

**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 35 (74) № 4 2024**



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2024

**Головний редактор:**

**Дробот Ольга Вячеславівна** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, філософії та суспільних наук Таврійського наукового університету імені В.І. Вернадського.

**Члени редакційної колегії:**

**Бегеза Людмила Євгенівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та соціальної роботи Академії праці, соціальних відносин та туризму;

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

**Виноградова Вікторія Євгенівна** – доктор психологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін ПВНЗ «Інститут психології і підприємництва»;

**Ізидорчик Бернадетта (prof. Bernadetta Izydorczyk)** – професор соціальних наук та психології, професор Інституту психології факультету філософії Ягеллонського університету;

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

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

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

**Яблонська Тетяна Миколаївна** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології розвитку Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

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 № 1 від 13.08.2024 року)**

Науковий журнал «Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія»  
zareestrovаний друкованим медіа (рішення Національної ради України  
з питань телебачення і радіомовлення № 1136 від 11.04.2024 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)

**ISSN 2709-3093 (print)**

**ISSN 2709-8796 (online)**

© Таврійський національний університет ім. В.І. Вернадського, 2024

## ЗМІСТ

### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

**Бойко А.О.**

ПСИХОЛОГІЯ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ..... 1

**Дробот О.В., Пушкар О.А.**

ОСОБЛИВОСТІ БІОЛОГІЧНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ДЕТЕРМІНАЦІЇ КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ ОСОБИСТОСТІ..... 6

**Копилова С.В., Біла І.М.**

ЕВОЛЮЦІЙНИЙ ПІДХІД ДО ФІЛОСОФСЬКОГО, ПСИХОЛОГІЧНОГО Й СИСТЕМНОГО ОСМИСЛЕННЯ КАТЕГОРІЇ «СТИЛЬ»..... 12

**Панок В.Г., Предко В.В.**

ПОСТКОВІДНЕ СУСПІЛЬСТВО В УМОВАХ ВІЙНИ:  
ФАКТОР РЕЛІГІЙНОСТІ У ПІДТРИМЦІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ..... 17

**Чемодурова Ю.М.**

ПСИХОЛОГІЧНІ МОДЕЛІ ФЕНОМЕНУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ..... 28

### ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

**Гуляк У.М.**

ПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИХ ДЕТЕРМІНАНТ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ..... 34

**Лікарчук Є.В.**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ КОНФЛІКТІВ..... 42

**Мельник А.П., Дуда О.П.**

ФАКТОРИ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ОСНОВИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ ПРИКОРДОННИКІВ..... 50

**Погорільська Н.І., Найдьонова Г.О., Карпюк А.В.**

РЕСУРСИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ..... 57

**Щотка О.П.**

ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ ТА ОСОБИСТІСНЕ ЗРОСТАННЯ АСПРАНТІВ:  
ДИНАМІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПІД ЧАС ВІЙНИ..... 63

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

**Зубіашвілі І.К.**

НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО РОЗУМІННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ..... 71

**Стеценко Н.М., Фролова М.Е., Іванчук О.В.**

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ДЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЧЕРЕЗ ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ..... 77

<b>Нагорна Н.С.</b> КОМПЛЕКС ПРАКТИК З РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОГО ПІДПРИЄМНИЦТВА.....	85
<b>Слободяник Н.В.</b> СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЇ ЗМІН.....	91

## **ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Губа Н.О.</b> ДОВІРА ЯК ЧИННИК ЕФЕКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ВИКЛАДАЧА ТА ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	96
<b>Діденко О.Г., Яланська С.П.</b> НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДІ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ УКРАЇНИ: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ.....	102
<b>Дідук І.А.</b> НЕФОРМАЛЬНА ОСВІТА У СИСТЕМІ ДЕРЖАВНОЇ ОСВІТНЬОЇ ПОЛІТИКИ: ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД.....	108
<b>Нестеренко М.О., Гребенюк Н.С.</b> ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНІ СТАНИ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ПРИЙОМНОЇ СІМ'Ї.....	114
<b>Періг І.М.</b> ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я.....	120
<b>Федько В.В.</b> ПСИХОЛОГІЧНА ЕКСПЕРТИЗА ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА.....	125
<b>Чумак О.О., Богач О.В.</b> ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОЯВІВ ІРРАЦІОНАЛЬНОГО МИСЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМОЕФЕКТИВНОСТІ.....	130

## **ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Дроздова Л.В.</b> ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ В МОТИВАЦІЇ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ПРИ ДОПУЩЕННІ ПОМИЛОК.....	137
---	-----

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

<b>Крамар Т.В., Скляренко О.Є.</b> СВІТОВИЙ ДОСВІД РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ.....	143
<b>Поліщук Л.М., Радаєва І.М.</b> СУЧАСНИЙ СТАН НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ВОЄННОГО ХАРАКТЕРУ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ПСИХІКУ ЛЮДИНИ.....	149

## **ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Клименко І.С.</b> АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА МЕДИЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПОСТТРАВДАЛИХ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ В УКРАЇНІ.....	154
--	-----

# CONTENTS

## GENERAL PSYCHOLOGY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

**Boyko A.O.**

PSYCHOLOGY OF PERSONALITY ADAPTATION IN THE CONDITIONS OF MILITARY ACTIONS..... 1

**Drobot O.V., Pushkar O.A.**

FEATURES OF THE BIOLOGICAL AND SOCIAL DETERMINATION OF THE COGNITIVE STYLE OF THE PERSONALITY..... 6

**Kopylova S.V., Bila I.M.**

EVOLUTIONARY APPROACH TO THE PHILOSOPHICAL, PSYCHOLOGICAL AND SYSTEMATIC UNDERSTANDING OF THE CATEGORY «STYLE»..... 12

**Panok V.H., Predko V.V.**

POST-COVID SOCIETY IN THE CONDITIONS OF WAR: THE FACTOR OF RELIGIOSITY IN MAINTAINING THE HARDINESS OF THE INDIVIDUAL..... 17

**Chemodurova Yu.M.**

PSYCHOLOGICAL MODELS OF THE PHENOMENON OF POSTTRAUMATIC PERSONALITY GROWTH..... 28

## APPLIED PSYCHOLOGY. PROFESSIONAL AND CORPORATE PSYCHOLOGY

**Huliak U.M.**

PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS OF MOTIVATIONAL AND VALUE DETERMINANTS OF MILITARY PERSONNEL'S COMBAT ACTIVITY..... 34

**Likarchuk I.V.**

THEORETICAL – METHODOLOGICAL APPROACHES TO STUDYING THE PROBLEM OF PROFESSIONAL BURNOUT OF PSYCHOLOGISTS WORKING IN MILITARY CONFLICTS..... 42

**Melnyk A.P., Duda O.P.**

FACTORS OF COMMUNICATIVE COMPETENCE AS THE BASIS OF ENSURING OF THE BORDER GUARDS PROFESSIONALISM..... 50

**Pohorilska N.I., Naydonova G.O., Karpiuk A.V.**

RESOURCES OF POST-TRAUMATIC GROWTH OF UKRAINIANS IN CONTEXT OF WAR..... 57

**Shchotka O.P.**

LIFE SATISFACTION AND PERSONAL GROWTH OF GRADUATE STUDENTS: THE DYNAMICS OF RELATIONSHIP DURING WAR..... 63

## SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

**Zubiashvily I.K.**

SCIENTIFIC APPROACHES TO UNDERSTANDING OF PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF SOCIALIZATION OF PERSONALITY..... 71

**Stetsenko N.M., Frolova M.E., Ivanchuk O.V.**

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF DESOCIALISATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS THROUGH THE USE OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE..... 77

**Nahorna N.S.**

A COMPLEX OF PRACTICES FOR THE DEVELOPMENT OF INDIVIDUAL READINESS FOR SOCIAL ENTREPRENEURSHIP..... 85

<b>Slobodianyuk N.V.</b> STRESS RESISTANCE AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF THE PERSONALITY IN THE SITUATION OF CHANGES.....	91
<b>PEDAGOGICAL AND DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY</b>	
<b>Guba N.O.</b> TRUST AS A FACTOR OF EFFECTIVE INTERACTION BETWEEN TEACHER AND STUDENT OF HIGHER EDUCATION.....	96
<b>Didenko O.H., Yalanska S.P.</b> NATIONAL PATRIOTIC EDUCATION OF YOUTH IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF UKRAINE: PSYCHOLOGICAL ASPECTS.....	102
<b>Diduk I.A.</b> NON FORMAL EDUCATION IN THE SYSTEM OF STATE EDUCATION POLICY: PERSONALLY ORIENTED APPROACH.....	108
<b>Nesterenko M.O., Hrebeniyk N.S.</b> FEATURES OF PERSONALITY DEVELOPMENT AND PSYCHO-EMOTIONAL STATES OF ADOLESCENTS IN A FOSTER FAMILY.....	114
<b>Perig I.M.</b> PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION IN THE CONTEXT OF MENTAL HEALTH SUPPORT.....	120
<b>Fedko V.V.</b> PSYCHOLOGICAL EXPERTISE OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT.....	125
<b>Chumak O.O. Bogach O.V.</b> PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF MANIFESTATIONS OF IRRATIONAL THINKING HIGHER EDUCATION APPLICANTS WITH DIFFERENT LEVELS OF SELF-EFFICACY.....	130
<b>LEGAL PSYCHOLOGY; POLITICAL PSYCHOLOGY</b>	
<b>Drozdova L.V.</b> GENDER DIFFERENCES IN POLICE OFFICERS' MOTIVATION WHEN MAKING MISTAKES.....	137
<b>PSYCHOLOGY OF NATIONAL SECURITY AND SAFETY PSYCHOLOGY</b>	
<b>Kramar T.V., Skliarenko O.E.</b> WORLD EXPERIENCE IN REHABILITATION AND ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL WITH POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER.....	143
<b>Polishchuk L.M., Radaieva I.M.</b> THE CURRENT STATE OF EMERGENCIES OF A MILITARY CHARACTER AND THEIR EFFECTS ON THE HUMAN PSYCHOLOGY.....	149
<b>PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY</b>	
<b>Klymenko I.S.</b> ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL AND MEDICAL CHARACTERISTICS OF WAR VICTIMS IN UKRAINE.....	154

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 364.075.7

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/01>**Бойко А.О.**

ПВНЗ «Університет сучасних знань»

## ПСИХОЛОГІЯ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ

*Стаття присвячена дослідженню психології адаптації особистості в умовах воєнних дій. Визначено, що одне з найбільш серйозних випробувань, з яким стикається психіка людини в нинішніх умовах, обумовлене військовими конфліктами. Роль психологічних аспектів, які притаманні виживанню в цих ситуаціях, значно зростає, оскільки ознаки виживання як біологічного інстинкту зазнають таких змін, що набувають вигляду комплексної системи, яку складають адаптивні реакції та стратегії. Відколи триває російсько-українська війна, ця тема набуває все більшої значимості. В ситуації, коли відбуваються військові дії, характерною рисою смерті є не тільки потенційна можливість, а й нагальна реальність, яка диктує потребу в невідкладній психологічній адаптації. Є загальновідомим твердження, що війна ставить перед індивідами не тільки фізичну загрозу, а й психологічні виклики, які обумовлює те, що гинуть близькі люди, руйнується звичний спосіб життя та потрібно ухвалювати непрості моральні рішення, оскільки цього вимагають обставини.*

*З'ясовано, що в обставинах, які спричинені військовими конфліктами, відбувається охоплення психологічною адаптацією різних емоційних та когнітивних процесів, завдання яких – зберегти внутрішню рівновагу та ефективно взаємодіяти з непростими умовами життя. Необхідність цілісного психологічного аналізу стану громадян, які перебувають в ситуації, спричиненій тривалою російсько-українською війною, диктує комплексний вплив різних чинників. Вони полягають у тому, що особиста безпека перебуває під постійною загрозою, існує соціально-економічна нестабільна ситуація, розірвані соціальні зв'язки, втрачені житло або рідні, що виступає в ролі кумулятивних стресорів. Під таким тривалим впливом, який здійснюють стресори, може виникнути соматизація стресу й розвинутися психосоматичні розлади.*

*Підсумовуючи, можна стверджувати, що адаптація та психологічне відновлення в ситуації, коли військовий конфлікт триває довгий час, вимагають прийняття реальності наявних обставин, активної роботи над тим, щоб розв'язати поточні проблеми, збереження внутрішньої стійкості й оптимізму, та, передусім, усвідомлення того, наскільки важливо шукати особистий сенс та власні цілі навіть під час найбільш важких часів.*

**Ключові слова:** адаптація, психологія, особистість, воєнні дії, екстремальні умови, психологічне відновлення.

**Постановка проблеми.** У зв'язку з повномасштабним вторгненням РФ на територію України перед усім світом постав глобальний виклик, відбулася кардинальна зміна життя та долі українців. Через війну загинули тисячі громадян, були зруйновані житлові будинки та інфраструктурні об'єкти. Мільйонам людей довелося отримати статус внутрішньо переміщених осіб або біженців, котрі змушені залишити країну. Ті, хто зостався, повинні були взятися за мобілізацію всіх внутрішніх ресурсів, так чи інакше

приспосуватися до воєнної реальності й надовго опинитися в умовах надзвичайного (воєнного) стану. Тож адаптація українського соціуму до соціальної ситуації, зниження навантажень психологічного характеру й забезпечення населення психологічною допомогою нині виступають як одна з найбільш актуальних проблем

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дана проблематика висвітлювалася такими ученими як А. Альохін, Г.І. Галецька, Є. Головаха, Т. Гордовська, Е. Дубініна, Л. Коробка, Л. Литви-

нова, С. Макеєв, І. Овдій, Т. Оганезян, Н. Павлик, М. Павлюк, В. Предко, О. Сомова та іншими. До проблематики, що охоплює психологічне здоров'я у воєнних обставинах, потрібно застосовувати комплексний підхід, що полягає в об'єднанні різноманітних аспектів, притаманних психологічній підтримці та адаптації. І хоч завдяки наявним дослідженням та публікаціям існує важлива інформація та є джерело практичних порад, відчутно недостатній систематизований матеріал, в якому відбулося б поєднання теоретичних знань і практичного досвіду.

**Мета статті** – дослідження психології адаптації особистості в умовах воєнних дій.

**Виклад основного матеріалу.** У загальному розумінні поняття «адаптація» визначається як пристосування заради виживання. Завдяки процесу адаптації досягається оптимізація функціонування систем організму та його збалансованість в системі «людина – середовище». Успішність адаптації залежить, переважно, від особливостей та наявності індивідуальних ресурсів, адекватності й ефективності стратегій, що застосовує людина. Здатність до адаптації є, водночас, інстинктом власне життя та набутими навичками [2, с. 434].

Під час дослідження адаптаційної суті ми вдаємося до відокремлення термінів, якими позначаються психологічна й соціально-психологічна адаптація. Психологічну адаптацію здійснюють, пристосовуючи людину до вимог, які ставить суспільство під час того, як узгоджуються індивідуальні цінності й переконання та суспільні норми. Це проявляється в тому, що людина здатна адаптуватися до обставин, в яких їй доводиться перебувати, використовуючи фізіологічну, психологічну специфіку й генетичні чинники. Психологічну адаптацію людина проходить в таких різноманітних галузях життєдіяльності, як соціальна, соціально-психологічна, навчально-пізнавальна та професійна.

Внаслідок переживання людиною ситуації війни виникає травматичний стрес, при якому відзначаються такі ознаки як уповільнення розумових операцій, страх, занепокоєння, психічне напруження, що виникає у складних умовах повсякденного життя. Як наслідок, у людини виникають симптоми, які впливають на пізнавальну та когнітивну сфери особистості, а саме – послаблення функцій пам'яті, зменшення сенсорної чутливості, зниження самоконтролю, пасивність поведінки, депресивний розлад [4, с. 10].

В контексті медицини та психології, адаптація також асоціюється з процесом, який організм іні-

ціює у відповідь на стрес, відомий як загальний адаптаційний синдром. Цей синдром включає три основні стадії:

– реакція тривоги: ця початкова стадія характеризується миттєвою відповіддю організму на стресову ситуацію, активуючи «боротьбу або втечу» як реакцію організму. В цей період відбувається викид стресових гормонів, таких як адреналін і кортизол, що може призвести до підвищення артеріального тиску та частоти серцевих скорочень;

– резистентність: на цій стадії організм намагається відновити фізіологічну рівновагу та стабілізувати гормональний фон, порушений під час першої реакції. Якщо стресова ситуація припиняється, організм відновлює свій нормальний стан. Проте, при триваючому стресі, організм залишається в стані постійної напруги та готовності до відповіді на стрес;

– виснаження: якщо стрес триває занадто довго, організм може увійти в стадію виснаження, де ресурси для подальшої боротьби зі стресом вичерпуються. Ця стадія проявляється через фізичну та психічну втому, зниження ефективності адаптаційних механізмів, що може призвести до розвитку депресії, анкіозності чи інших серйозних проблем зі здоров'ям [7, с. 137].

Російсько-українська війна призвела до утворення екстремальних соціальних умов, що уявляють собою сукупність соціальних, економічних, технологічних, екологічних, організаційних, психічних і психофізіологічних чинників. Вони суттєво виходять за межі суспільних і природних норм, негативно впливають на життєдіяльність особистості, соціальних груп або всього суспільства [3].

Екстремальність умов бойових дій виражається в інтенсивності стрес-фактора, раптовості, небезпеці, тотальному впливі на великі групи людей, а також тривалим і важким плином постекстремальних психічних розладів. Екстремальні умови діяльності з психологічної точки зору характеризуються наявністю сильного психотравмуючого впливу подій і обставин на психіку військовослужбовця. Екстремальні умови можуть бути: могутні й однократні (застосування зброї, затримка озброєного злочинця, стихійне лихо); інтенсивні та багаторазові, що потребують періоду адаптації до постійно діючих джерел стресу (участь у бойових діях). В умовах бойових дій може зустрічатися критичний інцидент – ситуація, що викликає надзвичайно сильні емоційні реакції людини, що негативно впливають на вико-



нання обов'язків на місці подій або пізніше. До числа найбільш значимих стресорів відноситься ситуація, пов'язана з підвищеним ризиком для життя. Травматичною стресовою подією є подія, що виходить за рамки звичайного людського досвіду. Вона є надзвичайно сильною і небезпечною для життя і здоров'я: серйозна погроза для життя або фізичної цілісності; серйозна погроза чи шкода дітям, дружині чи іншим близьким людям; видовище того, як інша людина одержує серйозну травму чи була убита в результаті нещасного випадку чи акту насильства. Оцінюючи особливості бойового стресу в умовах локальних війн останніх років, можна виділити наступні їхні характеристики: тривалість відриву від батьківщини, незвична географічна, кліматична й культурна обстановка, особливості взаємин із місцевим населенням, недостатність інформації про реальну військово-політичну обстановку, її динамічність та важкість прогнозування, невідомість поняття «супротивник», відсутність чіткого поділу фронту і тилу. Різниця у впливах екстремальних ситуацій на військовослужбовців та інших людей визначається тим, що для останніх властиво шукати який-небудь притулок і намагатися уникнути небезпеки, військовослужбовець же не має на це право і змушений свідомо знаходитися в цій ситуації і сприяти її вирішенню [6].

Психологічний стан населення в таких умовах характеризується високим рівнем стресу, що має масовий характер та супроводжується рядом негативних психофізіологічних симптомів. Наслідком цього є поширення стресових реакцій, які мають як загальні, так і індивідуальні прояви, відображаючи різноманітність стратегій адаптації до екстремальних умов [8].

При переживанні особистістю ситуації війни можна виділити загострення таких соціальних загроз:

1. Загроза втрати життя і здоров'я. Внаслідок війни відбувається активізація та прояви вітальних страхів – це біль, підвищення смертності, почуття безсилля та знесилення, почуття самотності, що провокує самогубства. При наявності реальної загрози життю під час війни, інформаційного тиску і також посиленому впливу суперечливої інформації або відсутності достовірної інформації збільшується ймовірність виникнення психічних розладів у населення України. Психічні реакції на умови виникнення загрози психофізичній безпеці особистості мають широку варіативність: від тривоги до складних реакцій дезадаптації [1, с. 314].

2. Зміна життєвого укладу, яка характеризується тимчасовою або постійною зміною, втратою постійного місця проживання, що сприяє погіршенню особистістю відчуття безпеки на території України та за її межами. Це значно вплинуло на психологічний та фізіологічний стан здоров'я українців. Збільшенню психологічної напруженості сприяє і неможливість спілкування з близькими людьми та родичами внаслідок обмежень пересування між країнами і населеними пунктами всередині держави. Вказані зміни можуть викликати негативні емоції: гнів, злість, тривогу, смуток, нудьгу, тугу, що створюють стресові ситуації та загрожують внутрішньо-особистісній безпеці [9].

Прояв психологічного стану, який притаманний особистостям та соціальним групам під час екстремальних ситуацій, має форму певної реакції на вплив дуже несприятливих обставин. Цей стан не володіє статичністю. Він змінюється в ході кількох етапів. Перший етап характеризується шоком, заціпенінням, потрясінням, істерикою, страхом, стресом. Під час руйнування усталених життєвих правил нова ситуація сприймається людиною як абсурдна, її мислення переживає порушення логіки, свідомість – звуження, відбувається зосередження уваги на тому, яким чином врятуватися, людина активно шукає будь-яку форму виживання, що можлива у відповідних обставинах. Протягом певного періоду в людини з'являється позабудений досвід і вона частково адаптується.

На другому етапі спостерігаються дистрес, емоційне вигорання, розгубленість, безпорадність, невпевненість у завтрашньому дні, але взаємодія з оточуючим світом не зводиться лише до емоційних реакцій. Людина намагається впоратися з собою, оцінити ситуацію, визначити своє місце в системі соціальних відносин, але не може повністю адаптуватися. Повністю подолати комплекс негативних емоцій можливо лише за умови виходу із зони екстремальних умов. Тому, людина та суспільство в цілому переходять у стан очікування що трактується як соціально-психологічний процес, що супроводжує період реалізації прогнозу, передбачення, пророцтва, в які вони повірили [3].

У стратегіях, присвячених тому, як подолати непрості життєві обставини, міститься опис різних підходів та методів, які використовуються людьми, аби здійснювати керування стресовими випадками та формувати реакцію на труднощі. Основою класифікацій цих стратегій може висту-

пати їхня спрямованість на об'єкти у вигляді емоцій або конкретних проблем, що залежить від їхнього намагання змінити або сприйняття, або поведінку, а ще від того, наскільки вони ефективні.

До стратегій, що сприяють адаптації та психологічному відновленню в умовах тривалої війни, належать:

- трансформаційні стратегії, які ґрунтуються на усвідомленні та контролі над ситуацією через когнітивне переосмислення, встановлення цілей, планування дій та «ментальні прогони» майбутніх дій;

- стратегії пристосування, котрі включають зміну особистісних характеристик або ставлення до ситуації, наприклад, через позитивне переосмислення подій або ідентифікацію з успішними особистостями чи групами;

- допоміжні стратегії самозбереження, які можуть включати захисні механізми, такі як уникнення або заперечення важких ситуацій;

- саморуйнівні стратегії, такі як зловживання алкоголем, наркотиками або суїцидальні дії, є деструктивними та мають негативний вплив на індивіда;

- емоційні стратегії, котрі проявляються як пасивний супротив змінам, що може ускладнити адаптацію до нових обставин і спричинити внутрішні конфлікти або навіть неврози;

- когнітивні стратегії, які залучають активне переосмислення ситуації та пошук нових шляхів вирішення, сприяючи творчому підходу до життя та адаптації [5].

Коли війна триває довгий час, перед індивідами постає непросте завдання – адаптуватися до незвичних обставин, які нерідко є екстремальними. В адаптивного процесу багато граней, він змушує людину володіти самоаналізом, визначати особистісний ресурс та вибирати адекватні стратегії, що допоможуть реагувати на події стресового характеру. Однак в умовах, коли особі необхідно жити в умовах тривалого стресу, спричиненого війною, самостійно встановити оптимальний спосіб адаптації може бути складно. Обмеження вибору стратегії може бути обумовлене внутрішніми конфліктами, страхами, невизначеним майбутнім та низькою самооцінкою. Часом через наявність індивідуальних особистісних рис чи відсутню суспільну підтримку можуть виникнути перешкоди у виборі тих стратегій адаптації, які вважаються продуктивними. Тож соціальній підтримці, доступній психологічній допомозі та

розвитку компетенцій особистості відводиться основна роль у процесі, під час якого зростає адаптивний людський потенціал у воєнних умовах.

**Висновки.** Отже, українському суспільству, що протягом тривалого часу перебуває у воєнних умовах, вдається поступово адаптуватися до нинішньої воєнної реальності, в нього з'являється особливий травматичний досвід. Найбільш серйозна проблема, на яку вказують більшість українців, пов'язана з психологічним здоров'ям. Ключові ознаки, якими характеризується нинішній негативний психологічний стан українців, полягають у тому, що:

- масово й невинно збільшуються психотравми, зокрема дитячі;

- психологічна культура людей перебуває на низькому рівні;

- не вистачає підготовлених психотерапевтів-професіоналів, які володіють вмінням роботи з травмою воєнного характеру;

- відсутні в потрібній кількості довготривалі програми, завдяки яким можуть відновлюватися люди, що мають травматичний досвід;

- недостатнє якісне обладнання та підходи для того, щоб українцям проводити психодіагностику;

- суспільство, психологічна та медична служби не готові до того, що військові повертатимуться в соціум;

- існують окремі ознаки того, що українці поляризуються на тлі об'єднання під час боротьби з ворогом;

- життя, що має настати після того, як буде здобута перемога, характеризується завищеними очікуваннями (багатьма українцями життя відкладається на потім).

Отже, необхідність подолати сформульовані вище проблеми, бачиться як актуальне завдання, що стоїть перед державою і громадянським суспільством. Їх необхідно глибше дослідити, знайти ефективні шляхи, аби їх розв'язати. Традиційно психологічною адаптацією населення відбувається охоплення емоційних процесів, що разом із когнітивними спряють, аби людина та змінне навколишнє середовище ефективно співпрацювали, щоб індивід практикував засвоєння нових поведінкових стратегій та розвиток інструментів, завдяки яким впорядковується стрес. Підсумовуючи, можна стверджувати, що адаптація та психологічне відновлення в ситуації, коли військовий конфлікт триває довгий час, вимагають прийняття реальності наявних обставин, активної роботи над тим, щоб розв'язати поточні проблеми, збе-

реження внутрішньої стійкості й оптимізму, та шукати особистий сенс та власні цілі навіть під передусім, усвідомлення того, наскільки важливо час найбільш важких часів.

#### Список літератури:

1. Альохін А.Н., Дубініна Е.А. Пандемія: клініко-психологічний аспект. *Артеріальна гіпертензія*. 2020. № 26(3). С. 312–316.
2. Галецька І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету*. 2003. Вип. 5. С. 433–442.
3. Головаха Є., Макеев С. Українське суспільство в умовах війни. 2022: колективна монографія. Київ: Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
4. Гордовська Т.І. Конструкт моральної травми та його концептуальний зміст. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2021. № 4. С. 7–16.
5. Коробка Л.М. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/705075/1/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BA%D0%B0\\_c%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F\\_%D0%9A%D0%94%D0%A3.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/705075/1/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BA%D0%B0_c%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F_%D0%9A%D0%94%D0%A3.pdf).
6. Павлик Н.В. Психологічна адаптація особистості в екстремальних умовах військової діяльності. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/719971/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB.%20%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82.-%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD.pdf>.
7. Павлюк М.М., Овдій І.В. Психологічна адаптація військовослужбовців Збройних Сил України. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022, № 6 (70). С. 134–142.
8. Сомова О.О., Предко В.В. Вплив війни на зміну рівня стресу та стратегій збереження життєстійкості українців. *Психологія національної безпеки та безпеки життєдіяльності*. 2022. № 4. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/16>.
9. Lytvynova L., Oganessian T. Річниця російсько-української війни (2022-2023 pp.): психологічне переживання фізичної безпеки особистості. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/download/462/12537/26210-1?inline=1>.

