 1. С. 243–251. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vduepf\\_2021\\_1\\_27](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vduepf_2021_1_27).
19. Цимбалюк В. І., Ольховський В. О., Торьяник І. І., Бабіченко М. С., Бабіченко Р. І., Данильченко С. І. Оцінка танатологічного профілю зони бойових дій. *Актуальні проблеми сучасної медицини.* 2017. Т. 17, Вип. 3. С. 288-292.
20. Шестопалова К. М. Антиципування життєвого шляху: методи діагностики та корекції. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент.* 2012. Вип. 9. С. 106-112.

**Batrachenko I.H., Panfilova H.B., O.V. Sklianska. EXTENSION OF PERSONAL LIFE ANTICIPATION AS A RESOURCE OF PSYCHOLOGICAL AID DURING WAR**

*The article presents the findings of theoretical analysis of the phenomenon of life anticipation during peacetime and war. The results of the generalization of theoretical interpretation and more than two decades of empirical studies lead to the conclusion about the re-conceptualization of the concept "life anticipation" of Ukraine. The authors put forward a fundamentally extended concept of life anticipation as an integrated entity comprising such concepts as vital, mortal and transmortal life anticipation. The limitation of the life anticipation interpretation to a vital (intravital) dimension significantly narrows a strategy of individual psychological support in wartime, ignoring or separately considering a mortal component, the significance of which advanced due to increasing mortality risks. The growth in the likelihood of early termination of a life path compared to an average life expectancy in the previous period of peacetime actualizes the challenge of re-definition of semantic load given the potential reduction of an individual vital future both toward a radical advancement of the value of the present and toward no less radical compensation through the expansion of semantic load of death. The need to improve the vital potential of a person in an unexpectedly complicated situation of existence also can be met through engaging semantic imperatives of transvital nature, when the problem of an individual existence is settled by the maximization of their "trace after life" or/and improving conditions of the beyond. Emphasis is placed on the fact that during wartime, it is particularly important to look for correct and efficient technologies of a psychologist's work with the mortal anticipation of personality which can act as a resource of prevention and psychotherapy of post-traumatic and future traumatic stress disorders and contribute to personal growth of Ukrainian citizens during war.*

**Key words:** *life anticipation, vital anticipation, mortal anticipation, transvital anticipation, war, personal life path.*

## Відомості про авторів

**Байда С.П.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

**Батраченко І.Г.** – д.психол.н., доцент, професор кафедри психології Університет митної справи та фінансів

**Гурлева Т.С.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії консультативної психології та психотерапії Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Даценко О.А.** – викладач кафедри загальної та вікової психології Криворізького державного педагогічного університету

**Журавльова Н.Ю.** – науковий співробітник лабораторії консультативної психології та психотерапії Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Зарецька О.О.** – кандидат філологічних наук, провідний науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Каліщук С.М.** – доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик Київського університету імені Бориса Грінченка

**Кононова М.М.** – доктор педагогічних наук, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

**Курова А.В.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова

**Кучма Т.В.** – директор Інклюзивно-ресурсного центру Горішньоплавнівської міської ради Полтавської області

**Насібова С.Х.** – доктор філософії з філології, Бакинський слов'янський університет, викладач Азербайджанського державного університету нафти та промисловості (Азербайджан)

**Панфілова Г.Б.** – к.психол.н., доцент, в.о. завідувача кафедри психології Університет митної справи та фінансів

**Поліщук В.М.** – доктор психологічних наук, професор, Заслужений працівник освіти України, професор кафедри психології особистості та соціальних практик Київського університету імені Бориса Грінченка

**Предко В.В.** – доктор філософії в галузі психології, асистент кафедри загальної психології факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Рижко В.Р.** – бакалавр факультету педагогічної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка

**Скляньська О.В.** – к.психол.н., доцент, доцент кафедри психології Університет митної справи та фінансів

**Сомова О.О.** – студентка факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Субашкевич І.Р.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи Львівського національного університету імені Івана Франка

**Султан Н.Ф.** – докторант Азербайджанського Університету Мов (Азербайджан)

**Теймурова І.А.** – докторант відділу соціальної психології Інституту Філософії та Соціології Національної Академії Наук Азербайджану (Азербайджан)

**Ткачишина О.Р.** – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології особистості та соціальних практик Київського університету імені Бориса Грінченка

**Третяк Т.М.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник лабораторії психології творчості Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Шепельова М.В.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії психології творчості Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Шумейко О.М.** – старший викладач кафедри психології та педагогіки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ

## НОТАТКИ

Науковий журнал

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

**Серія: Психологія**

**Том 33 (72) № 4 2022**

Коректура • *Н. Славогородська*

Комп'ютерна верстка • *С. Калабухова*

Адреса редакції:

Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського  
м. Київ, вул. Джона Маккейна, 33

Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 10,93. Ум. друк. арк. 13,02. Зам. № 0922/354  
Підписано до друку 30.09.2022. Наклад 150 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»

65101, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1

Телефон +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 № 7623 від 22.06.2022 р.