#### Boyko A.O. PSYCHOLOGY OF PERSONALITY ADAPTATION IN THE CONDITIONS OF MILITARY ACTIONS

*The article is devoted to the study of the psychology of personality adaptation in the conditions of military operations. It was determined that one of the most serious tests that the human psyche faces in the current conditions is caused by military conflicts. The role of psychological aspects, which are inherent in survival in these situations, increases significantly, because the signs of survival as a biological instinct undergo such changes that they take the form of a complex system consisting of adaptive reactions and strategies. Since the Russian-Ukrainian war continues, this topic is gaining more and more importance. In a situation where military actions take place, death is not only a potential possibility, but also an urgent reality that dictates the need for urgent psychological adaptation. It is a well-known statement that war poses not only a physical threat to individuals, but also psychological challenges, which are determined by the fact that loved ones die, the usual way of life is destroyed, and difficult moral decisions have to be made, because the circumstances require it.*

*It has been found that in the circumstances caused by military conflicts, various emotional and cognitive processes are covered by psychological adaptation, the task of which is to maintain internal balance and effectively interact with difficult life conditions. The need for a comprehensive psychological analysis of the state of citizens who are in a situation caused by the long Russian-Ukrainian war dictates the complex influence of various factors. They consist in the fact that personal safety is under constant threat, there is a socio-economic unstable situation, severed social ties, lost housing or relatives, which act as cumulative stressors. Under such a long-term influence exerted by stressors, somatization of stress may occur and psychosomatic disorders may develop.*

*In summary, it can be argued that adaptation and psychological recovery in a situation where a military conflict continues for a long time requires accepting the reality of the existing circumstances, actively working to solve current problems, maintaining internal stability and optimism, and, above all, realizing that, how important it is to find personal meaning and purpose even during the most difficult times.*

**Key words:** adaptation, psychology, personality, military operations, extreme conditions, psychological recovery.

**Дробот О.В.**

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

**Пушкар О.А.**

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

## ОСОБЛИВОСТІ БІОЛОГІЧНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ДЕТЕРМІНАЦІЇ КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ ОСОБИСТОСТІ

*В статті подано дослідження особливостей біологічної й соціальної детермінації когнітивного стилю. Встановлена етимологія терміну «стиль», здійснено аналіз теоретичних підходів щодо формулювання терміну «когнітивний стиль». В тому числі зауважується, що на сучасному етапі в психологічній науці когнітивні особливості досліджуються як значущі складові індивідуальності людини, в котрих природні й соціальні ознаки, організм й особистість тісно взаємодіють та виявляються як єдине ціле. Когнітивні стилі, виконуючи регулятивне забезпечення психічної активності індивідуальності, виявляються в усіх галузях людського життя, що й спричиняє зацікавлення, яке збільшується, зазначеною проблемою. Попри значне число теоретичних напрацювань, прослідковується брак стабільної сформованої системи точок зору щодо осмислення когнітивного стилю особистості, розбіжність певних положень в існуючих підходах до зазначеної проблеми, існує необхідність в узагальненні й систематизації великої кількості фактів, які накопичені в різних сферах психологічної науки. Показано, що на сучасному етапі дослідження когнітивних стилів відзначаються переважно особистісно-орієнтованим підходом, тому що в сучасному соціумі значно збільшується значення людини як організатора власного життя, збільшується ціна людських помилок та затребуваність її творчого потенціалу. Все зазначене зумовлює суттєве зростання вимог до особистості як в професійному, так і в особистісному контексті.*

*Базисом наступних наукових пошуків варто визнавати підхід, що формулює когнітивні стилі як індивідуально специфічні методи опрацювання відомостей щодо свого оточення у формі відмінностей стосовно сприйняття, аналізу, структурування, категоризації й оцінки того, що здійснюється. Це і вважається тим унікальним природним інтелектуальним потенціалом, який властивий кожній особі. Внаслідок теоретичного розгляду терміну «когнітивний стиль» автори окреслили перспективи наступних досліджень, зокрема встановлення рівня впливу когнітивного стилю особистості на утворення самозбережувальної поведінки.*

**Ключові слова:** особистість, стиль, когнітивний стиль, біологічна детермінація, соціальна детермінація.

**Постановка проблеми.** Психологія когнітивних стилів утворилася з кінця психології пізнання та психології особистості. Понад те, стильові дослідження спершу пов'язувалися з ціллю дати пояснення особистості і спрогнозувати її поведінку у формі дослідження індивідуально-своєрідних способів організації пізнавальної діяльності. По мірі того, як розгоргалися стильові дослідження, послідовно нагромаджувалися факти про те, що когнітивні стилі належать до основних характерних ознак індивідуальності, про що вказував їхній міцний зв'язок як із біологічними, так і з соціальними чинниками.

Когнітивні стилі, порівняно з іншими психічними структурами, передбачають психофізіоло-

гічні особливості пізнавальних процесів. При цьому, у психофізіологічній основі лежать міжпівкульна асиметрія та взаємодія. В той же час чимало досліджень з даної проблематики свідчать про те, що когнітивні стилі перебувають у тісному взаємозв'язку із переважанням лівої або правої півкулі головного мозку, що підтверджується багатьма показниками.

На жаль, можна спостерігати, що дана проблематика на сьогодні не достатньо розроблена, лише окремі її аспекти щодо зв'язку із біологічними, так і з соціальними чинниками напрацьовано А. Балицькою [1], І. Заюковим [5] та Ю. Таймасовим [10].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Розвиток когнітивного стилю були досліджені різними вітчизняними та зарубіжними науковцями, серед яких Дж. Айзер [13], К. Бензігер [12], С. Бондар [2], С. Гончаренко [3], Д. Гуденаф [17], Т. Дегтяренко [4], М. Дейвіс [16], Р. Каламаж [6], Л. Кондратенко [3], П. Мілнер [15], С. Пал [13], Н. Пилявець [7], Є. Потапчук [7], Ю. Прінс [13], О. Пушкар [8], В. Синишина [9], Т. Стоун [16], Х. Уїткін [17], Х. Шишкіна [11]. Вітчизняними вченими (С. Бондар [2], С. Гончаренко [3], Т. Дегтяренко [4], Р. Каламаж [6], Л. Кондратенко [3], Н. Пилявець [7], Є. Потапчук [7], О. Пушкар [8], В. Синишина [9], Х. Шишкіна [11]) окреслюється проблематика визначення поняття «когнітивний стиль» та їх вплив на життєздатність особистості, зарубіжні науковці (Дж. Айзер [13], К. Бензігер [12], Д. Гуденаф [17], М. Дейвіс [16], П. Мілнер [15], С. Пал [13], Ю. Прінс [13], Т. Стоун [16], Х. Уїткін [17]) досліджували зв'язок когнітивних стилів з особистісними характеристиками.

**Метою статті є** дослідження особливостей біологічної та соціальної детермінації когнітивного стилю. Для досягнення даної мети потрібно вирішити наступні завдання:

- провести теоретичний аналіз наукових підходів щодо формулювання терміну «когнітивний стиль»;

- проаналізувати особливості біологічної та соціальної детермінації когнітивного стилю особистості.

**Виклад основного матеріалу.** Як зазначають Н.І. Пилявець та Є.М. Потапчук, «поява поняття «стиль» у системі психологічних категорій викликала інтерес, пов'язаний зі зростанням очікувань щодо поглиблення наших знань про природу людського інтелекту. Протягом багатьох десятиліть результати стильових досліджень інтерпретувалися через призму певного вихідного змісту, який вкладався в поняття «стиль». Варто зазначити, що стиль – це свідчення певної унікальності, відмінності від безлічі інших людей, наявність якої беззастережно характеризує власника стилю (в одязі, манері поведінки, художній майстерності або науковій творчості) як людину з певним рівнем душевної організації. З точки зору своєї вихідної етимології слово «стиль» (Stylos – грец.) означає паличку для писання на воскових дошках із гострим і тупим кінцями (тупим кінцем стирали неправильно написане). Цікаво, що вже в початковому метафоричному значенні стиль – це можливість одночасної участі в діяльності двох протилежних за

змістом якостей, рівною мірою необхідних для її успіху. Поняття когнітивного стилю як індивідуального способу переробки інформації, який характеризує специфіку ментальної організації конкретної людини й відмінні риси її інтелектуальної поведінки, народилося на стику психології особистості та психології пізнання. Ця обставина зумовила його суперечливий характер. За рахунок слова «стиль» воно набувало якісно-метафоричного відтінку, створюючи ілюзію появи універсального пояснювального принципу, тоді як слово «когнітивний» повертає його на рівень емпіричних фактів, що змушують шукати пояснення особистості через індивідуальні когнітивні виміри» [7, с. 119–120].

Як теоретичний конструкт когнітивний стиль, на думку С.І. Бондар, «включає, по-перше, взаємодію пізнавальної (когнітивної) та особистісної складових при вирішенні суб'єктом проблемної ситуації, а по-друге, пояснює особистісний фактор тим, що пізнавальні структури входять до структури особистості, що забезпечує індивідуальну стійкість когнітивного стилю як способу пізнання і діяльності. Дослідники в психології пізнавальних процесів на перше місце висувують диференційно – психологічний аспект, а саме: дослідження індивідуальної специфіки процесів переробки інформації, яка в загальному вигляді визначається як когнітивний стиль. Індивідуальні відмінності у способах отримання і відтворення інформації, прийомах аналізу і структурування свого оточення і т. ін. в свою чергу, утворюють деякі типові форми когнітивного реагування, відносно яких групи людей виявляються схожими і відрізняються одна від одної. Таким чином, поняття когнітивного стилю використовується для того, щоб визначити і міжіндивідуальні відмінності в процесах переробки інформації, і типи людей в залежності від особливостей їх когнітивної організації. Визначення когнітивного стилю трактується через категорію індивідуальності: когнітивні стилі – стійкі індивідуальні особливості пізнавальних стратегій, формальна характеристика індивідуальності» [2, с. 14].

Існує думка Х.Ю. Шишкіної, що когнітивні стилі це – «індивідуально своєрідні способи обробки інформації про актуальну ситуацію: її сприйняття, аналіз, категоризація, оцінка і т.ін.. Вони характеризуються як когнітивні утворення організуючого порядку, що пов'язують між собою функціонування пізнавальних процесів (пам'ять, сприймання та мислення), створюючи певні

рамки для мотиваційних впливів і потреб. Тому вони виконують контролюючу функцію, забезпечуючи реальні форми адаптаційної активності. Відтак, на наш погляд, когнітивні стилі як способи обробки інформації безпосередньо пов'язані з інформаційними потребами, що визначають свідомі ставлення до інформації. Інакше кажучи, свідомі та індивідуальні ставлення до інформації мають тісний зв'язок між собою у структурі інформаційної позиції» [11].

В.М. Синишина у своїй статті зазначає, що «однією з найгостріших проблем психології, безумовно, є проблема індивідуальних психічних відмінностей між людьми. Протягом багатьох років науковці-психологи приділяли велику увагу когнітивним стилям. Головною причиною цього інтересу є те, що когнітивні стилі всебічно забезпечують зв'язок між пізнавальними процесами та явищами і особистістю і через це є синергетичним феноменом, що знаходяться на стику психології пізнання та психології особистості. Також інтерес до когнітивних стилів обумовлений можливістю впровадити більш ефективні та продуктивні методи освітньої діяльності. У процесі навчання взаємодія учня чи студента з навчальною ситуацією залежить не лише від зовнішніх, а й від внутрішніх факторів, до яких у першу чергу належать когнітивно-стильові характеристики особистості, що і зумовлює у майбутньому стилі учіння. Незважаючи на те, що проблема стильового підходу в психології має досить тривалу історію, вона все ж носить суперечливий характер, тому вивчення індивідуальних психічних відмінностей у сприйнятті, запам'ятовуванні та обробці інформації до сих пір залишається слабо розробленою проблемою та викликає особливий науковий інтерес» [9, с. 399].

Стосовно проблематики формування когнітивного стилю у відповідності із розвитком особистості Х. Уіткін та Д. Гуденаф зазначають, що «особливе значення має зрілість механізмів інтелектуального функціонування, що визначає виразність того або іншого полюсу когнітивного стилю. Когнітивні стилі, будучи одним із рівнів регуляції інтелектуальної діяльності, відповідальні за керування процесом переробки інформації, водночас можуть розглядатися як особливі інтелектуальні здібності, що формуються та розвиваються в процесі становлення особистості. Когнітивні стилі можуть змінюватися під впливом інтелектуального навантаження, інструкції, навчання, освоєння професійних навичок тощо» [17, с. 27].

На сьогоднішній день у когнітивній психології існують різноманітні пошуки новітньої теорії на основі коннекціонізму. С.А. Гончаренко та Л.О. Кондратенко вважають, що «жодних вроджених когнітивних здібностей не існує, а організм поступово сам навчається відображати випадкові події і зв'язки, які існують в оточуючому світі; «теорія теорій» намагається поєднати уявлення про певні вроджені передумови розвитку з впливом середовища. При цьому значна увага приділяється вивченню впливу середовища безпосередньо на мозок людини. Ці дослідження дають багато цікавих матеріалів до роздумів. Зокрема уже доведено:

1. Особливості матеріалу, з яким контактують піддослідні тваринки, та дії, які їм доводиться найчастіше здійснювати в період свого зростання, викликають формування більшої кількості синапсів у різних частинах кори головного мозку.

2. Зміни у формуванні синапсів, викликані тим чи іншим досвідом, супроводжуються змінами у постачанні мозку кров'ю і в астроцитах.

3. Незвичне оточення веде до аномальної нейронної активності, яка здатна формувати незвичні зв'язки в корі головного мозку, створювати альтернативну нейронну організацію, яка дозволяє діяти у «незвичному» і навіть «анормальному» оточенні.

4. Нормальний досвід у відповідний цьому досвіду час призводить до нормальної мозкової активності, яка формує типові зв'язки в корі головного мозку. Аномальний досвід або відсутність досвіду у відповідний час призводить до атипових зв'язків» [3, с. 95].

Різницю в розподілі психічних функцій між правою і лівою півкулею теж називають функціональною асиметрією мозку. Функціональна асиметрія мозку – це одна з найбільш значущих психофізіологічних особливостей, які спричиняють ті або інші ознаки індивідуальності. Вона формує характер сприйняття, емоційну сферу особистості, запам'ятовування, стратегію мислення. Визначивши вид міжпівкульної асиметрії, можливо спрогнозувати, приміром, які проблеми очікують на людину в тій або іншій діяльності.

Погоджуємося із думкою Т.В. Дегтяренка, що «існуюче різноманіття уявлень про періодизацію розвитку психіки, може бути об'єднане на базі психофізіологічного підходу і при цьому етапність розвитку функціональної асиметрії півкуль мозку в онтогенезі може виступати тим провідним чинником, що пояснює закономірності віко-

вої динаміки психічного розвитку дитини. При цьому доцільно розглядати функціональну асиметрію півкуль не тільки в аспекті міжпівкульових відносин (латеральна, якісна асиметрія), але і внутрішньопівкульових взаємодій (інтегральна, кількісно-топографічна асиметрія) у рамках синтетичної домінантної моделі міжпівкульової взаємодії. Становлення функціональної асиметрії півкуль на різних етапах онтогенезу виступає в ролі провідного механізму вікового розвитку психіки дитини. Формування функціональної асиметрії півкуль має безперечний зв'язок з віковими особливостями сприйняття і мислення, які лежать в основі становлення типологічних особливостей особистості, зокрема з розвитком індивідуально-типового когнітивного стилю (перцептивні стратегії, що віддають перевагу при обробці інформації), що позначається на інтелектуальному стилі особистості, а також ширше – на формуванні індивідуального стилю діяльності» [4].

Зарубіжні науковці Дж. Айзер, С. Пал та Ю. Прінс виділяють три «типи функціональної організації півкуль мозку:

- рівнопівкульний, при якому немає явного домінування одного з півкуль;
- домінування лівої півкулі;
- домінування правої півкулі» [13, с. 79].

Домінування однієї з півкуль зумовлює схильність до певним функціональним особливостям домінуючої півкулі. На думку Б.Л. Лівер «когнітивні стилі відображають особливості розумових процесів, які, у свою чергу, залежать від типу функціональної організації півкуль мозку» [14]. У зв'язку з цим науковець виділяє «дві метаструктури когнітивних стилів: синоптики та ектеніки» [14, с. 125]. Назва полюсів даної моделі засновані на поняттях «синопсис» та ектазія, запозичених з грецької мови. «Синопсис» означає цілісний процес, а «ектазія» - процес, що складається з безлічі окремих елементів. Б.Л. Лівер та М. Ерман на підставі результатів своїх досліджень виділили когнітивні стилі, що є на них погляд найбільш інформативні. Ці стилі були поділені на синаптичні та ектазовані, залежно від ступеня усвідомленості бажаного чи необхідного контролю вчення [8].

До полюса синоптичних стилів зарахували полenezалежність, полenezчутливість, довільність, глобальність, індуктивність, синтез, абстрактність, цифрове мислення, згладжування, імпульсивність; до полюса ектазованих стилів віднесено полenezалежність, полenezчутливість, систематичність, детальність, дедуктивність, аналіз,

конкретність, аналогове мислення, загострення, рефлексивність. Іншими словами, синоптики, орієнтовані на цілісне сприйняття відомостей, простежується домінування правої півкулі, а в ектеніків, здійснюють аналіз одержаної інформації, – лівої півкулі.

Р.В. Каламаж емпірично доведено, що «когнітивні стилі функціонують не ізольовано, а перебувають у структурних взаємовідносинах між собою. Вони можуть бути згруповані в окремі категорії залежно від інформаційного рівня, на якому вони функціонують, та залежно від виконавчорегуляторних функцій, які вони виконують. Ціла низка досліджень зарубіжних та вітчизняних психологів присвячена взаємозв'язкам між когнітивними стилями та когнітивними процесами: пам'яттю, увагою, метакогніцією тощо. Одним із варіантів вирішення проблеми про взаємозв'язки когнітивних стилів є спроби побудувати багатомірні моделі класифікації когнітивних стилів, й зокрема у їх співвіднесенні із когнітивними процесами. Ці моделі мають переважно теоретичний характер й базуються на виділенні якісних критеріїв взаємозв'язку тих чи інших параметрів стилю, що дозволяє певною мірою подолати лінійну кореляційну аргументацію щодо зв'язків між стилями» [6].

Інший дослідник К. Безінгер у своєму дослідженні також намагалася «об'єднати індивідуальні особливості когнітивних функцій та специфіку півкульової переваги. В основі цієї моделі лежить не тільки поділ головного мозку на праву та ліву півкулі, а поєднання вираженості функції лівої та правої півкулі та її лобних та задніх відділів. У цій моделі також зроблено спробу представити когнітивні стилі двома основними структурами – аналітичною та холістичною» [12].

Ці структури відзначаються особливостями, що співвідносяться із переважанням функції лівої чи правої півкулі: холістична з переважанням правої півкулі, оскільки йому властиве цілісне сприйняття й налагодження інформації, аналітична – із переважанням лівої півкулі, котрій приманний закономірний аналіз особливостей об'єкта. Між двома моделями, про які зазначається вище, синоптики-ектеніки й аналітичність-холістичність, можливо встановити аналогію.

Холістичний когнітивний стиль, подібно до синоптичного, орієнтований на сприйняття інформації в цілісному вигляді. Холістам, як і ектенікам, насамперед варто усвідомити взаємозв'язок між об'єктами і явищем, а також зважати на контекст, в котрому вони досліджуються. Суб'єкти, що

мають аналітичний когнітивний стиль, як і з екстерналізований, здійснюють розгляд об'єктів і явищ згідно зі своїми внутрішніми законами, без їхньої взаємодії з середовищем. У фокус їхньої уваги об'єкт попадає відокремлено від решти світу, інакше кажучи, досліджується об'єкт як такий. Таким чином, зазначені обидві моделі поєднують усе різноманіття когнітивних стилів у цілісний або роздроблений спосіб сприйняття інформації.

Сентенція Р. Декарта, «*cogito ergo sum*» (лат.), формує основу раціонального пізнання навколишнього світу. Отже, ініціюючи формування асоціативно-інтуїтивних ланцюжків, що названі думками у свідомості людей, здійснюючи регулювання їхньої взаємодії, когнітивна система встановлює власне існування суб'єкта, його особи в системі координат буття.

Вивчаючи фізіологічний аспект когнітивного процесу, П.М. Мілнер виділяє «два підходи до його аналізу. Один із них спрямований на виявлення процесів, що відбуваються в нервовій системі під час навчання. Другий визначає тип нервових зв'язків, необхідних для того, щоб відповідна інформація зберігалася та зчитувалася коли слід, так щоб її можна було використовувати формування пристосувальної поведінки» [15, с. 63]. І коли перший, ймовірно, умовно надає пріоритет когнітивним психологам, то другий визначає фізіологічним психологам нейробіологічного спрямування.

Варто зауважити не тільки на помітному збереженні протягом паралельного вивчення когнітивного процесу в згаданих напрямках, а й на певній їхній конкуренції. Так, наприклад, Т. Стоун і М. Девіс виходячи з «погано зрозумілого зв'язку між когнітивним моделюванням та теорією про когнітивні процеси з одного боку та актуальним вивченням фізичного мозку з іншого» [16, с. 654], безпосередньо протиставляють підсумки нейробіологічних досліджень моделям когнітивної психології, ставлять під сумнів її методологію досліджень, методологічний базис. То більш цінними вважаються кроки щодо інтеграції зазна-

чених векторів, погодження психологічних моделей, когнітивного процесу з уявленнями стосовно функціонування біологічної системи людини, її нервової системи й головного мозку.

Як видно під час розвитку головного мозку людини через утворення у ньому нейронних ланцюжків, які мають різний рівень складності, в унікальних кількісній та якісній пропорціях, його емоційно-ментальні стани переплавляються, наче в тиглі, зумовлюючи індивідуальний неповторний комплекс інтелектуальних (когнітивних) здібностей та когнітивних стилів.

**Висновки.** Згідно меті було здійснено дослідження особливостей біологічної та соціальної детермінації когнітивного стилю особистості. Отже, когнітивний стиль в секторі соціальної перцепції виражається як визначений синдром, який містить диференційовані якості особистості, що застосовуються нею для оцінки себе й інших людей. Чіткість того або іншого когнітивного стилю, який обумовлює своєрідність поведінки особистості, її сприйняття навколишнього світу й самої себе, вказує на існування специфічних індивідуальних механізмів регулювання інтелектуальної діяльності, які перебувають «всередині» досвіду особи.

Отже, когнітивний стиль у сфері соціально-біологічному сприйнятті слід розглядати в якості своєрідного синдрому, який виражає диференційовані якості людини, якими вона користується для самооцінки чи оцінки інших людей. Переважання певного когнітивного стилю, який визначає специфіку людської поведінки та її світогляд, свідчить про присутність своєрідних персональних механізмів регулювання інтелектуальної діяльності виходячи із досвіду індивідуума.

*Перспективою подальших досліджень* вважаємо визначення впливу когнітивних стилів на життєдіяльність особистості, на її можливість вирішувати складні ситуації, а також на формування самозбережувального поведіння, що є достатньо актуальним в сучасних умовах.

#### Список літератури:

1. Балицька А.А., Ангеловська І.В. Модель фахівця оперативно-рятувальної служби цивільного захисту. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького*. 2019. № 4. С. 96–101.
2. Бондар С.І. Когнітивний стиль як індивідуальна стратегія переробки інформації особистістю. *Вісник Харківського Університету*. 2000. № 498. С. 13–17.
3. Гончаренко С.А., Кондратенко Л.О. Психологічна діагностика особливостей когнітивного розвитку молодших школярів в умовах інформаційного суспільства: монографія. К.-Кіровоград : ІмексЛТД, 2014. 228 с.
4. Дегтяренко Т. В. Вікова динаміка когнітивного розвитку дитини в концепті психофізіологічного підходу. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/9\\_2011/20.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/9_2011/20.pdf).



5. Заюков І.В., Кобилянський О.В., Марченко А.В. Застосування інноваційних методів навчання в освіті дорослого населення України. *Наукові записки ВДПУ ім. М. Коцюбинського*. 2014. Вип. 41. С. 23–27.
6. Каламаж Р.В. Когнітивно-стильовий вимір у психологічних дослідженнях. URL: [https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/1443/1/Kalamazh\\_130912.pdf](https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/1443/1/Kalamazh_130912.pdf).
7. Пилявець Н.І., Потапчук Є.М. Сучасні підходи до визначення поняття «когнітивний стиль особистості». *Габітус*. 2021. Випуск 26. С. 117–121.
8. Пушкар О.А. Біологічна та соціальна детермінація когнітивного стилю. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-45.pdf#page=357>.
9. Синишина В.М. Вплив когнітивно-стильових характеристик пізнавальної сфери на життєздатність особистості. *Наукові перспективи*. 2022. № 10 (28). С. 395–409.
10. Таймасов Ю.С. Здоровий спосіб життя як вияв самозбереження фахівців служби цивільного захисту. *Інноваційна педагогіка*. 2018. Випуск 4. С. 66–69.
11. Шишкіна Х.Ю. Інформаційна позиція як чинник соціально-психологічної зрілості студентів: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психологічних наук. Луцьк: Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2013. 196 с.
12. Benziger K. The Physiology of Type: Introversion and Extraversion, Benziger Thinking Styles Assessment. K. Benziger 1999. URL: [www.benziger.org/articlesIng/?p30](http://www.benziger.org/articlesIng/?p30).
13. Eiser J.R., Pahl S., Prins Y.R.A. Optimism, pessimism and the direction of Self–Other comparisons. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2001. Vol. 37, no. 1. P. 77–84.
14. Liver Betty Lou. Methodology of individualized training foreign language, taking into account the influence of cognitive styles on the process of its assimilation: dis. for the Candidate of Science degree. ped. Sciences: 13.00.02. 2000. 203 p.
15. Milner P.M. The discovery of self-stimulation and other stories. *Neurosci Biobehav Rev*. 1989. № 13. P. 61–67.
16. Stone T., Davies M. Chapter 20. Theoretical issues in cognitive psychology. *Cognitive Psychology*. 2012. P. 639–679.
17. Witkin H.A., Goodenough D.R. *Cognitive Styles: Essence and Origins*. Field dependence and field independence. N.Y., 1982. 125 p.

#### **Drobot O.V., Pushkar O.A. FEATURES OF THE BIOLOGICAL AND SOCIAL DETERMINATION OF THE COGNITIVE STYLE OF THE PERSONALITY**

*The article presents a study of the peculiarities of biological and social determination of cognitive style. The etymology of the term «style» was established, the analysis of theoretical approaches to the formulation of the term «cognitive style» was carried out. In particular, it is noted that at the current stage in psychological science, cognitive features are studied as significant components of human individuality, in which natural and social characteristics, organism and personality closely interact and appear as a single whole. Cognitive styles, carrying out the regulatory provision of the mental activity of the individual, are found in all areas of human life, which causes interest, which increases, in the specified problem. Despite a significant number of theoretical studies, there is a lack of a stable formed system of points of view regarding the understanding of the cognitive style of an individual, the divergence of certain provisions in the existing approaches to the specified problem, there is a need to generalize and systematize a large number of facts that have been accumulated in various areas of psychological science. It is shown that at the current stage of research cognitive styles are marked mainly by a person-oriented approach, because in modern society the importance of a person as an organizer of his own life increases significantly, the price of human errors and the demand for his creative potential increases. All of the above leads to a significant increase in the demands on the individual both in the professional and personal context.*

*The approach that formulates cognitive styles as individually specific methods of processing information about one's environment in the form of differences in perception, analysis, structuring, categorization and evaluation of what is being carried out should be recognized as the basis of further scientific research. This is considered the unique natural intellectual potential that is characteristic of every person. As a result of the theoretical consideration of the term «cognitive style», the authors outlined the prospects for further research, in particular, establishing the level of influence of the cognitive style of an individual on the formation of self-preservation behavior.*

**Key words:** *personality, style, cognitive style, biological determination, social determination.*

**Копилова С.В.**

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

**Біла І.М.**

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

## ЕВОЛЮЦІЙНИЙ ПІДХІД ДО ФІЛОСОФСЬКОГО, ПСИХОЛОГІЧНОГО Й СИСТЕМНОГО ОСМИСЛЕННЯ КАТЕГОРІЇ «СТИЛЬ»

*У статті здійснено осмислення терміну «стиль» на засадах системно-еволюційного підходу. Це сприятиме зменшенню неоднозначності в тлумаченні понять «когнітивний стиль», «стиль життя», «стиль керівництва» тощо, а також зробить можливою критичну оцінку численних наукових праць, присвячених аналізу цього поняття.*

*На засадах системно-еволюційного підходу розроблено, обґрунтовано й перевірено теоретико-методологічну конструкцію поняття «стиль», розгляд якого можливий у чотирьох аспектах: аспект матерії, аспект простору, аспект часу, аспект руху. Кожен із аспектів розгляду дозволяє зрозуміти категорію «стиль» через різноманітність виявів. Кількість виділених аспектів і їх послідовність відповідають принципу глобального еволюціонізму, а їх назва, – моменту творення тої чи іншої організаційної форми матерії, що стає об'єктом пізнання (природа, життя, розум, творчість). Вони також узгоджуються з основними законами матеріалістичної діалектики, які виражають механізм руху матерії, а також властивістю відображення, якою володіє матерія, і яка має універсальне значення для її розуміння.*

*Структура стилю як динамічної підсистеми складної системи має дві сторони: індивідуально-психологічну (дієву, адаптаційну) і особистісну (системну). Для їх розрізнення стиль розглянутий в аспектах матерії (стиль мислення), простору (стиль життя), часу (когнітивний стиль), руху (творчий стиль особистості). Системно-еволюційний підхід до аспектного аналізу складного міждисциплінарного терміну «стиль» дозволив уточнити концептуальні ознаки понять «когнітивний стиль» і «творчий стиль» як науково-психологічних категорій.*

*Підсумовуючи зазначено, що теоретико-методологічна конструкція категорії «стиль» дозволяє встановити аналогію між концептами соціологічної й психологічної наук, що описують та пояснюють механізми виникнення й становлення творчого стилю особистості. Ці положення є актуальними для проектування психолого-педагогічної дії у перехідні періоди онтогенетичного розвитку особистості (наприклад, підлітковий вік) або філогенетичного розвитку суспільства (наприклад, перехід до інформаційного суспільства).*

**Ключові слова:** системно-еволюційний підхід, система, стиль життя, когнітивний стиль, творчий стиль особистості, перехідний вік, соціальні практики, потреби, можливості.

**Постановка проблеми.** Сучасний світ характеризується процесами глобалізації й викликами, зумовленими війною. Це зумовлює необхідність діяти відповідно до ситуації. Норми, стереотипи, культурні зразки відходять на другий план, адже в нових умовах вони не завжди гарантують адекватну адаптацію до мінливого середовища. Першочергового значення набувають динамічні характеристики особистості, які дозволяють пройти випробовування на стійкість.

Стиль є міждисциплінарним поняттям, що застосовується в філософії (стиль мислення), соціології (стиль життя), психології (когнітивний стиль) тощо. Важливе значення має категорія

«стиль» для характеристики творчого потенціалу особистості та особливостей професійної діяльності представників допомагаючих професій. Маючи фундаментальне значення для розуміння людської сутності й духовного світу особистості, стиль стає однією з ключових категорій, що використовується у психологічній науці для вирішення проблем розвитку особистості. Не завжди очевидними є специфіка і взаємозв'язок різних процесів і властивостей особистості, отже, виникає необхідність наукового осмислення об'єктивного змісту й формального значення відповідної категорії. Розуміння сутності стилю у всій багатоас-

пектності можна розкрити тільки через узагальнювальну систему суджень, які відображають різні аспекти цієї категорії. Саме через це виникла ситуація неоднозначності в інтерпретації когнітивного стилю й стилю життя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Поняття «стиль» стало предметом аналізу різних напрямів гуманітарної думки. Науковці доводять, що в гуманітарній науці немає єдиного усталеного погляду на визначення понять «стиль життя», «когнітивний стиль». А. Чеботарьовою (2010) розглянуто теорії, що містять вихідні положення теорій щодо сутності когнітивного стилю у хронологічному порядку. К. Михайльовою та Н. Шкурапет (2020) з соціологічних позицій проаналізовано поняття «спосіб життя» та «стиль життя», а також встановлено можливості їх застосування з метою дослідження індивідуального здоров'я людини. Є. Потапчук, Н. Пилявець (2021) здійснено теоретичний аналіз категорії «когнітивний стиль» з метою подальшого дослідження ступеня впливу когнітивного стилю особистості на формування самозбережувальної поведінки. Неоднозначність концептуалізації поняття «стиль» перешкоджає системному дослідженню механізмів формування когнітивного стилю у психології, стилю життя у соціології, творчого стилю особистості в соціальній роботі.

**Мета статті** – розробити теоретико-методологічну конструкцію терміну категорії «стиль» на засадах системно-еволюційного підходу й продемонструвати прикладну значущість для концептуалізації понять «стиль життя», «когнітивний стиль», «творчий стиль особистості».

**Виклад основного матеріалу.** Відповідно до принципу глобального еволюціонізму системний об'єкт розглядається як багатовимірний і багаторівневий. Ми виходимо з припущення, що кількість аспектів розгляду системного об'єкта, який еволюціонує, має відповідати кількості організаційних форм матерії, тобто мати чотири аспекти розгляду. Також до уваги прийнято положення про те, що первинне значення мають філософські категорії «матерія» й «руху»; «простір і час субординовані руху як своїй сутності; будь-який рух протікає у просторі й часі» (В. Тугарінов). Таким чином, нами виділено 4 аспекти системного аналізу терміну «стиль»: аспект матерії, аспект руху, аспект простору, аспект часу.

Наступне завдання, – встановлення порядку розгляду виділених аспектів. Оскільки у складі системи можуть бути виділені підсистеми, постає питання про первинність тої чи іншої. Напри-

клад, при розгляді категорії «матерія» у філософії постає питання про те, що уважати первинним: субстанціональну сторону, що має онтологічну природу, чи ідеальну, що має когнітивну якість (питання про Початок світу). Становлення загальнонаукової картини світу, що ґрунтується на принципі глобального еволюціонізму, дозволяє припустити первинність матерії, причому з великою ймовірністю первинне значення мають математичні константи, які виражають універсальний порядок речей, а не самі речі. Аспект матерії, що відповідає еволюційно першій формі організації матерії, дозволяє розглянути об'єктивні чинники становлення творчого стилю особистості. У даній площині можливе застосування поняття «стиль мислення», яке дозволяє звернути увагу на зв'язок пізнання й свідомості. Матерія, природа володіють властивістю відображення, яка на рівні органічного світу набуває форму пізнання. Відомо, що свідомість є вищим рівнем розвитку психіки.

У наукових розвідках об'єктивний чинник становлення стильових особливостей суб'єктності особистості відображений фрагментарно, насамперед при розгляді стилів мислення і когнітивних стилів.

Ідеальна сторона матерії присутня в психологічних дослідженнях когнітивного стилю; вона пов'язана з функціями контролю й регулювання. Когнітивні стилі як утворення організуючого порядку обмежують і опосередковують мотиваційні впливи, виконуючи у структурі індивідуальності функцію контролюючої інстанції і забезпечують реалістично адаптивні форми активності (Р. Гарднер).

Специфічну групу складають дослідження (А. Авер'янова, Т. Бушуєва, Д. Уорделл і Дж. Ройс, А. Міллер, Ч. Носал), зорієнтовані на встановлення залежності властивостей уваги від різних когнітивних стилів. Увага є не психічним процесом, а характеристикою внутрішньої психічної та зовнішньої практичної активності особистості. Вона забезпечує вибіркоче зосередження психічної діяльності на об'єкті, активізацію потрібних і гальмування непотрібних в даний момент психічних процесів, відбір даних, які надходять відповідно до актуальних потреб суб'єкта. Зауважимо, увага пов'язана зі статикою, а не динамікою системного утворення. Зосередженість будь-якої психічної діяльності, є важливим фактором організації й контролю. Як зазначає О. Козаченко, у такому підході враховано як суб'єктивні, так і об'єктивні компоненти стилю життя, а включення предметів враховує тенденції консьюме-

ристського суспільства, важливою рисою якого є матеріальне споживацтво [2, с. 12].

Отже, при розгляді стилю в аспекті матерії важливо враховувати об'єктивну складову, яка може бути виражена через параметри предмета, який пізнається засобами логічного мислення. Проте об'єктивною складовою, що пов'язана з пізнанням предметного світу, стиль мислення не обмежується; воно містить суб'єктивну складову, яку доцільно аналізувати в аспекті часу. Природа виступає як можливість або обмеження в становленні й реалізації творчого стилю особистості.

У психології дослідження стилю починаються з аналізу поняття «стиль життя» (А. Адлер, 1956; Г. Олпорт та ін.); воно пов'язується зі способом функціонування індивіда в середовищі. А. Адлер визначає стиль життя як набір особливостей і звичних способів функціонування індивіда в навколишньому середовищі, який виробляється індивідуально як компенсація конкретної неповноцінності і спосіб досягнення поставленої життєвої мети. стиль життя трактується як захисна тенденція, якою особистість оснащує свій життєвий план досягнення певної фіктивної мети, спрямованої на набуття почуття переваги та компенсації почуття неповноцінності [8]. Життєвий стиль виступає як компенсаторно-захисний механізм; таке бачення демонструє прихильність науковця психоаналітичній традиції.

Саме з аспекту простору, що співвідносний з параметрами матеріального світу, починається дослідження стильових феноменів у пострадянській психології. Простір розглядається як «предметні зовнішні умови діяльності». В аспекті простору традиційно розглядається поведінка людини (біхевіоризм) і предметна діяльність. Проте, як абсолютно слушно зауважує Т. Горпініч, закономірності індивідуальної поведінки не тотожні закономірностям поведінки взагалі. Відповідно, понятійний апарат загальної психології, не може бути механічно перенесений на розуміння механізмів психічної діяльності конкретного індивідуума. Індивідуальна поведінка пов'язана з феноменом індивідуального суб'єкта [1]. Це положення стає більш зрозумілим, якщо виходити з того, що потреби можуть мати вітальний і духовний характер. Як стверджує І. Міняйло, постмодерна парадигма ґрунтується на перетворенні споживання із практики задоволення фізичних потреб на практику задоволення соціально сконструйованих «ідеальних» потреб [4, с. 83]. Стиль життя особистості має інструментальне значення в задоволенні духо-

вних потреб особистості, а саме, потреби в само-реалізації.

Властивості стилю мають безпосереднє відношення до інтелекту людини, який є якістю, що відрізняє її від тваринного світу. Через це когнітивний стиль в одних випадках розглядається як одномірна характеристика (якість), у інших, – як багатомірна. О. Портяна вказує, що структурних компонентів цілісного когнітивного стилю індивідуальності, найбільш дослідженими є поле-залежність/полenezалежність, вузький/широкий діапазон еквівалентності, вузькість/широта категоризації, ригідний/гнучкий пізнавальний контроль, вузькість/широта сканування, імпульсивність/рефлексивність, когнітивна простота/складність та ін. [6, с. 553]. Т. Горпініч приходять до висновку, що діяльнісні визначення когнітивних стилів, коли стильова властивість визначається у процесі її застосування, є ознакою другого етапу дослідження когнітивного стилю [1].

Таким чином, при розгляді стилю життя в аспекті простору, доцільно виділити важливі положення:

Існує зв'язок між стилем життя та виконанням людиною соціально-біологічних функцій (у тому числі зміцнення здоров'я);

Предметне й соціальне середовище є простором, що запускає адаптивний механізм, який діє за принципом компенсації відхилень від рівноважного стану (предметне середовище); 2) гальмує або посилює (резонує) вияв творчої індивідуальності (соціальне середовище). Стиль життя має адаптивну природу;

Вітальні потреби є чинником, а духовні потреби – продуктом становлення стилю життя.

Н. Пилявець, Є. Потапчук при дослідженні когнітивного стилю вказують на важливість прийняття до уваги взаємодії природних і соціальних властивостей, організму та особистості, що виступають єдиним цілим [5]. Встановлення єдності цих аспектів стало можливим завдяки дослідженню феномену стилю у другій половині ХХ століття.

У дослідженнях когнітивного стилю чітко простежуються два підходи: розгляд його як особливого структурного рівня особистості і як інтелектуального механізму переробки інформації.

Насамперед, важливою ознакою когнітивного стилю є зв'язок зі структурою особистістю. Учені намагалися відшукати деякі структурні константи в когнітивній сфері особистості (когнітивні ати-туди), які виступали як посередники між афективними станами і зовнішніми впливами. Результати

досліджень когнітивного стилю лягли в основу створення когнітивних теорій особистості. У них, на протипагу персонологічним напрямкам, стверджується, що детермінанти особистісних рис і своєрідність індивідуальної поведінки слід шукати в особливостях сприймання, структурування, кодування, категоризації, інтерпретації, прогнозування і розуміння людиною дійсності [6, с. 555].

Отже, поняття когнітивного стилю використовується як для опису функції когнітивного компоненту у розвитку особистості, а також для більш глибокого пізнання інтелектуального (інформаційного) процесу. Ми повністю підтримуємо позицію Т. Горпінич, яка звернула увагу на те, що «точний переклад англійського слова *cognitive* на українську мову відповідає слову *пізнавальний*. Однак терміни «пізнавальний» і «когнітивний» не є синонімами. «Пізнавальний» – це такий, що стосується процесу відображення дійсності в індивідуальній свідомості у вигляді пізнавального образу (сенсорного, перцептивного, мнемічного, розумового), тобто цей термін адресується тому, що відображено в пізнавальному образі. «Когнітивний» – це такий, що стосується психічних механізмів переробки інформації в процесі побудови пізнавального образу на різних рівнях пізнавального відображення, тобто цей термін адресується тому, як будується пізнавальний образ». Слід додати, що стиль мислення й когнітивний стиль теж не є тотожними поняттями. Якщо перше пов'язане із зосередженням уваги на предметі пізнання та характері його розуміння, то друге пояснює інтелектуальні процеси, пов'язані з обробкою інформації. Мова йде про такі операції як сприйняття, аналіз, структурування та категоризація інформації. Більшість дослідників погоджуються, що когнітивний стиль відображає індивідуальні способи переробки інформації про актуальну ситуацію (О. Лібін, М. Холодна, Т. Горпініч). Використовуються також поняття «інтелектуальна переробка», «особливого роду індивідуальні особливості інтелектуальної діяльності».

Отже, при розгляді стилю в аспекті часу важливо враховувати особливості когнітивної структури особистості, яка є втіленням усезагального зв'язку об'єктів, а також специфіку інтелектуальних процесів. На основі когнітивного стилю особистості стає можливим формування індивідуального стилю творчої особистості.

Отже, науковий інтерес до творчого стилю особистості є результатом переходу від традиційного суспільства як вертикально-організованого, де

провідну роль відіграють соціокультурні зразки, до організованого горизонтально, де головним актором історичного процесу є творча особистість. Цілком закономірним є висновок А. Чеботарьової про те, що останнім часом психологічні дослідження проводяться в руслі парадигми розвитку особистості, і стильові характеристики індивідуальності все більше співвідносяться не з діяльністю, а з конкретною людиною [7].

На сучасному етапі розвитку психологічної науки можна виділити нові тенденції в дослідженні творчого стилю особистості: стиль розглядається як соціально зумовлений феномен (перехід до психосоціальних характеристик особистості); посилення уваги до поведінкових моделей, що продукують різноманітність; прийняття до уваги параметрів ситуації (що є ознакою перехідного стану системи); посилення значущості творчих якостей особистості у перехідні періоди філогенетичного розвитку суспільства й онтогенетичного розвитку людини, що робить доцільним введення поняття «творчий стиль особистості». Людина розглядається як творець свого життя.

**Висновки.** Стиль є підсистемою складної системи, теоретико-методологічна конструкція якої може бути представлена в єдності аспектів матерії, простору, часу, руху. Ці аспекти дослідження категорії стиль упорядковані на основі принципу глобального еволюціонізму, що дозволило побудувати теоретико-методологічну конструкцію, у якій послідовність виділених аспектів відповідає послідовності творення еволюційних форм матерії: природи, життя, суспільства, творчості.

Творчий стиль особистості як соціальна (динамічна) підсистема складної системи має дві сторони: біологічну (поведінкову) і психологічну (когнітивну). Для їх розрізнення стиль розглянутий в аспектах матерії (стиль мислення), простору (стиль життя), часу (когнітивний стиль), руху (творчий стиль особистості). Проведений аналіз наукових праць довів, що обраний розгляд категорії «стиль» у різних аспектах є правомірним.

Поняття «стиль життя» розкриває індивідуальну своєрідність поведінкових виявів соціального суб'єкта. Поняття «когнітивний стиль» характеризує інтелектуальну якість особистості, встановлюючи її зв'язок з когнітивною структурою. Поняття «творчий стиль особистості» має системний характер і розкриває рушійну силу й механізм розвитку соціальної системи будь-якої природи.

Теоретико-методологічна конструкція категорії «стиль» дозволяє встановити аналогію між

концептами соціологічної й психологічної наук, що описують та пояснюють механізми виникнення й становлення творчого стилю особистості. Ці положення є актуальними для проєктування психолого-педагогічної дії у перехідні періоди

онтогенетичного розвитку особистості (наприклад, підлітковий вік) або філогенетичного розвитку суспільства (наприклад, перехід до інформаційного суспільства). Це є завданням подальшого наукового пошуку.

#### Список літератури:

1. Горпініч Т. Особливості становлення поняття «когнітивний стиль». URL: <http://oldconf.neasmo.org.ua/node/1265>.
2. Козаченко О.О. Стиль життя: основні підходи до визначення. *Вісник Львівського університету*. 2009. Вип. 3. С. 5–13.
3. Михайлова К., Шкурапет Н. Потенціал використання понять «спосіб життя» та «стиль життя» для соціологічного аналізу практик щодо індивідуального здоров'я. *Соціологічні студії*, 2020. № 1 (16). С. 64–74.
4. Міняйло І. В. Поняття стилю життя: можливості операціоналізації в рамках досліджень соціальної стратифікації. *Наукові записки*. 2006. Том 58. С. 80–84.
5. Пилявець Н.І., Потапчук Є.М. Сучасні підходи до визначення поняття «когнітивний стиль особистості». *Габітус*. 2021. Випуск 26. С. 117–121.
6. Портяна О.В. Теоретико-методологічні засади дослідження когнітивних стилів. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 29. С. 549–560.
7. Чеботарьова А.І. Зміст поняття «когнітивний стиль» у психологічній науці. *Наука і Освіта*. 2010. № 10. С. 35–37.
8. Adler A. *The practice and theory of Individual Psychology*. Totowa, NJ: Littlefield Adams, 1968.

#### **Kopylova S.V., Bila I.M. EVOLUTIONARY APPROACH TO THE PHILOSOPHICAL, PSYCHOLOGICAL AND SYSTEMATIC UNDERSTANDING OF THE CATEGORY «STYLE»**

*The article provides an understanding of the term «style» on the basis of a system-evolutionary approach. This will contribute to the reduction of ambiguity in the interpretation of the concepts of «cognitive style», «lifestyle», «leadership style», etc., and will also make possible a critical assessment of numerous scientific works devoted to the analysis of this concept.*

*On the basis of the system-evolutionary approach, the theoretical-methodological construction of the concept of «style» was developed, substantiated and verified, which can be considered in four aspects: the aspect of matter, the aspect of space, the aspect of time, the aspect of movement. Each of the aspects of consideration allows to understand the category «style» through a variety of findings. The number of selected aspects and their sequence correspond to the principle of global evolutionism, and their name – the moment of creation of one or another organizational form of matter that becomes an object of knowledge (nature, life, mind, creativity). They are also consistent with the basic laws of materialist dialectics, which express the mechanism of motion of matter, as well as the property of reflection that matter possesses, and which is of universal importance for its understanding.*

*The structure of style as a dynamic subsystem of a complex system has two sides: individual-psychological (active, adaptive) and personal (systemic). To distinguish them, style is considered in terms of matter (thinking style), space (lifestyle), time (cognitive style), movement (creative style of the individual). A systemic-evolutionary approach to the aspectual analysis of the complex interdisciplinary term «style» made it possible to clarify the conceptual features of the concepts «cognitive style» and «creative style» as scientific and psychological categories.*

*Summarizing, it is noted that the theoretical and methodological construction of the «style» category allows establishing an analogy between the concepts of sociological and psychological sciences, which describe and explain the mechanisms of the emergence and formation of the creative style of an individual. These provisions are relevant for the design of psychological and pedagogical action in transitional periods of the ontogenetic development of the individual (for example, adolescence) or the phylogenetic development of society (for example, the transition to the information society).*

**Key words:** *system-evolutionary approach, system, lifestyle, cognitive style, creative style of the individual, transitional age, social practices, needs, opportunities.*

**Панок В.Г.**

Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи  
Національної академії педагогічних наук України

**Предко В.В.**

Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи  
Національної академії педагогічних наук України

## ПОСТКОВІДНЕ СУСПІЛЬСТВО В УМОВАХ ВІЙНИ: ФАКТОР РЕЛІГІЙНОСТІ У ПІДТРИМЦІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

*У статті досліджується вплив релігійності на життєстійкість та емоційний стан особистості в умовах війни, наявність взаємозв'язку між ними, а також механізми, які відіграють найбільшу роль у цьому зв'язку. Вивчення цього питання є актуальним через зростання кількості людей, які стикаються зі стресовими ситуаціями та психоемоційним напруженням внаслідок військових дій.*

*В процесі дослідження було застосовано кілька методів, зокрема опитування, інтерв'ю та статистичний аналіз даних. Згідно до отриманих результатів, було виявлено, що релігійність виступає важливим внутрішнім ресурсом для подолання стресу, прояву емоційної стабільності та підтримки життєстійкості. Більш того, люди з високим рівнем релігійності менш схильні до тривоги, страху та безнадійності, більш того, вони частіше відчувають емоційний підйом, надію та задоволення від життя. Визначено, що релігійність є певним психосоціальним ресурсом, який допомагає людині ефективніше справлятися зі стресом й життєвими негараздами, надає відчуття узгодженості та сенсу, сприяє переосмисленню негативних подій, надає сили для подолання травми й, своєю чергою, призводить до зміцнення життєстійкості.*

*Результати статистичного аналізу підтвердили, що релігійність є значущим предиктором життєстійкості. Крім того, релігійність може здійснювати непрямий вплив на життєстійкість також через інші емоційні та психологічні компоненти, такі як «впевненість у своїх силах», «готовність допомагати іншим» та «робота над собою».*

*Було виявлено механізми взаємозв'язку релігійності та життєстійкості особистості. А саме визначено ті ресурси особистості, які можуть бути обумовленими її релігійністю й сприяти її високому рівню життєстійкості. Зокрема, до них належать знання особистості щодо особливостей власних ресурсів, тобто усвідомлення своїх переваг та індивідуальних особливостей, а також здатність оновлювати власні ресурси, що є важливим механізмом зниження психічної напруги та відновлення внутрішньої рівноваги.*

*У дослідженні також було з'ясовано, що персональна релігійність впливає й визначає рівень одного з структурних компонентів життєстійкості, а саме залученості. Вона сприяє прояву активної життєвої позиції, яка реалізується через комунікабельність, прагнення проявляти людяність та доброзичливість, надає можливість особистості продовжувати спілкуватися й бути залученою в активну життєдіяльність, незважаючи на складну життєву ситуацію, що є необхідним елементом підтримки сприятливого рівня життєстійкості та вияву конструктивних копінг-стратегій. Варто зазначити, що аналогічний взаємозв'язок був виявлений між показниками суб'єктивного визначення власної релігійності та структурним компонентом життєстійкості – залученості. Тобто, релігійні особистості більш активні, вмотивовані й відкриті, вони легко йдуть на контакт та позитивно сприймають оточуючу дійсність, що допомагає їм долати труднощі та життєві негаразди.*

*Отримані результати підкреслюють важливість врахування релігійності у підтримці психологічного благополуччя та життєстійкості особистості, зокрема, в умовах постковіду, війни та інших стресових ситуацій. Врахування релігійного аспекту може бути корис-*

ним для розробки стратегій психологічної підтримки та втручання, спрямованих на підвищення життєстійкості, а також формування програм соціально-психологічної реабілітації для зменшення негативних травмивних наслідків.

Таким чином, релігійність є важливим ресурсом не лише для підтримки життєстійкості, а й для зміцнення загального психічного здоров'я й емоційного благополуччя особистості в умовах сучасних викликів і загроз.

**Ключові слова:** життєстійкість, релігійність, війна, пост-ковід, соціально-психологічна реабілітація.

**Постановка проблеми.** Небезпечні умови сьогодення, обумовлені війною й тотальною невизначеністю майбутнього змушують людину шукати додаткові ресурси для збереження своєї життєстійкості. Остання дозволяє людині справлятися з тривогою, розгубленістю, фрустрацією яких неможливо уникнути при зустрічі з невідомим майбутнім. Як показують дослідження, одним з основних чинників збереження життєстійкості постає релігійна віра. Вона є поштовхом до дій і боротьби, механізмом знаходження сенсу життя й суб'єктивного відчуття підтримки і захисту. Релігійна віра виступає засобом розподілення локусу відповідальності за власне життя і життя близьких людей між суб'єктом і «вищими силами, долею». Релігійність може підвищити самоефективність й навички подолання труднощів [2]. Вона є певним психосоціальним ресурсом, який допомагає людині ефективніше справлятися зі стресом й життєвими негараздами, надає відчуття узгодженості та сенсу, сприяє переосмисленню негативних подій, надає ресурси для подолання травми й, своєю чергою, призводить до покращення показників психічного здоров'я [3]. Більш того, ще З. Фрейд зазначав, що релігія виступає компенсаторним психологічним механізмом людини перед ворожим і невідомим світом природи й внутрішнім світом інстинктів [8].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Життєстійкість має різноваріабельну характеристику, окремі дослідники визначають її, як схильність до витривалості, що реалізується за допомогою набору конструктивних психологічних установок [13]; своєрідну життєтворчість, здатність творити самого себе, мужність зустрітися з невідомим, діяти всупереч тривозі й можливості знайти новий сенс свого буття [14]; здатність перетворювати проблемні ситуації і створювати нові можливості [6]. Високий рівень життєстійкості особистості супроводжується безліччю переваг, серед яких адаптація до нових життєвих умов, здатність утримувати високий рівень фізичного та психічного здоров'я, менш виражений суб'єктивний рівень стресу [16]; збалансованість

емоційного стану людини [1]; цілеспрямованість, наявність сенсу та конструктивних життєвих орієнтацій [11]. Життєстійкість відображає психологічну зрілість та здатність людини ефективно долати складні життєві ситуації; вона є ключовою особистісною характеристикою, яка опосередковує вплив стресогенних факторів на ментальне здоров'я, забезпечує готовність до зустрічі з невідомим, уміння бачити перспективи та здатність чинити опір труднощам.

У численних психологічних дослідженнях було встановлено, що життєстійкість має позитивну кореляцію з релігійністю, зокрема релігійні переконання біженців відігравали важливу роль у подоланні травми та стресу [10]. Було виявлено, що релігійність знижувала рівень тривоги й занепокоєння, а також сприяла підвищенню рівня життєстійкості та надії під час стресових періодів життя, таких, наприклад, як пандемія COVID-19 [19]. Релігійні практики активують психонейроімунні процеси, вони впливають на психічне здоров'я через нейроендокринні та імунні механізми [12]. Релігійні переконання можуть допомогти людям інтерпретувати свій досвід у більш позитивному контексті. У Шрі-Ланці діти війни, які виховувалися в буддистських і християнських сиротинцях, продемонстрували більш високий рівень життєстійкості, ніж їхні однолітки, що не мали релігійної практики [7]. Релігійність позитивно корелювала з життєстійкістю у цивільних осіб Ізраїлю, які пережили ракетні атаки. Релігійні вірування та практики забезпечували їм механізми подолання, які допомагали справлятися з відчуттям небезпеки та стресу [18].

У воєнних умовах релігійність набуває особливого значення, вона забезпечує духовну рефлексію, яка необхідна для зміцнення життєстійкості. Високий рівень релігійності може зменшити вплив травми війни на психічне здоров'я. Зокрема, сомалійські біженці з високим рівнем релігійності мали нижчий рівень посттравматичного стресового розладу та симптомів соматизації, незважаючи на важку травму війни [15]. Більш того, інтеграція релігійного практикування в програми



роботи з психологічної реабілітації підвищує життєстійкість постраждалих. Наприклад, лідери мечетей у Сомалі запровадили групову інтервенцію під назвою «Ісламське зцілення травм», яка поєднувала орієнтовану на травму психотерапію з ісламськими принципами. Результатом цієї програми було значне зниження симптоматики ПТСР та депресії у постраждалих осіб [17]. Таким чином, заохочення до позитивних релігійних стратегій подолання, таких як, наприклад, молитва, сповідь може значно сприяти покращенню стану психічного здоров'я постраждалих.

**Метою дослідження було** виявити особливості впливу релігійності на життєстійкість та емоційний стан особистості в умовах постковідної війни, визначити наявність взаємозв'язку між релігійністю та життєстійкістю особистості, а також з'ясувати, які механізми відіграють найбільшу роль у цьому зв'язку.

**Виклад основного матеріалу.** У пілотажному дослідженні взяло участь 108 осіб-учасників освітнього процесу (старшокласники, дорослі (батьки, вчителі)). Під час дослідження було застосовано кілька методів, зокрема опитування, інтерв'ю та здійснено статистичний аналіз даних. Серед застосованих методик дослідження – тест життєстійкості (в адаптації Д. О. Леонтьєва, Е. І. Рассказової) [5], шкала індивідуальної релігійності (ШІР) для оцінки рівня релігійності [9]; «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» О. С. Штепа [4]. Дослідження здійснюється за грантової підтримки Національного фонду досліджень України в рамках проекту «Постковідна соціально-психологічна реабілітація учасників освітнього процесу в діяльності працівників психологічної служби», (реєстраційний номер 2021.01/0198).

На першому етапі дослідження респондентів було розділено на дві групи: групу осіб, які ідентифікували себе як релігійні особистості, представники певної релігії або віросповідання (релігійна група), а також групу осіб, які заперечували наявність відчуття релігійності й своєї належності до тої чи іншої релігії. Зокрема, між групами було виявлено статистично значущі відмінності за запитанням ( $X^2 = 36.500$ ,  $df = 6$ ,  $p\text{-value} = 3.8e-06$ , величина ефекту  $w$  Коена = 0.65 (сильний)): «Як часто Ви відвідуєте церкву (коштовол, мечеть, синагогу), не враховуючи такі випадки, як весілля або поховання?». (Опитуваним були запропоновані такі варіанти відповідей: 0 – ніколи; 1 – дуже рідко; 2 – лише у релігійні свята; 3 – принаймні

один раз на місяць; 4 – один раз на тиждень; 5 – більше одного разу на тиждень; 6 – інше).

За результатами опитування, було виявлено, що у релігійній групі 39% осіб відвідують церкву один раз на місяць або частіше, 37% – лише у релігійні свята, і 27% – рідко або ніколи. У нерелігійній групі 69% осіб відвідують церкву рідко або ніколи, 21% – у релігійні свята. Також, була виявлена статистично значуща різниця ( $X^2 = 62.300$ ,  $df = 6$ ,  $p\text{-value} = 2.6e-11$ , величина ефекту  $w$  Коена = 0.880 (сильний)) за запитанням: «Як часто Ви молитесь, окрім випадків, коли Ви відвідуєте церкву (коштовол, мечеть, синагогу)?». Серед представників релігійної групи 65% осіб моляться більше одного разу на тиждень, 19% – один раз на місяць або в релігійні свята, і 23% – рідко або ніколи.

Цікавим результатом було також те, що на запитання: «Як часто Ви звертаєтеся до Вищих Сил у складних життєвих ситуаціях?» ( $X^2 = 45.500$ ,  $df = 4$ ,  $p\text{-value} = 5.3e-09$ , величина ефекту  $w$  Коена = 0.650 (сильний)), 67% представників релігійної групи відповіли, що часто або завжди, 27% – іноді, і 15% – ніколи або рідко. У нерелігійній групі 90% відповіли, що ніколи або рідко звертаються до вищих сил, 7% – іноді, і лише 3% – часто або завжди. На питання: «Як часто Ви вивчаєте релігійні писання (Біблію, Коран, Тору та інші джерела)?»: 35% відповіли, що роблять це один раз на тиждень або частіше, 23% – один раз на місяць або в релігійні свята, і 49% – рідко або ніколи ( $X^2 = 31.300$ ,  $df = 6$ ,  $p\text{-value} = 3.5e-05$ , величина ефекту  $w$  Коена = 0.650 (сильний)).

Для того, аби сформувати групу досліджуваних лише з середнім (137 балів, стандартне відхилення 31) і вище середнього рівня показниками персональної релігійності було здійснено додатковий відбір з урахуванням відповідей на поставлені питання, відповідей «Так» або «Ні» на приналежність до релігії (віросповідання), а також шляхом ранжування досліджуваних за показником персональної релігійності. Таким чином, утворилася вибірка з 94 осіб, серед яких було 50% осіб релігійної групи і 50% – нерелігійної.

На наступному етапі дослідження ми намагалися з'ясувати, чи може релігія бути предиктором життєстійкості. Для цього було використано три показники, пов'язані з релігійністю: віднесення себе до релігійної групи, суб'єктивна оцінка вираженості власної релігійності і персональна релігійність за методикою Ромуальда Яворські [9].

Аби з'ясувати, як ці три показники взаємодіють з життєстійкістю був здійснений парний регресійний аналіз (табл. 1, 2, 3).

Згідно з отриманими результатами (табл. 1), релігійність є статистично значущим предиктором за всіма показниками: віднесення себе до релігійної групи ( $p\text{-value} = 0.0332^*$ ), суб'єктивна оцінка вираженості власної релігійності ( $p\text{-value} = 0.0467^*$ ), і персональна релігійність ( $p\text{-value} = 0.091$ ). В середньому ці показники пояснюють близько 3% змінної «життєстійкість».

Для перевірки якості моделі було застосовано коефіцієнт детермінації, що є квадратом коефіцієнта кореляції Пірсона. Він показав зв'язок між передбачуваними і спостережуваними значеннями, оскільки значення коефіцієнта детермінації у двох випадках менше 0.05; у випадку персональної релігійності також наявний зв'язок, проте менш значимий.

Також, моделі було перевірено на залишки, тобто помилки передбачення, які показують відмінності життєстійкості при кожному поєднанні значень пояснювальної змінної і нашого прогнозу. Отримані залишки є випадковими, це свідчить про те, що модель добре відповідає одержаним експериментальним даним.

Розподіл залишків було перевірено за критерієм Шапіро-Уїлка, зокрема в усіх моделях  $p\text{-value}$  більше 0.05 – розподіл ненормальний, а отже випадковий. Крім того, за допомогою критерію Дурбіна-Ватсона було перевірено наявність автокореляції в залишках, яка не спостері-

гається. Отже, результати цього аналізу підтверджують, що релігійність є важливим фактором, який впливає на життєстійкість особистості, хоча й її вплив є відносно невеликим і пояснює лише невелику частину варіації у змінній «життєстійкість».

Таким чином, з таблиць видно, що всі три моделі мають значущі коефіцієнти для відповідних змінних. Модель №1 демонструє, як суб'єктивна оцінка власної релігійності впливає на загальний показник релігійності. Позитивний коефіцієнт (1.350) означає, що з підвищенням суб'єктивної релігійності загальний показник релігійності також зростає, тобто суб'єктивне сприйняття рівня власної релігійності збігається з діагностичними показниками вираженості релігійності особистості. Значення  $p\text{-value}$  (0.0467) менше 0.05 свідчить про статистично значущий зв'язок. Модель № 2 демонструє, як персональна релігійність впливає на загальний показник релігійності. Коефіцієнт (0.125) свідчить про незначний позитивний вплив. Крім того,  $p\text{-value}$  (0.091) більше 0.05, свідчить про те, що цей зв'язок статистично не є значущим, відповідно показник персональної релігійності не визначає загальний рівень релігійності особистості. Модель № 3 демонструє, як віднесення себе до релігійної групи впливає на загальний показник релігійності. Позитивний коефіцієнт (9.951) вказує на те, що респонденти, які ідентифікують себе з релігійною групою, мають вищий загальний показник релі-

Таблиця 1

**Коефіцієнти парного регресійного аналізу моделі № 1 суб'єктивної оцінки вираженості власної релігійності (N = 108)**

	Estimate	Std. Error	t	value Pr(> t )
(Intercept)	71.450	3.500	20.428	<2e-16 ***
Суб'єктивна релігійність	1.350	0.670	2.015	0.0467*

Таблиця 2

**Коефіцієнти парного регресійного аналізу моделі № 2 персональної релігійності**

	Estimate	Std. Error	t	value Pr(> t )
(Intercept)	65.414	6.741	6.975	3.33e-15 ***
Персональна релігійність	0.125	0.094	1.581	0.091

Таблиця 3

**Коефіцієнти парного регресійного аналізу моделі № 3 віднесення себе до релігійної групи**

	Estimate	Std. Error	t	value Pr(> t )
(Intercept)	80.441	3.413	26.515	<2e-16 ***
Віднесення себе до релігійної групи	9.951	4.511	-2.525	0.0332 *

гійності. Значення p-value (0.0332) менше 0.05, вказує на статистично значущий зв'язок.

Тобто, такий результат вказує на те, що суб'єктивна оцінка власної релігійності збігається з показниками діагностичної методики – персональної релігійності особистості. Тобто, люди вірно оцінюють рівень та особливості власної релігійності, більш того, ідентифікація, віднесення себе до певної релігійної групи, посилює усвідомлення своєї релігійності. Виявлені показники взаємообумовлюють один одного й підтверджують наявність релігійних відчуттів, які допомагають особистості інтерпретувати всі події життя як Божу волю, відповідно забезпечують віру в сприятливе майбутнє, довіру до оточуючого середовища, тим самим, зміцнюють життєстійкість.

Далі було проаналізовано, як персональна релігійність особистості (показник за методикою Ромуальда Яворські [9]) взаємодіє з трьома структурними компонентами життєстійкості: залученістю, контролем та викликом. Зокрема, за допомогою парного регресійного аналізу, було з'ясовано, що персональна релігійність постає сильним предиктором одного з структурних компонентів життєстійкості, а саме залученості. Відповідно, персональна релігійність сприяє прояву активної життєвої позиції, зацікавленості в оточуючому світі, емпатійному та приязному ставленню до оточуючих, незважаючи на ті труднощі з якими стикається особистість у стресовій, екстремальній ситуації. Вона допомагає виявляти особистісну життєстійкість, яка реалізується через комунікабельність, прагнення проявляти

людяність та доброзичливість, надає можливість особистості продовжувати спілкуватися й бути залученою в активну життєдіяльність, що є необхідним елементом переважної більшості конструктивних копінг-стратегій.

Аналогічний результат було отримано і за суб'єктивною оцінкою релігійності, більш того, показник передбачення був ще більшим, що значною мірою підтверджує отриманий результат. Тобто, люди, які вважають себе релігійними особистостями виявляють високий рівень такого структурного компоненту життєстійкості як «залученість». Вони активні, вмотивовані, відкриті до нового досвіду, легко йдуть на контакт, позитивно сприймають оточуючу дійсність, що в свою чергу, допомагає їм пережити труднощі та життєві негаразди (табл. 4).

Наступним кроком у нашому дослідженні стало виявлення механізмів взаємозв'язку релігійності та життєстійкості особистості. А саме визначення тих ресурсів особистості, які можуть бути обумовленими її релігійністю та визначати більш високий рівень життєстійкості, аніж у «нерелігійних» досліджуваних. Для цього було побудовано декілька моделей.

Відповідно до отриманої трифакторної моделі психічної ресурсності [4], фактор 1 містить значення, пов'язані з знаннями про власні ресурси (Оцінка) й умінням оновлювати та використовувати власні ресурси, воно охоплює шкали (Віра і Емоції) (рис. 1).

На малюнку продемонстровано, що найсильніший зв'язок виявлений між знанням про власні ресурси (оцінка) і життєстійкістю, а найслабший

Таблиця 4

Коефіцієнти передбачення «залученості» персональною релігійністю (N-108)

	Estimate	Std. Error	t	value Pr(> t )
(Intercept)	23.961	3.951	8.463	2.9e-12 ***
Персональна релігійність	0.059	0.025	2.983	0.044 *
Суб'єктивна релігійність	0.581	0.398	2.674	0.028 *

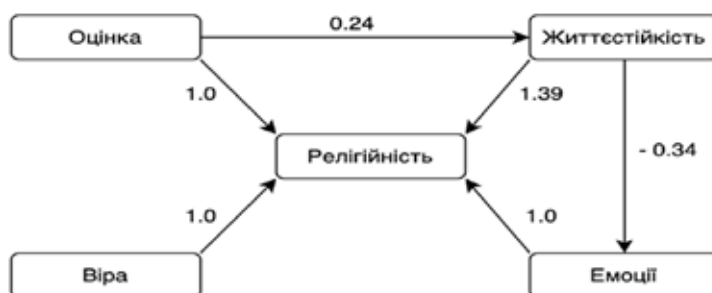


Рис. 1. Опосередкований вплив релігійності на зв'язок між знаннями, умінням оновлювати і використовувати власні ресурсами та життєстійкістю

між оновленням ресурсів (віра). Між використанням ресурсів (емоції) і життєстійкістю існує обернений зв'язок середньої сили. Тобто, знання власних психологічних ресурсів, а саме усвідомлення власних психологічних можливостей, переваг та індивідуальних особливостей сприяє швидкій саморегуляції, умінню обрати найбільш сприятливі стратегії поведінки не лише задля конструктивного вирішення актуальної складної життєвої ситуації, а й з подальшою перспективою самовдосконалення. Уміння оновлювати власні психологічні ресурси, також є важливим механізмом зниження психічної напруги та відновлення внутрішньої рівноваги. На противагу, уміння використовувати власні психологічні ресурси знижує рівень життєстійкості. Зокрема, призводить до надмірного контролю своїх емоцій, думок та поведінки, перешкоджає природньому прояву реакцій, що може швидко появи психосоматичних розладів. Це також зумовлює перевтому та виснаження й, відповідно, унеможливає прояв життєстійкості. Якщо людина надмірно контролює свої внутрішні ресурси, вона може відчувати постійне напруження, замість внутрішньої впевненості, гнучкості й швидкої адаптації до будь-яких змін, що є ключовим фактором життєстійкості. Тобто, такий надмірний самоконтроль може знижувати відкритість до нових ідей та досвіду, що є важливим проявом життєстійкості.

Однак, для того, аби більш детально розглянути досліджувані взаємозв'язки був застосований медіаційний аналіз (рис. 2).

На рисунку 2 релігійність особистості виступає як медіатор, який здійснює опосередкований значимий ефект середньої сили (коефіцієнт регресії  $R^2 = 0.33$ ,  $p\text{-value} = 1.50e-08$ ) на передбачення того, що знання особистості щодо особливостей власних ресурсів здатні підвищити рівень її життєстійкості. Ефект вплив релігії на цей зв'язок дорівнює 0.26. Проте, незважаючи на те, що життєстійкість обумовлюється окресленими предикторами на 30%, інтервальна оцінка параметру популяції (Lower CI = - 0.20, Upper CI = 0.90), яка застосовується для визначення надійності результату може бути інтерпретована як діапазон значень, які містять істинне значення в певній популяції, показує, що ця модель не можна застосувати до всієї популяції. Тобто, такий результат може бути характерним лише для українців, їх національному характеру, визначеному особливостями менталітету.

На наступному етапі дослідження, було розглянуто кожен показник окремо (рис. 3), тому отримані результати відрізнялися від першої моделі. У зв'язку з тим, що ці параметри мають сильні кореляційні зв'язки, у сукупності вони можуть компенсувати один одного й виступати синонімами. Відповідно, ми спостерігаємо те, що ефект впливу оновлення ресурсів на життєстійкість став більш значимим, а між використанням ресурсів і життєстійкістю

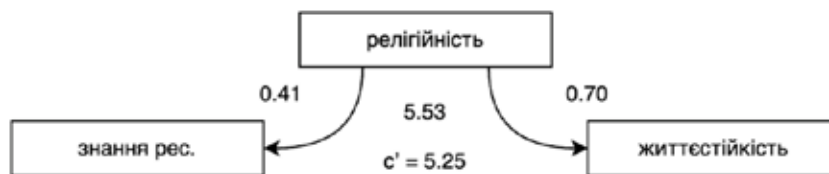


Рис. 2. Опосередкований ефект впливу релігійності на знання про власні ресурси та життєстійкість

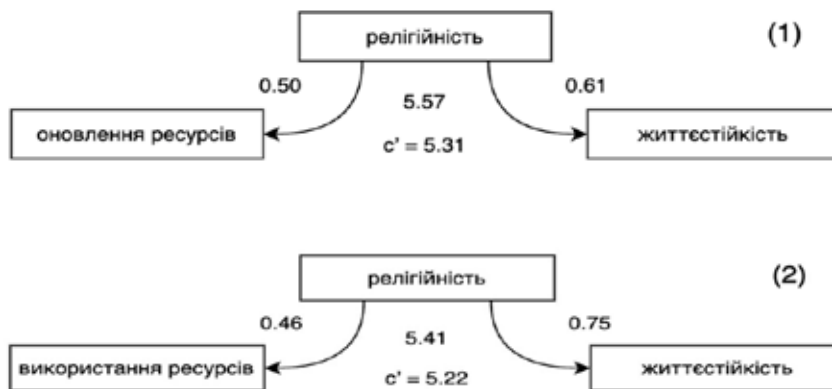


Рис. 3. Опосередкований ефект впливу релігійності на оновлення (1) і використання ресурсів (2) на визначення життєстійкості

зникає негативний зв'язок, якщо розглядати його окремо. Також, варто зазначити, що непрямий ефект релігії у першому випадку дорівнює 0.50, а в другому 0.75. В обох випадках ефект впливу є статистично значущим ( $p$ -value (1) = 1.22e-06,  $p$ -value (2) = 6.62e-06), проте передбачення низької якості ( $R^2$  (1) = 0.25,  $R^2$  (2) = 0.20), а інтервальна оцінка параметру популяції в обох випадках незадовільна (Lower CI = -0.23, Upper CI = 1.16 (1); Lower CI = -0.12, Upper CI = 0.94 (2)). Відповідно, це свідчить про те, що результати дослідження показують статистично значущий ефект впливу релігії на життєстійкість, однак передбачувана сила моделей є низькою. Тобто, незважаючи на те, що вплив релігії в обох випадках є суттєвим, варіація, пояснювана моделями, залишається обмеженою, що, своєю чергою, вказує на те, що існують інші фактори, які також впливають на життєстійкість, або ж необхідно розглянути більш комплексні моделі для точнішого передбачення.

Перед тим, як побудувати модель для «базових ресурсів», було відібрано ті предиктори, які корелювали з залежною змінною «життєстійкість» і медіатором «релігійність». Такими предикторами були впевненість (Впевн), допомога іншим (ДопІн), робота над собою (РС). Тепер подивимося на ці зв'язки в моделі (рис. 4).

Отримана модель (рис. 4) вказує на сильний позитивний зв'язок між впевненістю і релігій-

ністю, і слабкий слабкий зв'язок між життєстійкістю і релігійністю. У зв'язку з цим, важливим завданням було також перевірити чи здійснює ефект на ці зв'язки релігійність.

На основі одержаних результатів (рис. 5), було виявлено, що релігійність здійснює непрямий вплив в обох випадках (Indirect effect (1) = 0.35; Indirect effect (2) = 0.53). Ефект впливу є статистично значущим ( $p$ -value (1) = 1e-14,  $p$ -value (2) = 1.47e-06), проте прогнозування в першому і другому випадках є середньої якості ( $R^2$  (1) = 0.43,  $R^2$  (2) = 0.20). Інтервальна оцінка параметру популяції в обох випадках незадовільна (Lower CI = -0.20, Upper CI = 0.75 (1); Lower CI = -0.25, Upper CI = 1.26 (2)), тому ці результати не можна спрогнозувати у всій популяції.

Ще одна модель, яку нам вдалося побудувати, стосується особливостей різних переживань досліджуваних і того, який ефект вони можуть здійснювати на прямий зв'язок між релігійністю і життєстійкістю. Респондентам були поставлені запитання й запропоновано надати відповіді за 4-бальною шкалою (від «ніколи» (1) до «весь час» (4)). Після цього, були відібрані ті питання, які корелювали з досліджуваними явищами. Такими питаннями були: «...отримували задоволення від життя?» (оза), «...не могли зібратися, мобілізувати себе?» (нем), «...відчували приплив сил та енергії?» (при) (рис. 6).

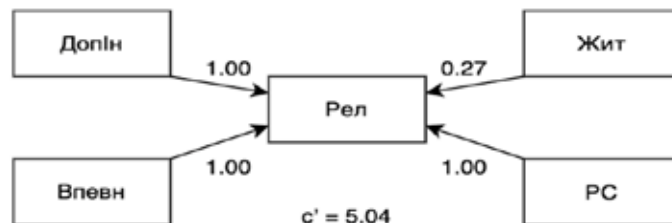


Рис. 4. Модель опосередкованого ефекту релігійності на зв'язок базових ресурсів і життєстійкості

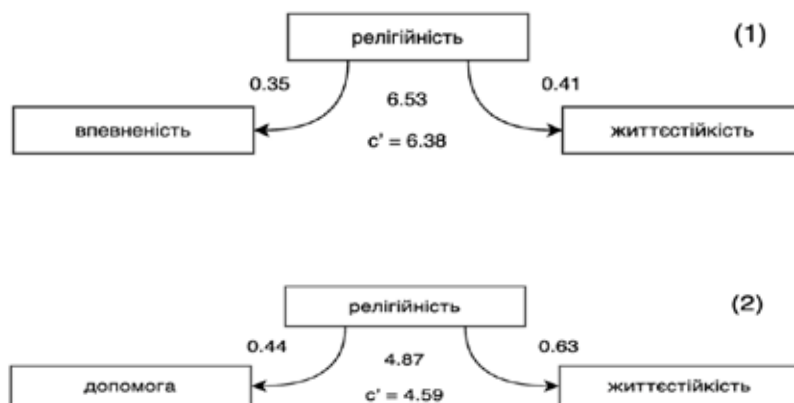


Рис. 5. Опосередкований вплив релігійності на зв'язок між впевненістю (1) життєстійкістю і допомогою іншим (2)

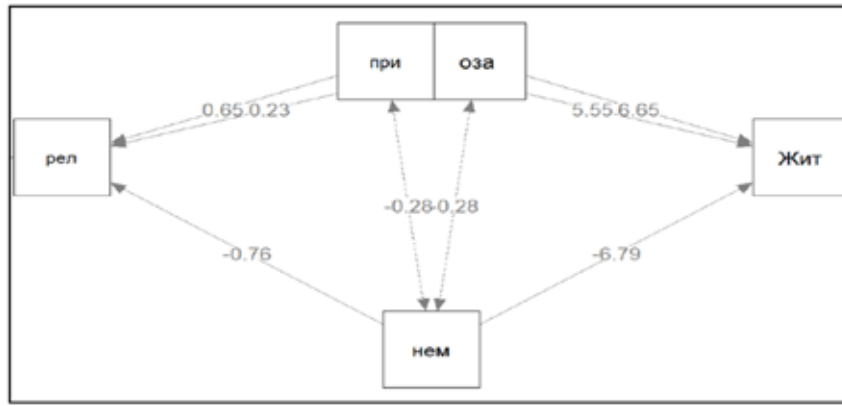


Рис. 6. Зв'язок переживань з релігійністю і життєстійкістю

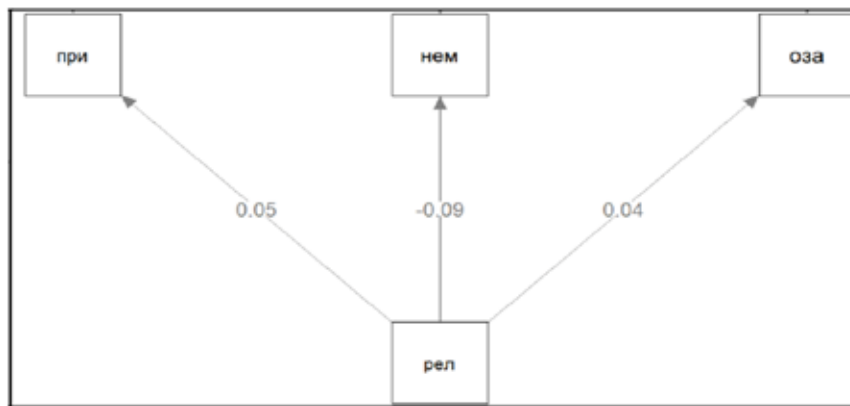


Рис. 7. Зв'язок переживань з релігійністю і життєстійкістю

В результаті аналізу отриманих результатів (Рис. 6), виявлено, що релігійність може передбачати емоційні переживання людини. Це означає, що рівень релігійності впливає на емоційні стани та емоційні реакції особистості. Наприклад, люди з високим рівнем релігійності можуть частіше відчувати емоційний підйом, надію та задоволення від життя, ніж ті, хто має нижчий рівень релігійності. Також, релігійність може знижувати рівень негативних переживань, таких як тривога, страх чи безнадійність. Отже, релігійність виступає значущим фактором, який допомагає особистості справлятися зі стресовими ситуаціями та підтримувати психологічне благополуччя. Відповідно, отримані результати вказують на важливість врахування релігійності при розгляді емоційних аспектів життєстійкості особистості та плануванні заходів з соціально-психологічної реабілітації постраждалих.

**Висновки.** Ґрунтуючись на результатах проведеного дослідження можна зробити кілька важливих висновків щодо впливу релігійності на життєстійкість та емоційний стан особистості постраждалих від пандемії COVID-19 в умовах війни:

Релігійність відіграє значну роль у підтримці життєстійкості особистості, особливо в умовах стресу та невизначеності актуальної життєвої ситуації, а саме постковиду та війни. Вона допомагає особистості інтерпретувати свій досвід у більш позитивному контексті, забезпечує духовну рефлексію, яка необхідна для зміцнення життєстійкості. Люди з високим рівнем релігійності здатні краще справлятися з тривогою, страхами та іншими негативними емоціями, що виникають внаслідок негативних переживань. Релігійна віра забезпечує відносний психологічний комфорт, постає своєрідним механізмом знаходження сенсу життя, суб'єктивним відчуттям підтримки і захисту. Високий рівень релігійності може зменшити вплив травми війни на психічне здоров'я.

2. Результати дослідження підтверджують, що релігійність є значимим предиктором життєстійкості. Одержані статистично значущі результати вказують на те, що релігійні люди більш схильні до збереження стабільного емоційного стану, меншого рівня стресу та вищого рівня задоволеності життям. Такі показники підтверджують важливу роль релігії для відчуття внутрішнього ресурсу,

необхідного для підтримки життєстійкості в умовах постійної загрози життю та невизначеного майбутнього.

3. Дослідження також показало, що релігійність може передбачати емоційні переживання людини. Люди з високим рівнем релігійності частіше відчувають емоційний підйом, надію на краще, позитивну життєву перспективу та задоволення від життя. Релігійність допомагає знизити рівень негативних переживань, таких як тривога, депресія, страх чи безнадійність. Отже, релігійність може бути значущим фактором у підтримці психічного благополуччя особистості в умовах постковіду і війни.

4. Результати статистичного аналізу одержаних емпіричних даних вказують на те, що релігійність може здійснювати непрямий вплив на життєстійкість особистості через інші емоційні та психологічні фактори, зокрема: «впевненість у своїх силах», «готовність допомагати іншим» та «робота над собою», які посилюються завдяки релігійним переконанням й, тим самим, підвищують загальний рівень життєстійкості людини.

5. Було з'ясовано, що персональна релігійність визначає високий рівень залученості, одного з структурних компонентів життєстійкості. Вона сприяє активній життєвій позиції, зацікавленості особистості в оточуючому світі, емпатії та доброзичливості, допомагає долати труднощі в екстремальних ситуаціях. Відповідно, люди, які вважають себе релігійними, показують високий рівень залученості – активні, вмотивовані, відкриті до нового досвіду, легко йдуть на контакт, позитивно сприймають оточуючу дійсність й вважають, що в усьому є провидіння Господнє, що в свою чергу, допомагає їм пережити труднощі та життєві негаразди.

6. Виявлено, основні механізми взаємозв'язку релігійності та життєстійкості особистості.

А саме, внутрішні ресурси особистості, які обумовлюються її релігійністю й визначають високий рівень життєстійкості: а) знання особистості щодо особливостей власних ресурсів, а саме усвідомлення власних психологічних можливостей, переваг та індивідуальних особливостей та б) здатність оновлювати власні ресурси, уміння швидко знижувати психічну напругу та відновлювати внутрішню рівновагу.

7. Отримані результати підтверджують важливе значення релігійності у підтримці психологічного благополуччя та життєстійкості особистості, особливо в умовах постковіду і війни та інших стресових ситуацій. Врахування релігійного компонента може бути корисним для розробки стратегій психологічної підтримки та втручання, а також формування психореабілітаційних програм спрямованих на підвищення життєстійкості та зменшення негативних травматичних наслідків.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі можуть реалізуватись у:

- вивченні негативних аспектів впливу релігійності на емоційну стабільність і життєстійкість особистості, що, зокрема стосується руху антивакцинологів;

- дослідженні вікових і гендерних закономірностей реакції на травматичні наслідки пандемії COVID-19 та російсько-української війни;

- розробці методик і технологій надання практичної психологічної допомоги учасникам освітнього процесу, що постраждали від пандемії COVID-19 та наслідків російсько-української війни;

- створенні технологій соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу та всього населення територіальних громад на основі міжсекторального і міждисциплінарного підходів.

### Список літератури:

1. Мороз Р., Сосновенко Н. Соціально-Психологічна Постковідна Реабілітація В Умовах Війни. *Наукові перспективи*. 2023. № 10(40). URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10\(40\)-799-810](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10(40)-799-810).
2. Панок В. Прикладна психологія. Теоретичні проблеми : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2017. 188 с. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/707672>
3. Панок В., Рудь Г. Психологія життєвого шляху особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2006. 280 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/724267>
4. Штепа О. С. Анкета психологічної ресурсності особистості: результати розробки та апробації авторської методики / О. С. Штепа // *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України* / наукове редагування С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 39. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2018. – С. 380–399.
5. Тест життєстійкості URL: [https://psylab.info/index.php?title=%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82\\_%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8&mobileaction=toggle\\_view\\_desktop](https://psylab.info/index.php?title=%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82_%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8&mobileaction=toggle_view_desktop) (дата звернення 24.07.24)

6. Antonovsky A. The Sense of Coherence as a Determinant of Health. New York: Behavioral Health: a Handbook of Health Enhancement and Disease Prevention, 1984.
7. Fernando C., Ferrari M. Spirituality and Resilience in Children of War in Sri Lanka. *Journal of Spirituality in Mental Health*. 2011. Vol. 13, no. 1. P. 52–77. URL: <https://doi.org/10.1080/19349637.2011.547138>.
8. Freud S. General Psychological Theory. Touchstone, 1997. 224 p.
9. Jaworski, R. Personal and impersonal religiousness: A psychological model and its empirical verification. *Christian Psychology Around The World EMCAPP Journal*, 1, 46–55.
10. Kaiser P., Benner M. T., Pohlmann K. Religious belief as a resilience factor in a long-term refugee setting at the Thai-Myanmar Border, Southeast Asia. *Spiritual Care*. 2020. Vol. 9, no. 4. Pp. 321–330. URL: <https://doi.org/10.1515/spircare-2018-0065>.
11. Kamenshchuk T. D. External Factors And Psychological Changes in the Adult Personality in the Post-Convince Period. *Innovate Pedagogy*. 2023. Vol. 2, no. 62. Pp. 127–130. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/62.2.24>.
12. Koenig H., Cohen H. The Link Between Religion and Health: Psychoneuroimmunology and the Faith Factor. *Oxford Academic*. 2002.
13. Maddi S. R., Harvey R. H. Hardiness Considered Across Cultures. *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping. International and Cultural Psychology*. Springer, Boston, MA. 2006. Pp. 409–426.
14. May R. Psychology and the human dilemma. New York: Norton, 1980. 221 p.
15. Mental health among older refugees: the role of trauma, discrimination, and religiousness / M. Mölsä et al. *Aging & Mental Health*. 2016. Vol. 21, no. 8. Pp. 829–837. URL: <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1165183>.
16. Predko V., Schabus M., Danyliuk I. Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardiness of Ukrainians during the war. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1282326>.
17. Reaching the Unreached: Bridging Islam and Science to Treat the Mental Wounds of War / L. A. Zoellner et al. *Frontiers in Psychiatry*. 2021. Vol. 12. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.599293>.
18. S K., Y E. Demographic Characteristics and Sense of Danger Predicting New Measure of Individual Resilience Following a War. *Journal of Community Medicine & Health Education*. 2016. Vol. 06, no. 05. URL: <https://doi.org/10.4172/2161-0711.1000472>.
19. Spirituality, religiosity and the mental health consequences of social isolation during Covid-19 pandemic. *International Journal of Social Psychiatry*. 2020. Pp. 672–679. URL: <https://doi.org/10.1177/0020764020970996>.

**Panok V.H., Predko V.V. POST-COVID SOCIETY IN THE CONDITIONS OF WAR:  
THE FACTOR OF RELIGIOSITY IN MAINTAINING THE HARDINESS OF THE INDIVIDUAL**

*The article examines the influence of religiosity on the hardiness and emotional state of an individual in wartime, the existence of a relationship between them, and the mechanisms that play the greatest role in this regard. The study of this issue is relevant due to the growing number of people facing stressful situations and psycho-emotional stress as a result of military operations.*

*The study used several methods, including surveys, interviews, and statistical data analysis. According to the results, it was found that religiosity is an important internal resource for overcoming stress, manifesting emotional stability and maintaining hardiness. Moreover, people with a high level of religiosity are less prone to anxiety, fear, and hopelessness, and more often experience emotional uplift, hope, and satisfaction from life. It has been determined that religiosity is a certain psychosocial resource that helps a person to cope more effectively with stress and life's troubles, provides a sense of coherence and meaning, promotes rethinking of negative events, gives strength to overcome trauma, and, in turn, leads to strengthening of hardiness.*

*The results of the statistical analysis confirmed that religiosity is a significant predictor of hardiness. In addition, religiosity may also have an indirect effect on hardiness through other emotional and psychological components, such as “self-confidence,” “willingness to help others,” and “work on oneself.”*

*The mechanisms of interconnection between religiosity and hardiness of a personality are revealed. Namely, the author identifies those resources of a personality that can be conditioned by his/her religiosity and contribute to his high level of hardiness. In particular, these include the individual's knowledge of the characteristics of their own resources, i.e., awareness of their preferences and individual characteristics, as well as the ability to renew their own resources, which is an important mechanism for reducing mental stress and restoring internal balance.*

*The study also found that personal religiosity influences and determines the level of one of the structural components of hardiness, namely engagement. It contributes to the manifestation of an active life position,*



*which is realized through sociability, the desire to show humanity and benevolence, enables the individual to continue to communicate and be involved in active life, despite a difficult life situation, which is a necessary element in maintaining a favorable level of resilience and manifesting constructive coping strategies. It is worth noting that a similar relationship was found between the indicators of subjective definition of one's own religiosity and the structural component of hardiness – involvement. That is, religious individuals are more active, motivated and open, they are easy to contact and have a positive perception of the surrounding reality, which helps them overcome difficulties and life's troubles.*

*The results emphasize the importance of taking into account religiosity in maintaining psychological well-being and hardiness of an individual, in particular, in the context of post-conflict, war and other stressful situations. Taking into account the religious aspect can be useful for developing psychological support and intervention strategies aimed at increasing hardiness, as well as for developing social and psychological rehabilitation programs to reduce the negative effects of trauma.*

*Thus, religiosity is an important resource not only for maintaining hardiness, but also for strengthening the overall mental health and emotional well-being of an individual in the face of modern challenges and threats.*

**Key words:** *hardiness, religiosity, war, post-covid, socio-psychological rehabilitation.*

**Чемодурова Ю.М.**

Комунальний заклад «Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти»  
Запорізької обласної ради

## ПСИХОЛОГІЧНІ МОДЕЛІ ФЕНОМЕНУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ

*У статті розглянуто феномен посттравматичного зростання особистості як один з варіантів позитивного виходу людини з життєвої кризи, опрацювання травмівного досвіду та/або відновлення після психологічного травмування. Підкреслюється, що в сучасних умовах повномасштабних військових дій на території України можливість посттравматичного зростання особистості після психологічного травмування стає все більш актуальним в межах завдань психологічної допомоги та реабілітації постраждалих. Проведено теоретичних аналіз існуючих психологічних моделей феномену посттравматичного зростання, розуміння його змісту і основних вимірів (предикатів). Показано, що як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології не існує єдиної загальноприйнятої теоретичної концепції, яка б чітко пояснювала природу виникнення психологічної травми і механізму посттравматичного зростання, а емпіричні данні психологічних досліджень залишаються досить різноманітними, достатньої розрізненіми, іноді навіть суперечливими. Визначено, що у зарубіжній психології для позначення позитивних змін як результату боротьби зі значною життєвою кризою найчастіше використовується термін «посттравматичне зростання» (posttraumatic growth, PTG). В свою чергу, вітчизняні науковці в останнє десятиліття були зосереджені на дослідженнях окремих аспектів зазначеного феномену та йому подібних концептах, таких як копінг, резилієнтність тощо. Аналіз основних психологічних моделей посттравматичного зростання показав, що вони не суперечать одна одній, хоча й розглядають особистісні зрост після психотравми під різними кутами зору. З'ясовано, що всі моделі об'єднують уявлення про те, що пережитий травмівний досвід може виступати каталізатором позитивних змін: зростання особистісної зрілості, психологічної стійкості, посилення віри у себе і власні цінності, зміцнення і поглиблення стосунків, активізації життєвої позиції. Відтак, завданням психологічної допомоги особистості стає сприяння переосмисленню власного травмівного досвіду, формування нових цілей, цінностей і сенсу життя.*

**Ключові слова:** феномен посттравматичного зростання, психотравма, травмівний досвід, теоретичні моделі, психологічна допомога.

**Постановка проблеми.** Стресові події сучасного життя часто призводять до фізичних, емоційних та психічних порушень, що загрожує виживанню людини, її почуттю безпеки і захищеності, підривають базову довіру до навколишнього світу та інших людей. Деякі з цих подій можуть бути несподіваними, одноразовими або короткотривалими, інші – довготривалими та інтенсивними [5]. Сьогодні під час повномасштабних військових дій на території України майже щоденно в суспільстві використовується слово «травма», «травмівна подія», «психотравма» для позначення душевного стану, переживань людини, пов'язаних з війною. Однак побутові уявлення про психотравму не завжди відповідають професійним критеріям цього визначення. Так, амери-

канська класифікація психічних розладів (DSM) згадує травму як частину визначення посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Це означає, що для отримання такого діагнозу фахівець повинен підтвердити наявність психологічної травми, тобто те, що людина пережила травмівну подію. З іншого боку, доведено, що війна (і все що з нею пов'язане) є надзвичайно стресовою життєвою ситуацією, яка відноситься до травмівних, тобто таких, при якій існує явна небезпека для життя, фізичного або психічного здоров'я самої людини або для життя і здоров'я її близьких.

Відповідно, впродовж останніх десятиліть науковці багато уваги приділяли саме патологічним наслідкам травмівного стресу, в тому числі посттравматичному стресовому розладу (ПТСР).

В свою чергу, існує низька психологічних досліджень (в тому числі про наслідки війни), які показують, що невеликий відсоток (приблизно 25–30%) тих, хто переживши травмівну подію має постійні або хронічні психологічні проблеми [5; 8]. Більшість же осіб після психотравми відновлюються і не мають симптомів ПТСР, а іноді навпаки демонструють досвід позитивних та адаптивних змін у вигляді особистісного росту [8]. Однак, емпіричні дані сучасних психологічних досліджень щодо зростання особистості після психотравми залишаються досить різноманітними, достатньої розрізненіми, а іноді навіть суперечливими. Тому розуміння змісту такого багатомірного феномену як посттравматичне зростання, його структури та психологічних механізмів формування стає важливим завданням сфери психологічної практики у роботі з наслідками травмівного стресу, в тому числі пов'язаного з війною.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

В усій історії вивчення в психології впливу травмівних подій на особистість основний акцент зроблено на усуненні негативних наслідків травми і дуже зрідка на можливостях позитивного виходу з травмівної ситуації. В свою чергу, думка про те, що страждання можуть мати позитивні наслідки у вигляді духовного зростання людини, має свою багаторічну традицію в історії філософії та релігії. Сучасне ж уявлення про постратматичне зростання особистості було виокремлене лише в середині 90-х років ХХ століття в межах позитивної психології, що відкрило нові екзистанційні можливості для роботи з травмою, реабілітації постраждалих, подолання наслідків травмівного стресу (А. Маслоу, М. Селігман, В. Франкл, І. Ялом та ін.). В подальшому було зроблено багато спроб метааналізу феномену посттравматичного зростання, проводилися експериментальні дослідження з вивчення його різних характеристик, взаємовпливів різних якостей та властивостей людини на можливість ефективного виходу з травмівної події тощо (С. Джозеф, А. Лінлей, Р. Тедескі і Л. Калхоун та інші).

Відтак, зарубіжні дослідники констатували наявність у деяких людей певних тенденцій до зростання та розвитку після пережитих надзвичайних подій. При цьому, всупереч фону травми, таке зростання було не тільки раптовим, а й спрямованим на багатобічну програму адаптації людини до складних обставин, що стало каталізатором позитивних зрушень, зміцнення і поглиблення стосунків, зміни життєвої позиції, виявлення сильних сторін власної особистості тощо.

У вітчизняній психології, до початку повномасштабної війни в Україні, поняття посттравматичного зростання ще не набуло достатньої популярності, але в існуючих наукових працях вже наявний теоретичний аналіз і емпіричні дослідження окремих аспектів зазначеного феномену (М. Білова, Д. Зубовський, В. Корольчук, Г. Лазос, С. Лукомська, В. Осьодло, Т. Титаренко та ін.). Так, наприклад, у вітчизняних дослідженнях найбільш поширеним є поняття стресостійкості і/або психологічної стійкості (psychological resilience), яке визначається як складна інтегральна властивість особистості, що забезпечує людині можливість переносити значні розумові, фізичні, вольові й емоційні навантаження, зберігаючи при цьому ефективність функціонування [2; 4].

Однак до сьогодні як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології не існує єдиної загальноприйнятої теоретичної концепції, яка б чітко пояснювала природу виникнення психологічної травми та механізму посттравматичного зростання. Різні психологічні школи та напрями, описують ті чи інші аспекти понять «травмівна подія» та «психотравма», виходячи з особливостей власних концептуальних досліджень; сприймаються або як подія зовнішньої (об'єктивної) реальності, або як елемент внутрішньої (суб'єктивної) реальності, або як окреме утворення, що однаково властиве як самій особистості, так і зовнішньому світу.

**Метою статті** є теоретичний аналіз психологічних моделей феномену посттравматичного зростання особистості в наслідок травмівного стресу.

**Виклад основного матеріалу.** В психології досі існує багато синонімічних термінів, які описували посттравматичне зростання, серед яких: «зростання внаслідок суперечливого досвіду», «сприйняття вигоди», «інтерпретована вигода» «позитивні аспекти», «трансформація травми», «позитивні психологічні зміни», «зростання, пов'язане зі стресом», «розцвітання», «позитивний побічний продукт», «відкриття смислів» тощо [2]. Однак, найширшого вжитку набув саме термін «посттравматичне зростання» (posttraumatic growth, PTG), введений Р. Тедескі і Л. Калхоун в 1996 році, під яким розуміють досвід позитивних змін як результат боротьби зі значною життєвою кризою [14].

Незважаючи на різні поняття, які використовувалися для позначення цього феномену, усі вони фіксували позитивний погляд на людину, яка пережила травму. Коли говорять «позитивний», мають на увазі фокусування на сильних сторонах

особистості, її ресурсах, здатності психіки адаптуватися, справлятися з негараздами і перетворювати їх на потенціал для змін. Разом з тим, саме явище посттравматичного зростання є складним і комплексним. До сьогодні не існує достатньо даних психометричних досліджень, які б змогли унаочнити структуру цього феномену, тому, вслід за В. Климчуком, вважаємо, що більш доречним буде говорити про низку «вимірів» посттравматичного зростання, на основі яких були побудовані його основні психологічні моделі [2].

Так, самі автори терміну PTG Р. Тедескі і Л. Калхоун відмічають, що при посттравматичному зростанні подальший розвиток особистості, яка пережила психотравму, в окремих сферах перевищує той рівень розвитку особистісних структур, який був до життєвої кризи [14]. Такі зміни можуть проявлятися у різних напрямках і сенсах життя.

Своє уявлення про особистісні трансформації дослідники представили в п'яти вимірах (міжособистісні стосунки, нові можливості, особиста стійкість, духовні зміни та життєві цінності), які було покладено в основу субшкал їх опитувальника «The Post-traumatic Growth Inventory» (PTGI). Важливо відмітити, що до сьогодні цей опитувальник залишається одним з основних психодіагностичних інструментів для визначення наявності особистісного зростання після пережитого травматичного досвіду. Крім того, визначені виміри склали основу *функціонально-описової моделі* посттравматичного зростання, яка концентрує свою увагу на процесі глибокого самовдосконалення людини в наслідок травми, переоцінці початкових (до-травматичних) переконань і реконструкції власних уявлень про навколишній світ.

В межах саме цієї моделі можна представити думку авторки ще однієї відомої когнітивної теорії психічної травми Р. Янофф-Бульман, яка визнавала негативні наслідки психічного травмування в якості каталізатора позитивних змін у вигляді посттравматичного зростання. Дослідниця пропонує 3 типи зростання, які представляють різні процеси і перспективи позитивних змін у того, хто пережив травматичну подію [10]:

1 тип – «Стійкість через страждання» – передбачає відкриття себе і нове сприйняття себе, який виникає в результаті подолання та адаптації.

2 тип – «Екзистенційна переоцінка» – означає шлях до зміни менш простий, але через оцінку, відображення та створення нових цінностей, породжених сприйняттям власного невідосконалення.

3 тип – «Психологічна готовність» – являє модель зростання, яка в багатьох сенсах є побічним продуктом переоцінки цінностей, але фокусується на змінах у навколишньому світі та середовищі вцілілого, що, в свою чергу, передбачає більший конструктивне зростання особистості.

Отже, функціонально-описова модель розуміє процес посттравматичного зростання особистості як результат когнітивної обробки набутого травматичного досвіду, що призводить до перебудови світосприйняття із зосередженням на усвідомленні та з'ясуванні змісту подальшого життя, виокремлення нових життєвих цінностей тощо.

Подібною до неї є *особистісно-центрована модель* С. Джозеф. Ця модель ґрунтується на клієнтцентрираних поглядах К. Роджерса і так само розглядає посттравматичне зростання як процес когнітивної акомодатії травматичного досвіду та перебудови Я-концепції [11]. В межах цієї моделі пояснюється, що посттравматичне зростання є одним з варіантів норми переживання психотравми. Тобто, коли травматичний досвід не може бути інтегрований в наявну структуру базових переконань, це призводить або до негативних, або до позитивних змін у картині світу вцілілого. При чому, як відмічають дослідники С. Джозеф та Л. Калхоун, позитивні зміни відбуваються тільки тоді, коли людина намагається встановити причинно-наслідкові зв'язки того, що сталося [12].

Так, S. Joseph виділяє три виміри посттравматичного зростання:

«*Стосунки*» – люди часто описують, що їхні стосунки покращилися у певний спосіб, наприклад, вони стали їх більше цінувати, співчувати іншим;

«*Погляд на себе*» – постраждалі говорять, що набули відчуття власної сили і стійкості, зросла їхня впевненість у собі;

«*Життєва філософія*» – з'являється почуття вдячності за кожен новий прожитий день, або відбувається перегляд того, що є насправді важливим для людини [11].

Більш того, S. Joseph пропонує цілісний нарративно зорієнтований підхід до сприяння зростанню – так звану *THRIVE-модель добробуту*, яка набуває цінності у практиці надання психологічної допомоги тим, хто має травматичний досвід. Основними елементами цієї моделі є [11]:

– Taking stock («інвентаризація»): переконатися, що клієнт у безпеці й допомогти йому навчитися справлятися із посттравматичним стресом (наприклад, за допомогою технік експозиції).

– Harvesting hope («збір врожаю надії»): навчитися мати надію на майбутнє (наприклад, через надихаючі історії людей, які пройшли через схожі ситуації).

– Re-authoring («ре-авторизація»): переписати свій досвід через створення історій, техніки експресивного письма, щоб знайти нові перспективи.

– Identifying change («ідентифікація змін»): помічати посттравматичне зростання (наприклад, вимірювати його за допомогою шкал та опитувальників).

– Valuing change («ціннісні зміни»): розвинути впевненість у нових пріоритетах.

– Expressing change in action («прояви змін через дію»): активно шукати способи перенести посттравматичне зростання у зовнішній світ.

Ще однією цікавою моделлю когнітивного спрямування представляється так звана *модель «Янусове обличчя»* Т. Золнер та А. Маеркер. Ця двокомпонентна модель суб'єктивного сприйняття розглядає посттравматичне зростання з двох боків: конструктивного / адаптивного та ілюзорного / дисфункціонального. Адже, науковці відмічають, що адекватно оцінити адаптивну значущість посттравматичного досвіду можна лише з плином часу, а короткотривалій перспективі посттравматичне зростання може бути певною копінг-стратегією, що допомагає психіці опрацювати негативний травмівний досвід [3].

Іншою моделлю, що показала свою ефективність у практиці надання психологічної допомоги особистості, яка пережила психотравму, є *психолого-філософська модель* Р. Пападопулос. Її автор також розглядав посттравматичне зростання як один з можливих позитивних наслідків подолання травмівного досвіду, наряду з іншими рівнями впливу психотравми – негативними наслідками (розвиток психічних розладів, ПТСР) або нейтральними (актуалізація психічної стійкості, прояв резиліентності) [13]. Також Р. Пападопулос визначив низьку предикатів (або змінних), які відіграють ключову роль у реагуванні особистості на травмівні події, усвідомленні пережитого досвіду тощо. Серед них такі, що мають відношення до самої особистості (історія життя, психологічні особливості, копінг-стратегії, захисні механізми, освіта, соціальний статус тощо), «соціальний капітал» особистості (стосунки, родинні зв'язки, сім'я, спільноти), схожий досвід в анамнезі, фактичні обставини травми, сенс і зміст травмівної події для особистості тощо [13]. Саме ці предикати розглядаються як ресурсний потенціал для особистості в практиці надання психоло-

гічної допомоги постраждалим щодо подальшого подолання травмівного стресу та/або відновлення після психотравми.

Прикладом інтегративного багатовимірного підходу щодо посттравматичного зростання є *біо-психосоціальна модель* М. Кристофер. В основі цієї моделі лежить уявлення про реакцію на травмівну подію як еволюційно успадкований механізм метанауління, що руйнує та відновлює метасхеми, а саме концепції: Я, суспільство і природа [3]. Подібна реакція може бути як у вигляді розладу (PTSD), так і у вигляді зростання (PTG), яке відбувається в результаті реконструювання особистісних когнітивних схем. Проте, М. Кристофер підкреслює, що не механізм метанауління, а середовище, перш за все, впливає на посттравматичне зростання [9].

Зазначимо, що окрім представлених моделей в сучасній психологічній науці багато уваги також приділяється аналізу посттравматичного зростання як певної копінг-стратегії або різновиду резиліентності особистості, що призводить до позитивної адаптації в ситуації психотравми. Однак, наукові розвідки останніх десятиліть (в тому числі й вітчизняні), доводять існування посттравматичного зростання як окремого феномену, проводячи диференціацію між названими подібними концептами [1–4; 6–8].

Отже, більшість дослідників посттравматичного зростання одностайні в тому, що воно відбувається спільно з процесом адаптації до надзвичайних подій, що викликає сильний психічний дистрес [2]. Тобто, травма і зростання, або страждання і зростання, не замінюють одне одного, але існують паралельно. Однак, незважаючи на велику кількість робіт у галузі позитивних змін у результаті зіткнення з загрозою для життя, більшість з них не торкаються питання причин позитивних змін, механізму їх формування та в основному носять описовий характер. Крім того, існуючий психодіагностичний інструментарій побудований в основному на основі суб'єктивних самозвітів постраждалих, що часто ставить під сумнів об'єктивність оцінки «зростання» та вимагає використання додаткових методів діагностики.

**Висновки.** Теоретичний аналіз проблеми проживання людиною травмівних ситуацій засвідчує, що катастрофічні події можуть викликати психотравму, з якою людина бореться одночасно і з боку подолання і з боку зростання. Коли говорять про позитивні наслідки психотравми – це не означає, що людина не страждає

і не бореться з втратою душевної рівноваги та хаосом власних переживань і станів. Навпаки, мається на увазі, що долаючи душевні, фізичні, духовні страждання, відновлюючи порушену рівновагу, людина трансформує себе та свій внутрішній світ. Важливо зазначити, що полегшення дистресу не завжди провокує зростання, але посттравматичне зростання впливає на полегшення симптомів психотравми, впливає на фізичний стан людини та на її посттравматичну адаптацію.

Відтак, перед фахівцями-психологами в сучасних реаліях повномасштабної війни в Україні постає багато практичних питань про можливість сприяння посттравматичному зростанню особистості, підтримці цього процесу під час надання психологічної та психотерапевтичної допомоги. Все це актуалізує нагальну потребу в створенні основи для застосування теоретичних напрацювань в практичній допомозі особистості щодо трансформування свого травматичного досвіду в бік посттравматичного зростання.

#### Список літератури:

1. Зубовський Д.С. Феномен посттравматичного зростання як перспективний напрямок досліджень у вітчизняній психології. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2016. Вип. 20, С. 63–74.
2. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
3. Лазос Г.П. Посттравматичне зростання: теоретичні моделі, нові перспективи для практики. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. 2016. Т. I, Вип. 45. С. 120–127.
4. Лукомська С.О. Посттравматичне зростання: теоретичні підходи, емпіричні методики та практичні рекомендації. *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 ім. А.С.Макаренка, 2017. С. 215–235.
5. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців / заг. ред. К. Возніцина, Л. Литвиненко. Київ: Міністерство у справах ветеранів. 2020. 192 с.
6. Осьодло В.І., Зубовський Д.С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи. *Український психологічний журнал*. 2017. № 1(3). С. 63–79.
7. Титаренко Т.М. Стратегії сприяння посттравматичному зростанню особистості. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2017. Вип. 1. С. 217–232.
8. Шелюг О.А. Багатовимірність феномену посттравматичного росту: біологічний, психологічний та соціокультурний складники особистісних трансформацій. *Психологія і особистість*. 2014. №1(5). С. 112-129.
9. Christopher M. A broader view of trauma: a biopsychosocial-evolutionary view of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review*. 2004. Vol. 24, p. 75–98.
10. Janoff-Bulman R. Posttraumatic Growth: Three Explanatory Models. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, p. 30–34.
11. Joseph S. What Doesn't Kill Us: A guide to overcoming adversity and moving forward. Piatkus, 2013. 336 p.
12. Joseph, S., Linley, P.A. (2004) Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. *Journal of Traumatic Stress*. 2004. Vol. 17, №. 1, February, p. 11–21.
13. Papadopoulos, R.K. Refugees, home and trauma. In *Therapeutic Care for Refugees. No Place Like Home*. London: Karnac, 2002. 356 p.
14. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic Growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15 (1), p. 1–18.

#### **Chemodurova Yu.M. PSYCHOLOGICAL MODELS OF THE PHENOMENON OF POSTTRAUMATIC PERSONALITY GROWTH**

*The article deals with the phenomenon of posttraumatic personal growth as one of the options for a person's positive way out of a life crisis, processing of traumatic experience and/or recovery from psychological trauma. It is emphasized that in the current conditions of full-scale military operations on the territory of Ukraine, the possibility of posttraumatic personality growth after psychological trauma is becoming increasingly relevant within the framework of psychological assistance and rehabilitation of victims. A theoretical analysis of the existing psychological models of the posttraumatic growth's phenomenon, understanding of its content and main measurements (predicates) is carried out. It is shown that in both foreign and national psychology there is*

*no single generally accepted theoretical concept that would clearly explain the nature of psychological trauma and the mechanism of posttraumatic growth, and empirical data from psychological research remain quite diverse, rather scattered, sometimes even contradictory. It has been determined that in foreign psychology, the term “posttraumatic growth” (PTG) is most often used to denote positive changes as a result of dealing with a significant life crisis. In turn, national scholars in the last decade have focused on researching certain aspects of this phenomenon and similar concepts, such as coping, resilience, etc. An analysis of the main psychological models of posttraumatic growth showed that they do not contradict each other, although they consider personal growth after psychotrauma from different perspectives. It has been found that all models are united by the idea that the traumatic experience can act as a catalyst for positive changes: growth of personal maturity, psychological resilience, strengthening of faith in oneself and one’s own values, strengthening and deepening of relationships, and activation of life position. Therefore, the task of psychological assistance to a person is to help them rethink their own traumatic experience, form new goals, values and meaning of life.*

**Key words:** *phenomenon of posttraumatic growth, psychotrauma, traumatic experience, theoretical models, psychological assistanc.*

## ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9.072:351.743-05

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/06>

*Гуляк У.М.*

Національний університет оборони України

### ПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИХ ДЕТЕРМІНАНТ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

*Статтю присвячено вивченню психологічного інструментарію дослідження мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців. Проблема вивчення мотивації військовослужбовців до бойової діяльності зумовлена завданнями, які постали перед українським суспільством на сучасному етапі. Позаяк ефективність бойової діяльності військовослужбовців залежить не лише від тих умов, у яких вони в цей момент перебувають, то її слід вважати комплексною, а отже такою, що потребує ґрунтового аналізу цілої низки соціальних, психологічних та індивідуально-особистісних чинників. Одна з провідних ролей у цьому процесі належить психологічній науці, позаяк систематичне і науково-обґрунтоване прикладне застосування накопичених психологічних знань безсумнівно сприятиме удосконаленню якості бойової діяльності. На основі узагальнення наукових розвідок визначено діагностичні критерії оцінювання мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності. До них віднесено: ціннісні параметри мотиваційної детермінації військовослужбовців; значущість потреб військовослужбовця; рівень внутрішньої мотивації до діяльності; прагнення до успіху військовослужбовця, до високих результатів у своїй діяльності та мотивація до уникнення невдач; домінуючі для особистості військовослужбовця види мотивації та детермінанти бойової діяльності військовослужбовців. У статті описано діагностичні методики, що спрямовані на вивчення системи цінностей військовослужбовців, які є визначальними для мотивації до бойової діяльності. Для реалізації мети дослідження використано теоретичні методи аналізу та синтезу даних, що містяться у проаналізованих літературних джерелах; інтерпретація наукових теорій та ідей дослідників, які займалися вивченням мотиваційно-ціннісних детермінант діяльності загалом та діяльності військовослужбовців зокрема. Перспектива подальших досліджень полягає у проведенні емпіричного дослідження та визначенні системи мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців.*

**Ключові слова:** мотивація, цінності, мотиваційно-ціннісні детермінанти, психологічна діагностика, психологічна методика, тест, бойова діяльність, військовослужбовці.

**Постановка проблеми.** Проблема вивчення мотивації військовослужбовців до бойової діяльності зумовлена завданнями, які постали перед українським суспільством на сучасному етапі. Позаяк ефективність бойової діяльності військовослужбовців, котрі належать як до числа професійних військових так і до категорії мобілізованих та добровольців, залежить не лише від тих умов, в яких вони у цей момент перебувають, то її слід вважати комплексною, а отже такою, що потребує ґрунтового аналізу цілої низки соціальних, пси-

хологічних та індивідуально-особистісних чинників. Одна з провідних ролей у цьому процесі належить психологічній науці, позаяк систематичне і науково-обґрунтоване прикладне застосування накопичених психологічних знань безсумнівно сприятиме удосконаленню якості бойової діяльності. У зв'язку з цим виникає необхідність подальшого вивчення проблеми функціонування особистості військовослужбовця у бойових умовах і особливо мотиваційної сфери як важливого чинника психологічної готовності воїна.



Особливо гостро питання вивчення мотиваційно-ціннісних детермінант діяльності військовослужбовців постає, по-перше, у зв'язку зі зростанням рівня вимог до військових фахівців, зумовленого високою інтенсивністю бойової діяльності, спричиненою як тривалістю участі у активних бойових діях, так і потужним інформаційним та бойовим впливом противника із застосуванням широкого спектру традиційного та нового озброєння. По-друге, інтерес до мотивації бойової діяльності посилюється із залученням до Збройних Сил значної кількості мобілізованих військовослужбовців та добровольців, людей для яких військова служба не була вибором за покликом серця. Окрім того, структура цінностей та мотивів військовослужбовця, сформована за час участі у бойових діях, стає стрижнем особистості військового фахівця, що визначає ефективність його майбутньої бойової діяльності, психологічної готовності та психічної стійкості.

Особливості мотиваційно-ціннісної детермінації військовослужбовця також пов'язані зі специфікою системи міжособистісних стосунків у військових колективах як між самими військовими, так і в стосунках керівників та підлеглих. Водночас, як свідчать результати аналізу наукової літератури, соціальні, психологічні, індивідуально-особистісні чинники, система цінностей можуть бути важливими детермінантами мотивації бойової діяльності. Це, у свою чергу, ставить перед науковцями та військовим керівництвом завдання психологічного вивчення та формування відповідної мотивації військовослужбовців до бойової діяльності.

Аналіз наукової літератури засвідчує, що мотиваційно-ціннісна регуляція діяльності була предметом вивчення А. Маркової, О. Леонтьєва, А. Реана, С. Рубінштейна, Д. Фельдштейна та ін.

Різні аспекти мотиваційно-ціннісної детермінації поведінки досліджувались у межах психоаналітичного, поведінкового, гуманістичного, герменевтичного, екзистенційного, аксіологічного та інших підходів (К. Альдгеймер, Д. Вільсон, К. Гольдштейн, Л. Кольберг, Д. Макклелланд, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Харріс, Д. Хебб, Х. Хекхаузен, П. Херст, К. Юнг, В. Франкл, Л. Ленге, Г. Гарлоу, Е. Деці та ін.).

Окрім аспектів професійної мотивації військовослужбовців та працівників інших екстремальних професій стали предметом дослідження О. Колісниченко, В. Крайнюка, Ю. Калагіна, Я. Мацегора, В. Осьодло, І. Приходько, О. Тімченко та ін.

Незважаючи на те, що інтерес науковців до питань професійної мотивації завжди був високим, проблемі вивчення мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців приділяється недостатньо уваги. У першу чергу причиною цього є різка зміна умов бойової діяльності, що пов'язано з розгортанням повномасштабної агресії російської федерації проти України та необхідністю ефективно реагувати на нові виклики.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На постійний розвиток та трансформацію мотивації до професійної та бойової діяльності військовослужбовців, яка містить у своїй динаміці “підйоми” та “спади”, її вплив на бойову активність, інтенсивність, стійкість і емоційне забарвлення, вказують дослідники В. Осьодло, О. Тімченко [1, 2].

Дослідники мотивації військовослужбовців О. Колісниченко, І. Приходько, Я. Мацегора вважають, що під час вивчення мотивації бойової діяльності необхідно враховувати наявні загрози життю, здоров'ю, працездатності, рівень психічного напруження, фізичного навантаження та обсяг особистих ресурсів. Бойова мотивація розглядається водночас як процес і результат формування професійно значущих мотивів, виникненню яких сприяють усвідомлення військовослужбовцем суспільної значущості своєї діяльності, наповнення власної діяльності сенсом, реалізація в ній свого потенціалу шляхом виконання визначених бойових завдань, а також суспільне визнання й схвалення та адекватна система стимулів [3, 4]. Відтак слідує, що мотиваційно-ціннісна детермінація поведінки військовослужбовця в бойових умовах є динамічною і залежить від широкого спектру чинників об'єктивного та суб'єктивного характеру. Для об'єктивного вивчення мотиваційних детермінант вважаємо за доцільне виокремити відносно стійкі параметри, як критерії мотиваційно-ціннісної детермінації. У першу чергу такими вважаємо систему цінностей, що визначає сенс бойової діяльності, усвідомлене ставлення до неї, особистісний мотиваційний потенціал, тощо.

Важливим у контексті нашого дослідження вважаємо визначення наявності у військовослужбовців внутрішньої мотивації бойової діяльності. Так у своєму дослідженні про вплив мотивів на поведінку солдатів Т. Вудрафф доводить, що внутрішні мотиви (альтруїстичне служіння та особистісний розвиток) створюють більш сильний зв'язок з армією і військовими цінностями, ніж зовнішні мотиви, такі як заробітна плата, набуття професій-

ного досвіду для майбутньої діяльності, можливості фінансування майбутньої освіти та ін. [5].

Водночас норвезькі дослідники мотивації військовослужбовців Р. Йохансен, Й. Лаберг, М. Мартінуссен вказують, що військовослужбовець, зацікавлений в оплаті праці та економічному добробуті, не обов'язково є поганим солдатом, оскільки в умовах виконання бойових завдань складно підтримувати ідеалістичні уявлення про військову службу. Однак саме відданість традиційним військовим ідеалам і цінностям є найкращим мотивом до військової служби і чинником ефективності військової організації [6].

Для дослідження професійної мотивації бойової діяльності військовослужбовців є цікавим практичний досвід ізраїльських вчених. Як зазначає дослідник С. Сатігані, "сильна душа" військового підрозділу, маючи на увазі згуртованість підрозділу, рівнозначна високій бойовій мотивації. Так само, на думку дослідника, не можна переоцінити важливість бойової мотивації для успішного результату військових дій, чи то патрулювання, чи то повномасштабні війни [7].

Проведений аналіз методологічних підходів та принципів дослідження обумовлює всебічне та послідовне вивчення та оцінювання мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців як багатовимірного явища через призму визначених показників (мотиваційний потенціал; цінності та відданість військовим традиціям й ідеалам; самоефективність; задоволення від бойової роботи; суспільне визнання та схвалення; ідентифікація з підрозділом; соціальна згуртованість; віра в колектив; віра в озброєння та

техніку; підтримка організаційних цілей; довіра до командира; бадьорість; ентузіазм; психічне та фізичне навантаження) та їх урахуванні під час підбору діагностичних методик.

**Метою статті** є обґрунтування методів психологічної діагностики мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців.

**Виклад основного матеріалу.** Теоретико-методологічний аналіз мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців на різних етапах підготовки та участі у бойових діях дозволив виокремити діагностичні підходи їх дослідження та оцінювання, відібрати методики психологічної діагностики та розробити авторський опитувальник відповідно до визначеної мети.

Для дослідження мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців запропоновано діагностичний інструментарій, що наведений в табл. 1.

Використання методики Ш. Шварца [8, 9] обумовлено її можливостями визначати як ціннісну ієрархію особистості, так і виявляти пріоритетність мотиваційних блоків, а саме домінуючі цілі, що в цей час є найбільш актуальними для респондента. Таким чином, запропонована методика має потенціал визначати одночасно параметри як мотиваційних, так і когнітивних змінних. Закладені в основу методики принципи дослідження та розширений у порівнянні з іншими опитувальниками список цінностей забезпечують можливість досліджувати цінності і як змістовні, і як емоційно-мотиваційні утворення.

Таблиця 1

**Методики дослідження параметрів мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців**

№ з/п	Діагностичний інструментарій	Критерії
1.	Методика вивчення цінностей особистості, опитувальник "Портрет цінностей" Ш. Шварца [8, 9]	Визначення ціннісних параметрів мотиваційної детермінації військовослужбовців
2.	Опитувальник мотиваційного профілю особистості Ш. Річі, П Мартіна [10]	Оцінка значущості потреб військовослужбовців
3.	"Опитувальника казуальних орієнтацій" Е. Деці, Р. Раяна [11]	Визначення рівня внутрішньої мотивації діяльності особистості військовослужбовця
4.	Методика "Мотивація до успіху" Т. Елерса [12]	Оцінка прагнення до успіху військовослужбовця, до високих результатів у своїй діяльності
5.	Методика "Мотивація до уникнення невдач" Т. Елерса [12]	Визначення рівня мотивації військовослужбовця до уникнення невдач
6.	"Опитувальник мотиваційних джерел" Дж. Барбуто, Р. Скола [13]	Визначення домінантних для особистості військовослужбовців видів мотивації
7.	Авторський опитувальник "Мотиваційно-ціннісні детермінанти бойової діяльності"	Оцінка прояву показників мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців

Зазначена методика містить опитувальник, який розділений на дві частини, кожна з яких передбачає використання окремої процедури застосування. У нашому дослідженні використано опитувальник “Портрет цінностей”, що спрямований на дослідження нормативних ідеалів та особистісних цінностей на рівні переконань. Зазначенні цінності чинять найбільший вплив на особистість, однак рідко проявляються в соціальній поведінці через те, що не відповідають нормативним цінностям соціуму. Методика передбачає присвоєння респондентом на основі власних життєвих принципів балів (від 1 до 9) кожній із 57-ми запропонованих цінностей, що мають коротке пояснення їх значення. Визначені цінності об’єднані у відповідні мотиваційні блоки, що підпорядковані певній мотиваційній меті:

- влада – соціальний статус, домінування над людьми і ресурсами;
- досягнення – особистий успіх відповідно до соціальних стандартів;
- гедонізм – насолода або чуттєве задоволення;
- стимуляція – хвилювання і новизна;
- самостійність – самостійність думки і дії;
- універсалізм – розуміння, терпимість і захист благополуччя всіх людей і природи;
- доброта – збереження і підвищення благополуччя близьких людей;
- традиція – повага до культурних і релігійних звичаїв та ідей і відповідальність за їх збереження;
- конформізм – стримування дій і спонукань, які можуть нашкодити іншим і не відповідають соціальним очікуванням;

– безпека – безпека і стабільність суспільства, відносин і самого себе.

Запропонована методика ґрунтується на ідеях динамічних відносин між мотиваційними блоками, що описують складну організацію системи цінностей. Дії особистості відповідають одному з типів цінностей та мають психологічні, соціальні та практичні наслідки. Проявлені цінності можуть як бути сумісними, так і конфліктувати з іншими типами цінностей.

Розроблену Ш. Шварцем систему цінностей можна представити у вигляді матриці (рис. 1).

Комбінації мотиваційних блоків утворюються як результат прояву характеристик, що відповідають векторам: відкритості до змін (домінують цінності самостійності та самостимуляції) на протигагу консерватизму (домінантними є цінності безпеки, конформності і традицій); самопіднесення (домінують цінності влади і досягнень) на протигагу самотрансцендентності (домінують цінності універсалізму і доброти).

Опитувальник мотиваційного профілю особистості розроблено Ш. Річі, П Мартіном [10]. Сутність мотивації розуміється авторами як задоволення потреб людини в процесі роботи. Ними виокремлено 12 основних потреб: 1) у високій заробітній платі, 2) у хороших умовах праці, 3) у чіткому структуруванні роботи, 4) у соціальних контактах, 5) у підтримці довгострокових взаємин, 6) у визнанні, 7) у складних цілях і їх досягненні, 8) у впливовості та владі, 9) у різноманітності, 10) у креативності, 11) у самовдосконаленні, 12) у цікавій суспільно корисній праці. Індивідуальне поєднання найбільш і найменш актуальних для

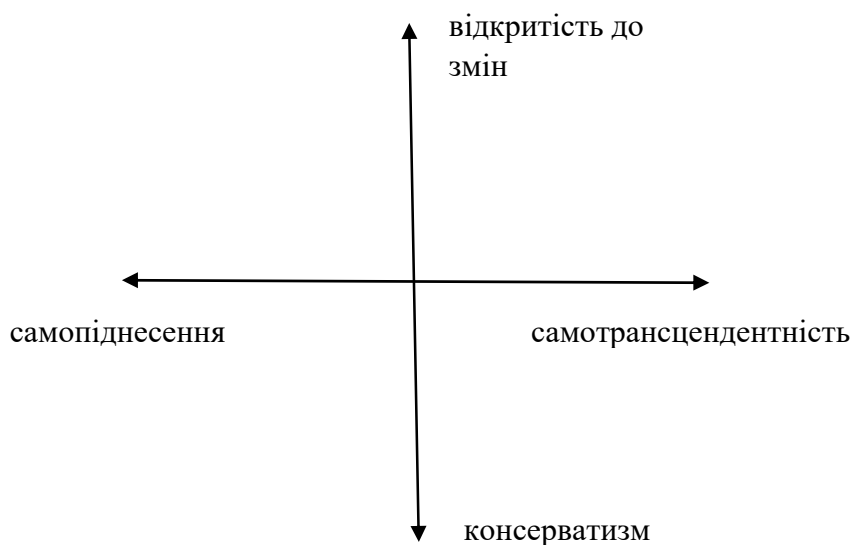


Рис. 1. Матриця цінностей за Ш. Шварцем

конкретної людини потреб утворює її мотиваційний профіль, який дає можливість кількісно оцінити і графічно представити відносну значущість кожної потреби.

Тест містить 33 твердження, кожне з яких має 4 варіанти відповіді, між якими слід розподілити 11 балів.

В інструкції респондентам зазначено, що слід уважно прочитати кожне твердження опитувальника й у бланку записати відповідну оцінку. Далі потрібно розподілити 11 балів між чотирма варіантами кожного з тверджень, позначених літерами а, б, в, г. Якщо респонденту здається, що один з варіантів найбільш важливий для нього, його потрібно оцінити в 11 балів, якщо ж зовсім несуттєвим – не присуджувати жодного балу.

За спеціальним ключем здійснюється підрахунок кількості балів, набраних респондентом за кожною потребою. Дана методика дозволяє оцінювати рівень внутрішньої мотивації респондентів.

Також на визначення рівня внутрішньої мотивації діяльності особистості військовослужбовця спрямовано використання “Опитувальника казуальних орієнтацій” Е. Деці, Р. Раяна [11]. Обрана методика призначена діагностувати різновид казуальних орієнтацій: автономну, зовнішню або безособову. За цією класифікацією людям з автономною казуальною орієнтацією притаманно послуговуватися внутрішньою мотиваційною системою. Для них характерно сприймати внутрішній локус казуальності та мати почуття самодетермінації й компетентності. Вони схильні змінювати автоматизовану поведінку на самодетерміновану, скеровувати її на власний розсуд. Для людей з автономною казуальною орієнтацією не властиво брати на себе відповідальність та переживати провину у випадках невдачі. Вони демонструють гнучку і чутливу до змін середовища поведінку. Для людей із зовнішньою казуальною орієнтацією характерним буде прагнення до наддосягнень та віра у залежність отриманих результатів від поведінки, що змушує їх у прагненні досягати успіху, орієнтуватися на зовнішні детермінанти. У особистості із зовнішньою детермінацією спостерігається брак самодетермінації, вона в основному опирається на зовнішню мотиваційну систему, демонструє низьку гнучкість у поведінкових реакціях й обробці інформації. У ситуації вибору рішення ґрунтуються не на внутрішніх потребах, а на реакціях на зовнішні стимули. Мотиваційна детермінація надмірно пов’язана із зовнішніми обставинами. Відповідно втрата самодетермінації

компенсується за рахунок потреби зовнішнього контролю. У людей для яких характерні ознаки безособової казуальної орієнтації спостерігається феномен “вивченої безпорадності”. Це передусім пов’язано з тим, що вони набувають досвіду коли середовище не реагує на їхні дії. Тому для них самодетермінація поведінки є мінімальною, натомість домінує демотивуюча з деякими проявами зовнішньої мотивуючої систем. Спостерігається автоматична або безпорадна поведінка.

Досвід використання методики засвідчує, що для людини притаманні орієнтації всіх цих типів, а індивідуальні особливості проявляються в їх пропорціях [14].

Для діагностики рівня мотивації на досягнення успіху відібрано методику Т. Елерса [12]. Автор методики, вивчаючи мотивацію людини, виходив з позиції, що ті у кого домінує мотивація на досягнення успіху схильні уникати високого рівня ризику, а швидше віддаватимуть перевагу діяльності за низького або середнього рівня ризику. За умови високої орієнтації на успіх, надія досягти бажаний результат, зазвичай, скромніша, ніж при низькій мотивації успіху, однак наполегливість досягати бажаного є високою.

Проведенні Д. Макклелландом у 50-х роках ХХ століття мотиваційні дослідження за допомогою тематичного апперцептивного тесту, дозволили встановити особистісні розбіжності у проявах орієнтації на успіх та дійти висновку, що механізми розв’язання поведінкових проблем для досягнення успіху та запобігання невдачам формуються у молодшому віці (3–13 років). Однак, Д. Макклелланд встановив, що мотивація на досягнення успіху може змінюватися та розвиватися у більш зрілому віці, насамперед завдяки навчанню [15]. Отже, мотивація на досягнення успіху має потенціал до зростання та розвитку в конструктивному відношенні за умови ділового співробітництва та у системі відносин які передбачають позитивне схвалення успіхів і принизливе підкріплення невдач.

Дж. Аткинсон, Дж. Хекхаузен, Х. Хекхаузен та інші [16, 17]. визначили щонайменше три основні мотиваційні вектори, що вказують на взаємозалежність діяльності та орієнтації на успішний результат. Автори доводять залежність: між індивідуальним суб’єктивним сприйманням успішного результату та складністю завдання; між ступенем важливості завдання і бажанням зберегти або підвищити самооцінку; здатності індивіда адекватно визначати власні якості чи зовнішні чинники, що спричинили успішність або неуспіш-

ність результату та сам результат.

Тест Т. Елерса враховує визначені залежності та дозволяє встановити низький, середній, помірковано високий та занадто високий рівні мотивації до успіху [12].

У контексті нашого дослідження, поруч з мотивацією на досягнення успіху має значення також й визначення рівня мотивації уникнення невдач. Методика Т. Елерса “Мотивація до уникнення невдач” [12] спрямована на визначення стратегії захисту. Для осіб з переважаючим мотивом уникнення невдачі характерною є схильність до незначного або надмірного ризику, що нівелює загрозу для престижу у випадку невдачі. Така тактика ґрунтується на страху нещасних випадків та спрямована на високий рівень захисту від них, однак часто призводить саме до невдач, що, у свою чергу, веде до зниження рівня домагань та самооцінки. Перманентна спрямованість особистості на уникнення невдач призводить до постійного зниження самооцінки, хронічного страху перед неуспіхом, депресії. Для людей з такою мотивацією робота сприймається як тягар, а виконання складних завдань викликає дискомфорт, породжує сумніви у собі.

Тест дозволяє діагностувати чотири (низький, середній, високий, занадто високий) рівні прояву мотивації на уникнення невдачі. Для визначення чинників внутрішньої мотивації у мотиваційній системі особистості необхідно враховувати результати двох наведених вище тестів одночасно.

Для дослідження джерел мотивації відібрано методику Дж. Барбуто, Р. Скола “Опитувальник для визначення джерел мотивації” [13]. Важливість цієї методики, у контексті нашого дослідження, полягає у її спроможності діагностувати та оцінювати основні джерела мотивації особистості без урахування змісту мотивів. Це дозволить нам встановити ступінь прояву показників ідентифікації з підрозділом, відчуття задоволеності від роботи, підтримки організаційних цілей та інших. Методика на підставі визначення мотиваційних джерел дозволяє діагностувати внутрішню (спрямованість на процес чи самовдосконалення, самореалізація), зовнішню (матеріальна винагорода чи схвалення іншими) та інтегративну мотивацію.

Особливістю запропонованої методики дослідження мотиваційно-ціннісної детермінації бойової діяльності військовослужбовців є використання авторського опитувальника, що враховує специфіку категорії досліджуваних та особливості умов бойової діяльності військовослужбовців. Опитувальник складається із двох субтестів.

Перший – містить 30 тверджень, які відтворюють предметний зміст і умови бойової діяльності військовослужбовців. На підставі аналізу отриманих стверджувальних відповідей або заперечень можна визначити рівень мотиваційної детермінації бойової діяльності. Другий субтест полягає у необхідності порівняти між собою ставлення до 16 запропонованих тверджень, які стосуються ціннісної сфери особистості. Він спрямований на встановлення мотиваційних джерел, визначення ієрархії особистих цінностей їх відповідності ustalеним військовим ідеалам та традиціям, а також встановити домінування внутрішньої або зовнішньої мотивації.

**Висновки.** Проведене дослідження дозволило вивчити методологічні підходи та існуючі практики дослідження мотиваційної сфери особистості загалом та професійної мотивації військовослужбовців зокрема. На підставі аналізу сучасних досліджень мотивації бойової діяльності військовослужбовців армій різних країн світу встановлено:

1. Формування мотиваційно-ціннісної детермінації військовослужбовців є динамічним процесом, який перебуває під впливом системи суб’єктивних та об’єктивних чинників таких як: особисте ставлення до бойової діяльності та усвідомлення її суспільної значущості; розуміння сенсу бойової роботи та його відповідності традиційним військовим цінностям та ідеалам; наявність внутрішньої мотивації та можливостей реалізувати особистий потенціал; відчуття причетності, ідентифікації з військовим підрозділом та суспільне схвалення його діяльності; бойове братерство; віра в колектив; віра в озброєння та техніку; підтримка організаційних цілей; довіра до командира; бадьорість; ентузіазм; психічне та фізичне навантаження та інші.

2. Визначений широкий спектр чинників зумовлює застосування комплексу діагностичних методик, через призму: ціннісних параметрів мотиваційної детермінації військовослужбовців; значущості потреб військовослужбовців; рівня внутрішньої мотивації діяльності; прагнення до успіху військовослужбовця, до високих результатів у своїй діяльності та мотивації до уникнення невдач; домінантних для особистості військовослужбовців видів мотивації та детермінант бойової діяльності військовослужбовців.

3. Застосування запропонованого діагностичного інструментарію та коректна інтерпретація отриманих результатів дозволить визначити

мотиваційно-ціннісний профіль особистості військовослужбовця, що сприятиме кращому усвідомленню особливостей та прогнозуванню його поведінки у бойових умовах.

**Перспектива подальших досліджень** полягає у проведенні емпіричного дослідження та визначенні системи мотиваційно-ціннісних детермінант бойової діяльності військовослужбовців.

#### Список літератури:

1. Осьодло В.І. Психологія професійного становлення офіцера : монографія. Київ : Золоті ворота, 2012. 463 с.
2. Тімченко О.В. Екстремальна психологія : підручник. Київ : Август Трейд, 2007. 502 с.
3. Prykhodko I. I. Features of the Motivation of Specialists for the Professional Activity in Special Conditions International. Journal of Education and Science. 2018, 1(3-4). С. 35. DOI:10.26697/ijes. 2018. 3-4. С. 24.
4. Колесніченко О.С. Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації : монографія, Харків : НА НХУ, 2016. С. 14.
5. Woodruff T.D. Who Should The Military Recruit? The Effects of Institutional, Occupational, and Self-Enhancement Enlistment Motives on Soldier Identification and Behavior. Armed Forces & Society. 2017, 43(4). С. 579–607. URL: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0095327X17695360> (дата звернення: 11.02.2024).
6. Johansen R.B., Laberg J.C., Martinussen M. Military Identity as Predictor of Perceived Military Competence and Skills'. Armed Forces & Society. 2014, 40(3). С. 521–543. DOI: 10.1177/0095327X13478405 (дата звернення: 11.02.2024).
7. Catignani S. Motivating soldiers: the example of the Israeli defence forces. Parameters. No 34 (3), 2004. С. 108–121.
8. Schwartz Sh. H. Universals in the content and structure of values: theoretical advances and empirical tests in 20 countries // Advances in Experimental Social Psychology. Orlando, FL, Vol. 25. 1992.
9. Schwartz Sh., Ros V. Value priorities in West European nations: A crosscultural perspective // Studies in psychology: A volume in honor of Sonny Kugelman. Scripta Hierosolymintana. Ed. by G. Ben Shakhar and A. Lieblich. Jerusalem. Vol. 36. 1994.
10. Ritchie S., Martin P. Motivation Management. Hardcover, 1992. 344 с.
11. Deci E.L., Ryan R.M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health. Canadian Psychology. Т. 49, 2008. С. 182–185.
12. Кокурн О.М., Пішко І.О., Лозинська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності в складі миротворчих підрозділів: *Методичний посібник*. Київ : НДЦ ВП ЗСУ, 2011. 281 с.
13. Barbuto J., Scholl R. (1999). Development of new scales to measure an integrative taxonomy of motivation sources. *Psychological Reports*, 1087-1098/ ARD Journal Series № 12159, 1999. 82 с.
14. Олефір В.О. Психологія саморегуляції суб'єкта діяльності : дис. доктора психол. наук : 19.00.01. Харків, 2016. 428 с.
15. McClelland D. C., Atkinson J. W., Clark R. A., Lowell E. L. The Achievement Motive. East Norwalk, CT: Appleton-Century-Crofts. 1953.
16. Atkinson J. W. Introduction to motivation. Princeton, NJ: Van Nostrand. 1964.
17. Heckhausen J., Heckhausen H. Motivation and action (2nd ed.). New York, NY: Cambridge University Press. 2008.

#### **Huliak U.M. PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS OF MOTIVATIONAL AND VALUE DETERMINANTS OF MILITARY PERSONNEL'S COMBAT ACTIVITY**

*The article is devoted to the study of psychological tools for researching the motivational and value determinants of servicemen's combat activity. The problem of studying the motivation of servicemen for combat activity is caused by the tasks that Ukrainian society faces at the present stage. Since the effectiveness of servicemen's combat activity depends not only on the conditions in which they are currently engaged, it should be considered complex, and therefore requires a thorough analysis of a number of social, psychological and individual factors. One of the leading roles in this process belongs to psychological science, since the systematic and scientifically based application of the accumulated psychological knowledge will undoubtedly contribute to improving the quality of combat operations. On the basis of generalization of scientific research, the article identifies diagnostic criteria for assessing the motivational and value determinants of combat activity. They include: value parameters of motivational determination of servicemen; importance of servicemen's needs; level of internal motivation to work; desire for success of a serviceman, for high results in*

*his activity and motivation to avoid failures; types of motivation dominant for the personality of a serviceman and determinants of combat activity of servicemen. The article describes diagnostic methods aimed at studying the system of values of servicemen that are crucial for motivation to combat. To achieve the aim of the study, the author used theoretical methods of analysis and synthesis of data contained in the analyzed literature sources; interpretation of scientific theories and ideas of researchers who studied motivational and value determinants of activity in general and servicemen's activity in particular. Prospect for further research is to conduct an empirical study and determine the system of motivational and value determinants of servicemen's combat activity.*

**Key words:** *motivation, values, motivational and value determinants, psychological diagnosis, psychological technique, test, combat activity, servicemen.*

**Лікарчук Є.В.**

ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ КОНФЛІКТІВ

*Стаття присвячена проблемі теоретико – методологічних підходів до вивчення феномену професійного вигорання психологів. Ризики втрати стресостійкості, благополуччя, ментального та фізичного здоров'я фахівцями внаслідок систематичного професійного вигорання в процесі надання психологічних консультацій зростають в умовах військових конфліктів. Відсутність єдиної точки зору на визначення професійного вигорання та механізми його розвитку спричинили необхідність систематизації та узагальнення теоретико – методологічних підходів до проблеми професійного вигорання, а також розробки інтегративного теоретико – методологічного підходу до проблеми вищезазначеного феномену, який би служив би наглядною моделлю складних взаємопов'язаних окремих процесів професійного вигорання як цільного психологічного симптомокомплексу. З цією метою було узагальнено основні положення трьох підходів до розвитку професійного вигорання: результативного, процесуального та синтетичного. Професійне вигорання визначене як процес, який починається з напруження, є результатом протиріччя між очікуваннями, ідеалами, бажаннями особистості й вимогами робочої реальності. У статті висунуто гіпотезу, що стадії прогресуючого розчарування (за Еделвіч, Бродські), фази процесуальної моделі (за Буріш) та процеси психосоціальної моделі професійного вигорання (за Маслач, Джексон) протікають паралельно, взаємозумовлюючи та доповнюючи один одного на кожному з трьох етапів. Запропонований інтегративний теоретико – методологічний підхід може дати змогу описати процес виникнення та розвитку феномену професійного вигорання психологів на окремих етапах, які мають взаємозв'язок, а його симптоми визначаються взаємозалежними та взаємовпливовими, утворюючи ієрархічні структури факторів. В подальшому він має бути апробований в емпіричному дослідженні серед психологів – практиків, які працюють в умовах військових конфліктів.*

**Ключові слова:** вигорання, підхід, профілактика, виснаження, психолог, робота.

**Постановка проблеми.** Професійна діяльність психологів у сучасному світі часто здійснюється на фоні військових конфліктів. Ефективність діяльності психологів в таких складних умовах визначається не тільки професійними знаннями та навичками, а й саморегуляцією діяльності, яка є необхідним компонентом стресостійкості психологів. Ризики втрати стресостійкості внаслідок систематичного професійного вигорання в процесі надання психологічних консультацій та умов роботи значно зростають в кризові періоди життя суспільства, коли кількість постраждалих людей, які потребують психологічної допомоги, суттєво збільшується. Професійне вигорання стало серйозною проблемою, тому що його симптоми часто помилково приймають за звичайний робочий стрес та уникають відповідних стратегій втручання, щоб йому запобігти. З метою психо-

логічної підтримки психологів, які працюють під час військових конфліктів, актуальним є дослідження явищ, пов'язаних із ризиком психологів професійного вигорання. Проблема відсутності єдиної точки зору на визначення професійного вигорання та механізми його розвитку спричинили необхідність постановки та вирішення таких важливих наукових завдань, як вивчення та систематизація теоретико – методологічних підходів до проблеми професійного вигорання, а також розробка інтегративного теоретико – методологічного підходу до проблеми вищезазначеного феномену, який би служив би наглядною моделлю складних взаємопов'язаних окремих процесів професійного вигорання як цільного психологічного симптомокомплексу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасному науковому арсеналі накопичено



чимало матеріалу, присвяченого симптомам, факторам, певним аспектам, умовам формування професійного вигорання, який, на жаль, не відображає цілісного процесу опрацювання теоретичних та практичних здобутків у напрямі вивчення вищезазначеного феномену. В історії становлення теоретико – методологічних підходів до вивчення професійного вигорання науковиця Колтунович виділяє чотири етапи: 1) описовий період; 2) період наукового осмислення феномена професійного вигорання; 3) аналітико-експериментальний період; 4) сучасний період [4, с. 12]. Зазначені дані узагальнені в таблиці 1.

Отже, важливим внеском у систематизацію теоретико – методологічних підходів до проблеми професійного вигорання є підкреслення факту зародження двох підходів до його вивчення в період наукового осмислення досліджуваного феномена: 1) клінічного, коли синдром професійного вигорання розглядався як психічний розлад, пов'язаний з особистісними характеристиками спеціаліста; 2) соціально – психологічного, який розглядав міжособистісні, соціальні та організаційні фактори як головні причини професійного вигорання, визначав його як порушення психіки у межах психічної норми. Також основоположною є думка зародженням трьох підходів до розвитку професійного вигорання: результативного, процесуального та синтетичного в аналітико – експериментальний період [4, с. 12].

В межах результативного (структурно-симптоматичного) підходу під професійним вигоранням розуміється певний комплекс незалежних один від одного симптомів, які об'єднуються в більш великі блоки і який можна оцінити [3, с. 68]. Це певний стан, який включає в себе низку конкрет-

них і стабільних елементів (симптомів). Результативний підхід має ряд теоретико – методологічних підходів до проблеми професійного вигорання [6, с. 143].

Автори однофакторної моделі професійного вигорання Пайнс та Аронсон описали професійне вигорання як стан фізичного, емоційного та когнітивного виснаження, викликаного тривалим перебуванням в емоційно перевантажених ситуаціях. Таке розуміння близьке до поняття «синдрому хронічної втоми», тривалої та сильної втоми, що виводить з ладу без очевидної м'язової слабкості, яка не зникає після відпочинку та призводить з часом до значного зниження фізичної та розумової працездатності [3, с. 65].

Дослідники Діерендонк, Шауфелі та Сіксма запропонували двохфакторну модель професійного вигорання, згідно якої в основі феномену лежить двомірна конструкція, яка об'єднує компоненти: 1) емоційне виснаження («афективний» компонент): скарги на здоров'я, фізичне самопочуття, нервові напруження, емоційне виснаження; 2) деперсоналізацію («установчий» компонент): негативне ставлення до клієнтів та до себе [3, с. 67; 5, с. 28].

У двохфакторній моделі Магер та Кондо професійне вигорання визначається як форма дезадаптації до робочого місця через надмірне робоче навантаження та порушення міжособистісних стосунків. Емоційна напружена виснажлива робота, яка супроводжується надмірною витратою психічної енергії, призводить до психосоматичної втоми та емоційного виснаження [3, с. 67]. Найбільш широке розповсюдження отримала модель професійного вигорання Маслач, Джексон та Лейтер, відповідно до якої синдром емо-

Таблиця 1

**Етапи становлення теоретико – методологічних підходів до вивчення проблеми професійного вигорання**

Етап	Хронологічний період	Характеристика етапу
1) період описового, донаукового осмислення	до 1974 р. XX ст.	період донаукового осмислення феномена, який дозволяє говорити про явище, яке давно відоме людству;
2) період наукового осмислення феномена	1974р. – сер. 1980-х рр.	поява терміну «професійне вигорання», його поясненням з позицій теорії стресу, зародженням двох підходів до його вивчення;
3) аналітико – експериментальний період	сер. 1980-х рр. – 1992 р.	розгляд професійного вигорання як комплексу взаємопов'язаних симптомів, поява психодіагностичного інструментарію, розробкою концептуальних моделей, зародження трьох підходів до розвитку професійного вигорання та виявлення його детермінант;
сучасний період	з 1992 р. – теперішній час	засвідчує вивчення феномену професійного вигорання на різних рівнях у країнах світу, звернення до проблеми широкого кола дослідників, міжнародних організацій тощо.

ційного вигорання – це симптомокомплекс, який поєднує три фактори: 1) емоційне виснаження, яке характеризується психічною та загальною втомою, емоційною спустошеністю, симптомами депресії, зниженням емоційного тону; 2) деперсоналізація – це дегуманізація (знецінення) міжособистісних відносин, негативізм, цинічність по відношенню до почуттів і переживань інших людей; 3) редукція професійних досягнень, яка характеризує зниження професійної ефективності працівника, що може проявлятися в негативізмі до службових обов'язків і можливостей, в обмеженні обов'язків, зменшенні значущості виконаної діяльності [3, с. 67; 5, с. 28–27; 6, с. 143].

У концепції професійного вигорання Голембі-вські та Мунзенрідер виділено три його ступеня та вісім фаз, які відрізняються взаємовідношенням показників складових на основі моделі Маслач, Джексон. Важливим моментом концепції є уявлення про черговість виникнення складових вигорання у процесі його розвитку: деперсоналізація, редукція професійних досягнень та емоційне виснаження [5, с. 29–30].

У чотирьохфакторній моделі (Фірс, Мімс, Еваніцкі, Шваб) один з елементів професійного вигорання розподіляється на два окремі чинники. Наприклад, Фірс, МакЕнті поділяли деперсоналізацію на два фактори: пов'язану із фаховою діяльністю і з клієнтами відповідно [5, с. 28–29].

Представники процесуального (процесуально – стадіального) підходу розглядають вигорання як процес, який розвивається у часі та включає низку стадій, що змінюють одна одну. Психолог Черніс запропонував транзакційну модель, яка складається з трьох етапів: 1) дисбаланс між вимогами роботи та наявним ресурсом, що викликає стрес; 2) короткочасне емоційне напруження, втома та виснаження; 3) негативні зміни в стосунках та поведінці, що є захисним механізмом [5, с. 29; 6, с. 144]. На думку Буріш професійне вигорання проходить у розвитку шість фаз: 1) попереджувальна фаза: стадія надмірної участі, стадія виснаження; 2) фаза зниження рівня власної участі: по відношенню до співробітників і клієнтів, по відношенню до інших оточуючих; по відношенню до професійної діяльності; зростання вимог; 3) емоційні реакції депресії та агресії; 4) фаза деструктивної поведінки (у сфері інтелекту, мотиваційній та емоційно – соціальній сферах); 5) фаза психосоматичних реакцій та зниження імунітету; 6) фаза розчарування та негативної життєвої установки [3, с. 69; 5, с. 23; 6, с. 144]. Еделвіч, Бродські розглядали феномен

професійного вигорання як процес прогресуючого розчарування, а також співпадав з позицією вченого Міллер за протіканням чотирма стадіями: 1) ентузіазм; 2) стагнація; 3) фрустрація; 4) апатія [3, с. 69, 6, с. 144]. У процесуальній моделі Перлман, Гартман розвиток професійного вигорання розглядають в контексті професійних стресів, відповідно до механізму розвитку стресу Сельє: 1) тривожна напруга; 2) сильні відчуття і переживання стресу; 3) три основні класи реакцій на стрес (фізіологічні, афективно-когнітивні, поведінкові); 4) переживання хронічного психологічного стресу [3, с. 68; 5, с. 30]. Отже, з позиції процесуального підходу професійне вигорання – це процес, який починається з напруження, є результатом протиріччя між очікуваннями, ідеалами, бажаннями особистості й вимогами суворого повсякденного життя [6, с. 144]. Надмірна залежність від роботи призводить до повного розпаду та екзистенційної порожнечі.

Синтетичний підхід до проблеми професійного вигорання (Шауфелі та Ензман) репрезентує феномен дослідження як стан та як процес, робить акцент на загальній симптоматиці, передумовах і сфері (домени), у якій воно відбувається. Професійне вигорання тлумачиться як стійкий, негативний, пов'язаний з роботою стан свідомості «нормальних» людей, який характеризується виснаженням, що супроводжується дистресом, відчуттям спаду ефективності, зниженням мотивації та розвитком дисфункціональних відносин і поведінки на роботі [4, с. 36–37]. Ними до виснаження додається чотири загальні симптоми: розлади (афективні, когнітивні, фізичні та поведінкові симптоми); відчуття спаду ефективності; зниження мотивації і дисфункціональні відносини та поведінку на роботі [4, с. 36–37; 5, с. 32].

Узагальнюючи вищенаведене, варто зазначити, що проблемами у сфері дослідження проблеми професійного вигорання залишилися: 1) відсутність єдиного теоретико-методологічного підходу до вивчення його сутності; 2) розходження в описанні механізму розвитку феномена через різність підходів; 3) описовий характер більшості публікацій.

**Формулювання цілей статті.** Позначити теоретико – методологічні підходи до вивчення проблеми професійного вигорання та розкрити їх прикладний характер для психологів, які працюють в умовах військових конфліктів. Тому *мета* статті полягає у висвітленні внеску наукових психологічних шкіл у дослідження та розвиток концепції професійного вигорання з подальшою система-

тизацією теоретико – методологічних підходів до вивчення проблеми професійного вигорання та створенням інтегративної моделі погляду на його перебіг. Під час дослідження застосовано системний підхід та методи аналізу, синтезу, семантичного аналізу, історичного аналізу, аналогій, узагальнення, пояснення, класифікації. Інформаційну базу дослідження склали наукові праці засновників теорій професійного вигорання, сучасні публікації теоретичного та прикладного характеру науковців. Автор висуває *гіпотезу*, що стадії прогресуючого розчарування (за Еделвіч, Бродські), фази процесуальної моделі (за Буріш) та процеси психосоціальної моделі професійного

вигорання (за Маслач, Джексон) протікають паралельно, взаємозумовлюючи та доповнюючи один одного на кожному з трьох етапів.

**Виклад основного матеріалу.** Розвиток теоретико – методологічних підходів до вивчення проблеми професійного вигорання зумовив необхідність узагальнення та класифікації вивченого масиву даних, які були зазначені у таблиці 2.

Виходячи з отриманих класифікаційних даних та з точки зору принципу єдності результуючої та процесуальної сторін психічного явища, професійне вигорання можна розглядати як стан, який має певну міру виразності його структурних компонентів, які відображають результати змін,

Таблиця 2

**Узагальнення теоретико – методологічних підходів до вивчення проблеми професійного вигорання**

Модель	Представники	Компоненти професійного вигорання
<b>1. Результативний підхід</b>		
однофакторна модель	Аронсон, Пайнс	надмірна важка втома, синдром хронічної втоми стан фізичного, емоційного та когнітивного виснаження;
двофакторна модель	Діерендонк, Шауфелі та Сіксма	1) емоційне виснаження (афективний компонент); 2) деперсоналізація (установчий компонент);
	Магер, Кондо	1) емоційне виснаження через надмірну витрату психічної енергії; 2) психосоматична втома;
трьохфакторна модель	Маслач, Джексон та Лейтер	1) емоційне виснаження; 2) деперсоналізація; 3) редукція персональних досягнень;
	Голембієвські та Мунзенрідер	1) деперсоналізація; 2) редукція професійних досягнень; 3) емоційне виснаження;
чотирифакторна модель	Фірс, Мімс, Еваніцкі, Шваб	1) емоційне виснаження; 2) деперсоналізація в межах професійної діяльності; 3) деперсоналізація по відношенню до суб'єктів професійної діяльності; 4) редукція персональних досягнень;
<b>2. Процесуальний підхід</b>		
трьохфазова модель	Черніс	1) дисбаланс між вимогами роботи та наявним ресурсом, це викликає стрес; 2) короткочасне емоційне напруження, втома та виснаження; 3) негативні зміни в стосунках та поведінці;
чотирьохфазова модель	Перлман та Гартман	1) тривожна напруга; 2) сильні відчуття і переживання стресу; 3) три основні класи реакцій на стрес (фізіологічні, афективно-когнітивні, поведінкові); 4) хронічний психологічний стрес;
шестифазова модель	Буріш	1) попереджувальна фаза; 2) фаза зниження рівня власної участі; 3) фаза емоційних реакцій; 4) фаза деструктивної поведінки; 5) фаза психосоматичних реакцій; 6) фаза розчарування;
п'ятифазова модель	Грінберг	1) стадія «медового місяця»; 2) стадія «нестачі палива»; 3) стадія хронічних симптомів; 4) стадія кризи; 5) стадія «пробивання стіни».
<b>3. Синтетичний підхід</b>		
синтетична п'ятифазова модель	Шауфелі та Ензман	1) виснаження; 2) розлади (афективні, когнітивні, фізичні та поведінкові симптоми); 3) відчуття спаду ефективності; 4) зниження мотивації; 5) дисфункціональні відносини та поведінка на роботі

пов'язаних з певною особистістю [3, с. 68]. Психолог та науковиця Погрібна підкреслила переваги впровадження інтегративного підходу до структурно – процесуального змісту феномену професійного вигорання, тому що він може забезпечити можливість дослідження не тільки феноменологічних конструктів, а й механізмів трансформації даного синдрому в інші психічні явища [5, с. 31, 66]. Отже, розглянемо гіпотетичну інтегративний теоретико – методологічний підхід паралельних взаємопов'язаних процесів професійного вигорання, який є спробою системного узагальнення ряду підходів до вивчення означеного феномену. Варто зазначити, що три фази інтегративної моделі були розділені за ступенем інтенсивності: низька, середня та висока, якщо розглядати професійне вигорання як втрату енергетичних ресурсів в умовах перманентного наростання хронічної втоми. Гіпотетичний інтегративний теоретико – методологічний підхід зазначено на рис. 2.

Перший етап інтегративної моделі професійного вигорання – етап низької інтенсивності – починається з ентузіазму, характерного для психологів, сповнених енергії на початку професійної кар'єри [2, с. 75; 5, с. 31]. За Буріш у цей час запускається попереджувальна фаза зі стадією надмірної участі. В цей період психологи можуть проявляти надмірну активність, відмовляючись від власних потреб, витісняти розчарування в роботі, обмежувати соціальні контакти [3, с. 70]. Цей процес супроводжується значними психоенергетичними інвестиціями в роботу при наданні психологічних консультацій, проведенні тренінгів, коли фахівці мають великі надії та нереалістичні очікування. За Маслач в цей час відбувається емоційне перенасичення в робочому середовищі.

Потім професійне вигорання за підходом прогресуючого розчарування переходить в стадію стагнації, коли очікування психологів від роботи та її результатів зменшуються, але при цьому в них

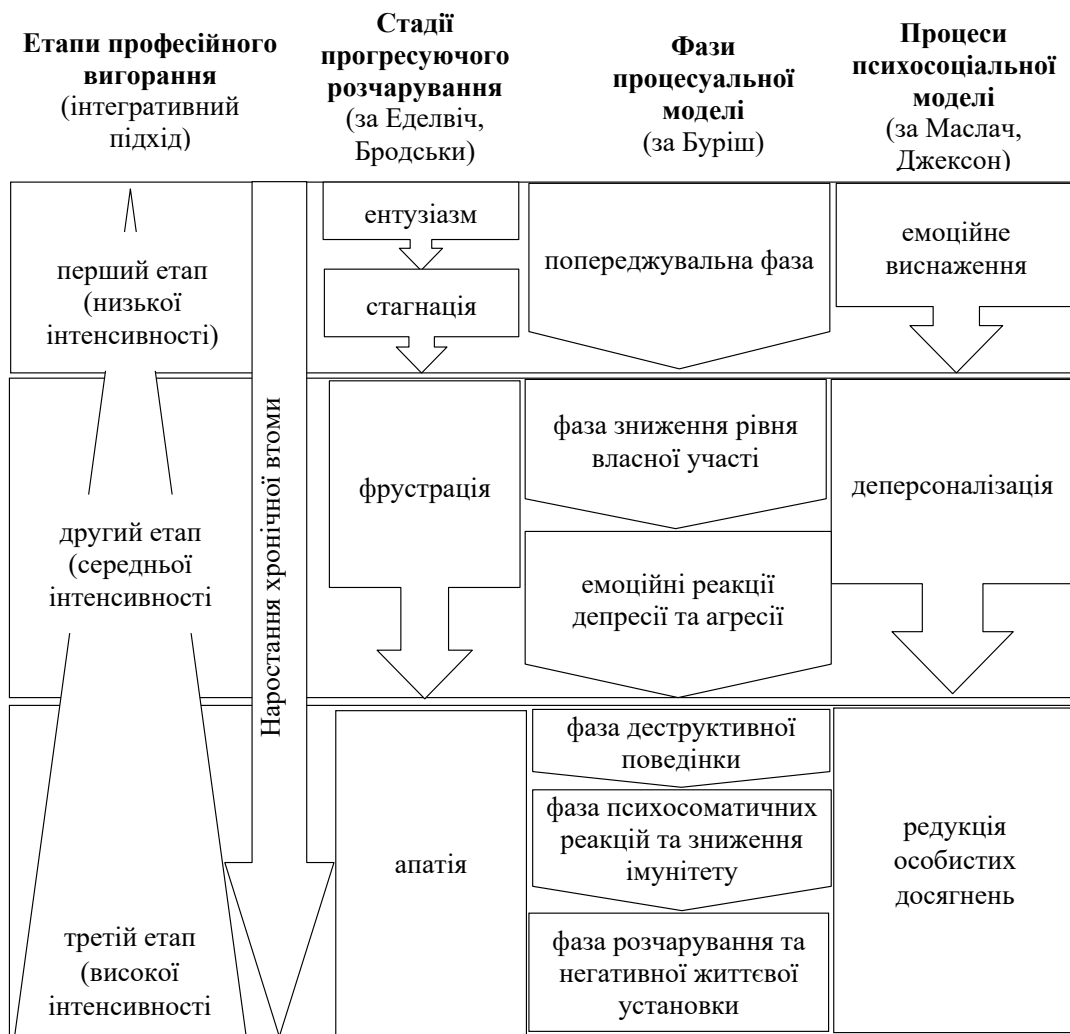


Рис. 2. Схема інтегративного теоретико – методологічного підходу до процесів професійного вигорання

розвивається виснаження з характерними почуттями втоми та проблемами зі сном. Як наслідок, закріплюється перший компонент моделі Маслач, Джексона – емоційне виснаження. Воно супроводжується емоційними зривами, агресивними реакціями, спалахами гніву, а згодом ці симптоми змінюються на втрату емоційного інтересу до навколишньої дійсності.

Через наростання впливу стрес-факторів на роботі за відсутності можливості отримати розраду, професійне вигорання, маючи кумулятивний ефект, поступово призводить до стійкого підвищення рівня виснаження та втоми. Вступає в дію другий етап професійного вигорання – етап середньої інтенсивності. За Еделвіч, Бродські цей процес позначений фрустрацією, коли ідеалістичні очікування психологів про допомогу клієнтам, власні можливості, компетентність чи кар'єрне просування не реалізувались, а особистісні потреби залишилися незадоволеними. На цьому етапі зовнішні фактори, такі як низький рівень заробітної платні, несприятливий психологічний клімат в колективі, недостатній рівень супервізійної та інтервізійної підтримки відіграють негативну роль у прояві афективних, когнітивних та фізичних симптомів фахівців [2, с. 7]. За Буріш наступає фаза зниження рівня власної участі у ряді аспектів:

1) втрачається залученість психологів у стосунках із колегами та клієнтами: втрата позитивного сприйняття колег, перехід від допомоги до нагляду та контролю, що сприяє втраті психологічної професійної позиції; через можливе звинувачення інших в проблемах, домінування стереотипів в поведінці по відношенню до колег та клієнтів, прояви негуманного підходу до клієнтів, психологи неусвідомлено можуть нанести шкоду собі та клієнтам, робити діагностичні, методологічні помилки, намагаючись у просторі «психолог – клієнт» вирішувати власні психологічні проблеми;

2) відбувається зниження рівня власної участі психологів по відношенню до інших: втрачається емпатія, проявляється байдужість, цинічність оцінювання, яке є захисним механізмом; фахівці можуть відчувати мало бажання працювати, штучно продовжувати перерви роботи, запізнюватися, йти завчасно з роботи, робити акцент на матеріальній винагороді при одночасній незадоволеності роботою;

3) посилюється зростання вимог, яке супроводжується втратою психологами життєвих ідеалів, вони можуть скаржитися, що їх використовують,

заздрити. З'являються такі емоційні реакції, як депресія (почуття провини, зниження самооцінки, безпідставні страхи) та агресія (звинувачення інших, ігнорування своєї участі в невдачах, відсутність толерантності, підозрілість, конфлікти з оточенням) [3, с. 70]. В результаті наступає ефект деперсоналізації, другого компоненту моделі Маслач, Джексона, який супроводжується знеціненням стосунків, втратою емоційного компоненту психічних процесів, втратою почуттів до близьких людей, зниженням емпатії – чуйності, співучасті, що перешкоджає професійній діяльності психологів.

Врешті, третій етап, який позначається високою інтенсивністю професійного вигорання, з погляду концепції прогресуючого розчарування позначений відчуттям апатії у психологів. На поведінковому та емоційному рівні психолог може фізично та розумово відходити від роботи, відчувати погіршення стосунків з колегами. У фахівця проявляється емоційна відчуженість, цинізм та байдужість. За процесуальною моделлю Burish наступає фаза деструктивної поведінки у ряді сфер: інтелектуальній (у психологів відбувається зниження концентрації уваги та окреслюється ригідність мислення, відсутність уяви); мотиваційній (відсутність ініціативи, зниження ефективності діяльності, проведення консультацій клієнтів тільки за протоколами); емоційно – соціальної (байдужість, уникнення неформальних контактів, уникнення тем, пов'язаних з роботою, самотність, відмова від хобі, нудьга). На жаль, далі слідує фаза психосоматичних реакцій та зниження імунітету, яка характеризується нездатністю фахівців психологічних служб, психологів, психотерапевтів до розслаблення у позаробочий час, сексуальними розладами, безсонням, підвищенням тиску, тахікардією, головним болем, болі в спині, розладами травлення, залежністю від психоактивних речовин, кофеїну. Далі слідує завершальна фаза – фаза розчарування та негативної життєвої установки, яка супроводжується відчуттям безпорадності та безглуздості життя, екзистенціальним відчаєм [3, с. 70]. Як результат наступає редукція особистих досягнень як третій компонент професійного вигорання за Маслач, Джексона. Саме в цей час відбувається зниження професійної ефективності психолога, коли з'являється почуття власної неспроможності та некомпетентності, небажання докладати зусилля для розвитку. Відбувається втрата зацікавленості в професії, хронічна астенозованість, апатич-

ність, тотальна соціальна ізоляція [1]. Фахівець може покинути професію психолога та більше не працювати з клієнтами.

Отже, розглянутий інтегративний теоретико – методологічний підхід може дати змогу описати процес виникнення та розвитку феномену професійного вигорання психологів на окремих етапах, які мають взаємозв'язок, а його симптоми визначаються взаємозалежними та взаємовпливовими, утворюючи ієрархічні структури факторів.

**Висновки.** На підставі опрацювання наукових фахових публікацій та проведення досліджень варто підкреслити, що узагальнення досліджень з проблеми професійного вигорання дозволяє розглядати його як особливий стан людини, який є наслідком професійних стресів. Він є складним психофізіологічним феноменом, який поєднує емоційне, розумове та фізичне виснаження через тривале емоційне навантаження, яке виражається в депресивному стані, почутті втоми та спустошеності, нестачі енергії та ентузіазму, втраті здатності бачити позитивні результати своєї роботи, негативній установці відносно роботи і життя в цілому. Розуміння професійного вигорання як комплексного явища, яке об'єднує ряд психоемоційних реакцій на роботу, є важливим для наукового дослідження та практичної роботи з його профілактики. Професійне вигорання – специфічний стрес-синдром, який виникає внаслідок

хронічної напруженої психоемоційної діяльності та призводить до деструктивних змін структури діяльності або особистості психолога [5, с. 40].

У статті на підставі семантичного аналізу обґрунтовано зміст професійного вигорання та здійснено узагальнення теоретико – методологічних підходів до проблеми професійного вигорання, їх структурування та дослідження змісту кожного підходу. Сформульовано інтегративний концептуальний теоретико – методологічний підхід до погляду на процеси професійного вигорання, який поєднує його структурні та динамічні властивості. Він дає можливість побачити, які паралельні процеси з різних концепцій тривають протягом кожного з трьох етапів, а також орієнтуватися на рівень інтенсивності професійного вигорання виходячи з ознак того чи іншого етапу. Запропонований теоретико – методологічний гіпотетичний підхід, який було наглядно представлено та описано, в подальшому має бути апробований в емпіричному дослідженні серед психологів – практиків, які працюють в умовах військових конфліктів. Планується розробити відповідний інструментарій визначеного підходу, який би дозволив виміряти рівень інтенсивності професійного вигорання. Його призначенням має стати розробка, проектування та здійснення заходів, які дозволять покращити якість життя психологів, покращити умови їх праці та якості надання психологічної допомоги.

#### Список літератури:

1. Асонов Д. Емоційне вигорання медичних працівників: моделі, фактори ризику та протективні фактори. *Психосоматична медицина та практика*. <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/295> (дата звернення: 20.07.2024)
2. Вахоцька І. О. Проблема емоційного вигорання у професійній діяльності особистості. *Вісник Харківського національного університету. Серія "Психологія"*. 2015. № 1150. Випуск 57. Харків.
3. Громцева О. Уявлення про професійне вигорання медичних працівників та дослідження його феноменології. *European Journal of Management Issues*. 2019. 27(3-4). С. 63–72. DOI: 10.15421/191907
4. Колтунович Т.А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. 2016. Івано-Франківськ. 352 с.
5. Погрібна А.О. Захисно-копінгова поведінка як чинник емоційного вигорання вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. 2017. Слов'янськ. 355 с.
6. Шевчук В.В. Сучасні підходи до визначення категорії «емоційне вигорання». *Habitus*. Випуск 17. 2020. С. 141–145. DOI <https://doi.org/10.32843/26635208.2020.17.25>
7. Gupta M., Chedrawy E. An Ontological, Anthropological and Psychoanalytic Perspective on Physician Burnout. 2023. *Cureus*. 15(1). DOI 10.7759/cureus.34282
8. Edelwich, J., Brodsky A. Burn-out: Stages of disillusionment in the helping professions (Vol. 1). 1980. New York: Human Sciences Press.
9. Etzion, D. Burnout: The hidden agenda of human distress. *IIBR Series in Organizational Behavior and Human Resources, Working paper No 930/87*. 1987. Tel Aviv, Israel: The Israel Institute of Business Research, Faculty of Management, Tel Aviv University.
10. Freudenberger H. Staff burn-out. *Journal of Social Issues*. 1974. Vol. 30, n. 1, 159–165. doi: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x.

11. Frith, G. H., Mims, A. Burnout among Special Education Paraprofessionals. *Teaching Exceptional Children*. 1985. 17(3), pp. 225–227. doi: 10.1177/004005998501700312.
12. Greenberg J. S. *Comprehensive Stress Management*. 2002. 7th ed. Mc Grew-Hill Inc. New York.
13. Katz J., Edelwich J., Brodsky A. Burn-Out: Stages of Disillusionment in the Helping Professions. *The Journal of Higher Education*. 1982. 53(5), 604. doi: 10.2307/1981860.
14. Kondo K. *Burnout syndrome*. *Asian Medical Journal*. 1991. 34(11), pp. 34–42.
15. Maslach C., Leiter. M.P. *The Truth about Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do about It*. 1997. San Francisco: Jossey-Bass.
16. Maslach C., Leiter. M.P. Understanding the Burnout Experience: Recent Research and Its Implications for Psychiatry. *World Psychiatry*. 15.2. 2016. pp. 103–111. PMC.
17. Perlman B., Hartman E. A. Burnout: Summary and Future Research. *Human Relations*. 1982. 35(4), pp. 283–305. doi: 10.1177/001872678203500402.
18. Pines A. M., Aronson E. *Burnout: From tedium to personal growth*. NY 1981. 229 p.
19. Van Dierendonck D., Schaufeli W. B., Sixma H. J. Burnout among General Practitioners: A Perspective from Equity Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1994. 13(1), pp. 86–100. doi: 10.1521/jscp.1994.13.1.86.
20. Williams, E. S. Rathert C., Buttigieg S. C. (2019). The Personal and Professional Consequences of Physician Burnout: A Systematic Review of the Literature. *Medical Care Research and Review*. doi:10.1177/1077558719856787.

#### **Likarchuk I.V. THEORETICAL – METHODOLOGICAL APPROACHES TO STUDYING THE PROBLEM OF PROFESSIONAL BURNOUT OF PSYCHOLOGISTS WORKING IN MILITARY CONFLICTS**

*The article is devoted to the problem of theoretical and methodological approaches to the study of the phenomenon of professional burnout of psychologists. Risks of loss of stress resistance, well-being, mental and physical health by specialists as a result of systematic professional burnout in the process of providing psychological consultations increase in the conditions of military conflicts. The lack of a single point of view on the definition of professional burnout and the mechanisms of its development caused the need to systematize and generalize theoretical-methodological approaches to the problem of professional burnout, as well as to develop an integrative theoretical-methodological approach to the problem of the above-mentioned phenomenon, which would serve as a visual model of complex interrelated separate processes of professional burnout as a whole psychological symptom complex. For this purpose, the main provisions of three approaches to the development of professional burnout were summarized: effective, procedural and synthetic. Professional burnout is defined as a process that begins with stress and is the result of a contradiction between expectations, ideals, individual desires and the requirements of working reality. The article hypothesizes that the stages of progressive frustration (according to Edelwich, Brodsky), the phases of the process model (according to Burish) and the processes of the psychosocial model of professional burnout (according to Maslach, Jackson) proceed in parallel, mutually determining and complementing each other at each of the three stages. The proposed integrative theoretical-methodological approach can make it possible to describe the process of the emergence and development of the phenomenon of professional burnout of psychologists at separate stages that are interconnected, and its symptoms are defined as interdependent and mutually influencing, forming hierarchical structures of factors. In the future, it should be tested in an empirical study among psychologists – practitioners who work in the conditions of military conflicts.*

**Key words:** burnout, approach, prevention, exhaustion, psychologist, work.

**Мельник А.П.**

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК»

**Дуда О.П.**

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК»

## ФАКТОРИ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ОСНОВИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ ПРИКОРДОННИКІВ

*Статтю присвячено з'ясуванню взаємозв'язків різних аспектів і характеристик комунікативної компетентності прикордонників, що відбивають дію латентних інтегрованих чинників цієї компетентності, а також визначенню сили впливу цих чинників. Відтак метою статті є обґрунтування основних чинників розвитку комунікативної компетентності прикордонників як основи їхньої професійної ефективності. Проведене дослідження базується на таких наукових методах, як системно-функціональний, анкетування, тестування, спостереження, кореляційний аналіз, факторний аналіз. Результати дослідження включають опитування 100 офіцерів–прикордонників щодо визначення важливих професійних якостей прикордонників, самооцінку військовиками своїх комунікативних вмінь; тестування за методиками Є. Климова, В. Синявського та Б. Федоришина, а також методикою М. Снайдера. З'ясовано сильний зв'язок професійної компетентності прикордонників з комунікабельністю, організаторськими здібностями, освіченістю, широким світоглядом, дуже високим рівнем розвитку комунікативних здібностей та високим рівнем розвитку організаторських здібностей. На основі застосування критерію кам'янистого осипу та накопичувальної дисперсії виокремлено такі ключові фактори: 1) «актуалізація високого рівня розвитку комунікативної компетентності як інтегратора професійної ефективності прикордонників»; 2) «компенсаторні механізми недостатності комунікативної компетентності в процесах прикордонної служби»; 3) «необхідність спеціалізації прикордонників з урахуванням їхніх професійних комунікативних спроможностей»; 4) «відповідальне ставлення прикордонників до розвитку комунікативної компетентності та моніторинг її відповідності завданням та специфіці професійної діяльності».*

*На основі проведених досліджень зроблено наступні емпіричні висновки: 1) комунікативна компетентність є інтегративним феноменом; 2) ключові фактори комунікативної компетентності безпосередньо активують відповідні складові цієї компетентності, підвищують ефективність прикордонної служби, а також сприяють підвищенню довіри населення до Державної прикордонної служби України; 3) урахування дії факторів у процесах професійної підготовки та підвищення кваліфікації прикордонників нового типу матиме не лише поточний, але і довгостроковий ефект, оскільки зростання рівня комунікативної компетентності прикордонників зміцнюватиме довіру, соціальні зв'язки, доброзичливі відносини та групову солідарність військових підрозділів, тобто оптимізує їхню взаємодію.*

**Ключові слова:** комунікативна компетентність; професіоналізм прикордонників; професійне спілкування; факторний аналіз, кореляційний аналіз.

**Постановка проблеми.** Прикордонна служба висуває низку вимог до особистості прикордонника, а специфіка його професійної діяльності має в своїй основі постійну і практично неперервну комунікацію.

Безпосередньо потребують комунікативної компетентності й реалізація таких зазначених в Законі України Про Державну прикордонну

службу України [1] та Стратегії її розвитку [2], як: спільний із зарубіжними прикордонниками контроль у пунктах пропуску через державний кордон й спільне патрулювання державного кордону; утворення та функціонування підрозділів швидкого реагування та експертної служби; обмін інформацією, проведення спільних оперативних та інших заходів із суб'єктами інтегрованого



управління кордонами та прикордонними органами держав з державами-членами ЄС, Інтерполом, інституціями НАТО тощо.

Забезпечення державної безпеки та охорони кордону України, розвиток різноманітних форм міжнародного співробітництва у прикордонній сфері потребують виведення підготовки та роботи з особовим складом кадрового офіцерського корпусу Держприкордонслужби України на якісно новий рівень, акцентують увагу на вміннях прикордонників усвідомлювати й долати комунікативні бар'єри та вибирати продуктивну стратегію й тактику спілкування; на спроможності ефективно взаємодіяти з полікультурним оточенням, на засадах національних цінностей та духовно-культурних традицій, налагоджувати контакти й конструктивно спілкуватися з різної статусної позиції в умовах складної і динамічної обстановки на кордоні та інших складових комунікативній компетентності [2].

В умовах військової агресії Росії та залучення прикордонних підрозділів не лише до контролю, а й до виконання бойових завдань посилюється значення таких вимог щодо професійного спілкування військовиків прикордонної служби, як точність, лаконічність, вичерпність, а також вагомість і дієвість, оскільки нечітко сформульована команда, що не відображає повною мірою наміри та вимоги командира, в умовах цейтноту та високоризикової ситуації бою може мати згубні наслідки.

**Аналіз попередніх досліджень і публікацій.** Важливе значення для забезпечення професійної компетентності прикордонників мають дослідження сутності та структури професійної компетентності прикордонника, вимог, застережень, а також ситуацій професійного спілкування офіцера-прикордонника тощо (О. Діденко, Н. Логінова, Н. Макогончук, Н. Собко, О. Торічний, Т. Ткаченко, О. Федоренко та інші). Засадничим і точним щодо дослідження професійної компетентності є визначення С. Сисоевої компетентності фахівця як «його особистісну характеристику (особистісний капітал), цілісне, інтегративне, багаторівневе, особистісне новоутворення, що є результатом здобуття кваліфікацій у процесі неперервної освіти, рівень якої підтверджується сукупністю сформованих у фахівця компетенцій, які визначають успішність виконання різних видів професійної діяльності, здатність до самореалізації, саморозвитку та самовдосконалення впродовж життя та сприяють соціалізації особистості, формуванню у неї світоглядних та науково-

професійних поглядів, творчості та майстерності. Особі із сформованою компетентністю властиві ціннісні орієнтації, вона усвідомлює своє місце в суспільстві, розуміє навколишній світ. Їй притаманні загальна та професійна культура, набутий досвід взаємодії з іншими людьми» [3]. Заслуговує на увагу позиція Н. Волошиної, яка поділяє комунікативні здібності на ядерні (комунікативно-інформаційний, когнітивний, емотивний, креативний) та периферійні [4]. З такою точкою зору корелюють виокремлені О. Федоренко ознаки розвиненості комунікативних здібностей військовиків [5], а також обґрунтований А. Москаленком комплекс бажано взірцевих власне комунікативних здібностей, спроможностей та умінь [6].

Разом з тим фактори досягнення комунікативної компетентності українських прикордонників в умовах військової агресії Росії та захисту державного суверенітету України наразі залишилися поза колом наукових пошуків психологічної науки.

**Метою статті** є обґрунтування основних чинників розвитку комунікативної компетентності прикордонників як основи їхньої професійної ефективності.

**Виклад основного матеріалу.** При проведенні дослідження ми виходили, що зміст комунікативної компетентності майбутнього офіцера-прикордонника можна представити як «систему знань, норм, цінностей і зразків поведінки, що прийнята у суспільстві, а також уміння органічно, природно та невимушено реалізовувати їх у діловому та емоційному спілкуванні» [7] з урахуванням автентично-особистісних засад, психологічних факторів, базисних об'єктивних та суб'єктивних умов комунікативної компетентності прикордонників. Основні комунікативні вміння відображають, з одного боку, виконання мотиваційної, цільової, пізнавально-інформаційної, діяльнісної, соціопрогностичної, діалогічно-результативної функцій, а з іншого – когнітивно-поведінкову, мотиваційно-ціннісну та операційно-діяльнісну структурні компоненти комунікативної компетентності.

Основним об'єктом емпіричного дослідження автори вважали за необхідне обрати значущі щодо комунікативної компетентності комунікативні властивості прикордонників; особистісні риси, пов'язані з цими властивостями; репрезентативні прояви цих характеристик, рис, властивостей у міжособистісних взаєминах у військових підрозділах та інтерактивний вплив цих взаємин на формування комунікативної компетентності прикордонників.

При виборі методів обґрунтування чинників комунікативної компетентності автори спирались на результати узагальнення існуючих методичних підходів до визначення чинників та напрямів розвитку певного соціально-економічного явища чи процесів. На цій основі визначено доцільність використання кореляційного аналізу та одного з методів багатомірної класифікації – різновиду факторного аналізу – метод головних компонент, що дозволяє виокремити первинні фактори та з'ясувати мінімальну кількість загальних латентних факторів розвитку певного явища (процесу), котрі задовільно відтворюють кореляції між виокремленими характеристиками такого явища, причому змінні можуть давати навантаження на декілька факторів.

Статистичну базу кореляційного та факторного аналізу склали інтегровані дані опитування 100 прикордонників ДПСУ за напрямами: виокремлення із запропонованого переліку якостей, найбільш важливих для працівників Державної прикордонної служби України; самооцінка військовослужбовцями-прикордонниками своїх комунікативних вмінь; виявлення схильності прикордонників до професійного спілкування за методикою Є. Климова; оцінка комунікативних і організаторських здібностей (КОЗ–1) за методикою В. Синявського та Б. Федоришина; аналіз комунікативного контролю (методика М. Снайдера) [8; 9; 10; 11].

Кореляційний аналіз виявив, зокрема, що професійна компетентність має сильний зв'язок з: комунікабельністю ( $k=0,72$ ); організаторськими здібностями ( $k=0,63$ ); освіченістю, широким світоглядом ( $k=0,61$ ); дуже високим рівнем розвитку комунікативних здібностей ( $k=0,7$ ); високим рівнем розвитку організаторських здібностей ( $k=0,61$ ); негативний кореляційний зв'язок з показниками низьких рівнів розвитку організаторських та комунікативних здібностей (відповідно  $k=-0,56$  та  $k=-0,63$ ).

Комунікабельність має сильний позитивний зв'язок ( $k>0,5$ ), зокрема, з високим рівнем загальної культури ( $k=0,83$ ); професійною компетентністю ( $k=0,72$ ); освіченістю, широким світоглядом ( $k=0,68$ ); цілеспрямованістю ( $k=0,66$ ), високим рівнем розвитку організаторських здібностей ( $k=0,58$ ).

Цілком природньо, що комунікабельність має високий негативний кореляційний зв'язок із низьким рівнем розвитку комунікативних здібностей ( $k=-0,78$ ), за якого індивіду важко спілкуватися, спільно виконувати певні завдання, обґрунту-

вати і приймати рішення, що особливо позначається у ризикових ситуаціях охорони державного кордону.

Високий рівень оцінки прикордонниками своєї комунікативної компетентності має сильний зв'язок із високим рівнем розвитку організаторських здібностей ( $k=0,65$ ); помірний – із високим рівнем розвитку комунікативних здібностей ( $k=0,5$ ); сильний негативний – із кмітливістю та наполегливістю ( $k=-0,89$ ), а також з індикаторами нижче середнього та низького рівня розвитку організаторських здібностей ( $k=-0,82$  та  $k=-0,53$ ), низького рівня комунікативного контролю ( $k=-0,87$ ), а також який свідчить, що особі не дуже підійдуть професії з частими і напруженими міжособистісними контактами ( $k=-0,96$ ).

Кореляційний аналіз засвідчив, що особі підходить тип роботи, пов'язаний із спілкуванням, якщо вона вмє оперативно приймати адекватні рішення ( $k=0,93$ ), має високий чи середній рівень розвитку організаторських здібностей ( $k=0,68$  та  $k=0,62$ ).

Особи з дуже високим та високим рівнями розвитку комунікативних здібностей, як констатує проведений аналіз, відзначаються освіченістю, широким світоглядом ( $k=0,66$  та  $k=0,75$ ) сприятливими показниками комунікативного самоконтролю та розвитку організаторських здібностей ( $k=0,62$  та  $k=0,44$ ) та є професійно компетентними ( $k=0,7$  та  $k=0,42$ ).

Доповнюючи вище наведене, слід додати, що високий рівень комунікативного контролю гарно корелює із відповідальністю ( $k=0,83$ ).

Для виділення ключових факторів, що впливають на комунікативну компетентність, було доцільно використати наступні критерії.

Найбільш поширеним з таких критеріїв є критерій Кайзера, за яким відбираються ті чинники, які мають власне значення більше за 1 [12]. Отримані власні значення факторів та дисперсія за факторами наведено у табл. 1.

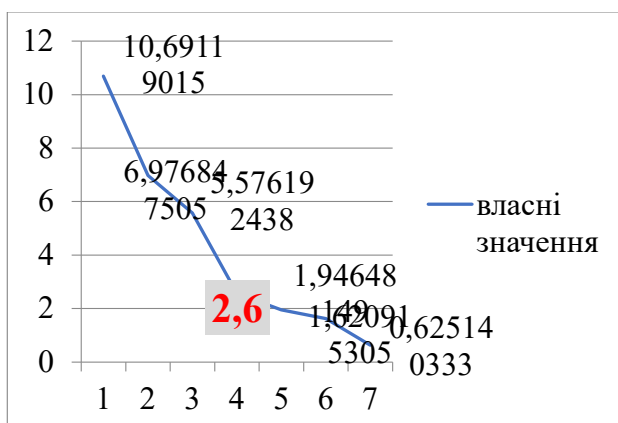
За даним критерієм до подальшого аналізу слід було залишити шість факторів (головних компонент).

Але якщо керуватися накопичувальною (кумулятивною) дисперсією, то перший отриманий фактор має максимальну дисперсію – 35,64%, послідовно одержувані фактори від 2 до 7 пояснюють менші частки дисперсії – відповідно 23,3% та 2,08%, (всі вони не корелюють між собою), тому достатньо взяти для подальшого розгляду від трьох до п'яти перших факторів, які сумарно описують 77–92% усієї дисперсії.

**Власні значення (factor.sta ) та дисперсія виділених головних факторів комунікативної компетентності прикордонників**

Номер фактора	Власні значення фактора	% загальної дисперсії за кожним фактором	Кумулятивно власні значення	Кумулятивно дисперсія, %
1	10,69	35,64	10,69	35,64
2	6,98	23,26	17,67	58,89
3	5,58	18,59	23,24	77,48
4	2,56	8,54	25,81	86,02
5	1,95	6,49	27,75	92,51
6	1,62	5,40	29,37	97,91
7	0,63	2,08	30,00	99,99

Для конкретизації числа факторів використовувався інший важливий підхід до відбору факторів запропонований Кеттелом, що має назву «критерій кам'янистого осипу», і є графічним методом, що показує власні значення факторів у вигляді просторового графіка (рис. 1).



**Рис. 1. Критерій кам'янистого осипу на основі дисперсії виділених головних факторів комунікативної компетентності прикордонників**

За цим критерієм швидке падіння (осип) дисперсії припиняється за 4 фактором, отже, достатньо вибрати перші чотири фактори, сумарна дисперсія яких становить 86%. Для полегшення змістовної інтерпретації факторів здійснено обертання вихідних значень методом варімакс, що дасть змогу отримати спрощену факторну структуру за рахунок збільшення великих та зменшення малих факторних навантажень.

Факторні навантаження, які характеризують тісноту зв'язку між показниками і виділеними факторами, тобто вони є коефіцієнтами кореляції між обраними аспектами комунікативної компетентності як основи професіоналізму прикордон-

ників, а також виділеними факторами, наведено в таблиці 2.

Отримані загальні фактори можна інтерпретувати наступним чином. Перший фактор «актуалізація високого рівня розвитку комунікативної компетентності як інтегратора професійної ефективності прикордонників», на який і до, і після обертання припадає найбільша частка загальної дисперсії, є біполярним:

перше ядро, більш навантажене, утворене індикаторами, які безпосередньо формують комунікативну компетентність (комунікабельність, високий рівень культури, освіченість, високий рівень комунікативних здібностей);

друге ядро представлене характеристиками – ознаками професіоналізму офіцерів-прикордонників (вміння оперативно приймати адекватні рішення, професійна компетентність, належний розвиток організаторських здібностей) не лише як безпосередніх виконавців наказів і конкретних вузьких специфічних завдань у сфері охорони державного кордону і державної безпеки, а й спроможних ефективно організовувати та керувати групами (колективами) у вказаних вище сферах.

Таким чином, даний фактор обґрунтовує, що комунікативна компетентність є не просто безпосередньо акумулює службові якості, необхідні офіцеру-прикордоннику, але й є передумовою його професіоналізму, драйвером ефективної діяльності військовиків Держприкордонслужби України.

Другий фактор «компенсаторні механізми недостатності комунікативної компетентності в процесах прикордонної служби» (дисперсія до обертання 23,3%, після – 24,8%) є важливим, бо в умовах невизначеності чи напруженій ситуації міжособових відносин брак комунікативних навичок та вмінь ускладнить несення прикордон-

**Факторні навантаження індикаторів комунікативної компетентності  
як основи професіоналізму прикордонників**

<b>Факторні навантаження</b>	<b>Фактор 1</b>	<b>Фактор 2</b>	<b>Фактор 3</b>	<b>Фактор 4</b>
Комунікабельність	0,83	-0,05	0,27	0,43
Вміння оперативно приймати адекватні рішення	0,68	0,15	-0,69	0,11
Чесність	0,19	-0,61	0,25	0,72
Відповідальність	0,00	0,51	0,65	-0,51
Високий рівень загальної культури	0,87	0,09	-0,05	0,40
Кмітливість і наполегливість	-0,21	-0,94	-0,22	0,01
Організаторські здібності	0,36	0,12	0,38	-0,24
Освіченість, широкий світогляд	0,94	0,21	-0,10	-0,01
Професійна компетентність	0,77	0,06	-0,01	-0,11
Цілеспрямованість	0,40	0,15	-0,19	0,87
Високий рівень самооцінювання комунікативної компетентності	0,06	0,96	-0,20	-0,04
Середній рівень самооцінювання комунікативної компетентності	-0,13	0,31	-0,13	-0,91
Низький рівень самооцінювання комунікативної компетентності	-0,03	-0,93	0,21	0,23
Особі не дуже підійдуть професії з частими і напруженими міжособистісними контактами	-0,22	-0,97	0,07	0,10
Особа відчуватиме деякий постійний дискомфорт, який долатиме зусиллям волі	0,04	-0,24	0,93	-0,18
Робота заподіюватиме деякі незручності, але в цілому задовольнить особу	-0,53	0,51	0,64	-0,20
Особі підходить робота, пов'язана із спілкуванням	0,46	0,06	-0,86	0,18
Дуже високий рівень розвитку комунікативних здібностей	0,75	0,07	0,10	-0,51
Високий рівень розвитку комунікативних здібностей	0,52	0,51	-0,27	-0,29
Середній рівень розвитку комунікативних здібностей	0,16	-0,14	0,77	0,48
Нижче середнього рівень розвитку комунікативних здібностей	-0,29	-0,68	-0,61	0,14
Низький рівень розвитку комунікативних здібностей	-0,95	-0,20	0,03	-0,09
Дуже високий рівень розвитку організаторських здібностей	-0,22	0,25	-0,17	-0,28
Високий рівень розвитку організаторських здібностей	0,75	0,58	-0,22	0,12
Середній рівень розвитку організаторських здібностей	-0,09	0,36	-0,88	-0,23
Нижче середнього рівень розвитку організаторських здібностей	-0,29	-0,67	0,66	0,13
Низький рівень розвитку організаторських здібностей	-0,67	-0,41	0,54	-0,07
Високий рівень комунікативного контролю	0,17	0,24	0,48	-0,77
Середній рівень комунікативного контролю	-0,21	0,08	-0,26	0,29
Низький рівень комунікативного контролю	-0,25	-0,83	0,40	0,15

ної служби чи спричинить проблеми виконання певного завдання. Іншими словами, прикордонник, усвідомлюючи брак у себе комунікативних якостей, змушений буде проявляти кмітливість і наполегливість, винахідливість, аби в процесі оперативного виконання завдання (особливо – бойового) долати комунікативні бар'єри та упередити несприятливий розвиток подій чи виникнення конфліктної ситуації в колективі тощо.

Третій фактор – «необхідність спеціалізації прикордонників з урахуванням їхніх професійних комунікативних спроможностей» (дисперсія до обертання 18,5%, після обертання – 22,0%).

Даний виокремлений чинник констатує, що урахування спектру особистих якостей і показників та ознак сформованості комунікативної компетентності військовослужбовця при розподілі завдань чи формуванні підрозділів забезпе-

чить конструктивне спілкування прикордонників у різних статусних ролях, підвищить продуктивність функціонування пунктів пропуску через державний кордон, ефективність і точність проведення спільних оперативних та інших заходів із суб'єктами інтегрованого управління кордонами тощо.

Четвертий фактор (дисперсія до обертання 8,5% та після обертання – 15%) показує необхідність свідомого і відповідального ставлення прикордонників до розвитку комунікативної компетентності як основи власного професіоналізму; актуалізує постійний моніторинг її стану та її відповідності завданням, які доводиться виконувати прикордоннику у процесі несення служби, аби забезпечувати належну ефективність своєї професійної діяльності, і за необхідності, займатися розвитком цієї компетентності за допомогою самоосвіти, закріплення наявних і освоєння нових комунікативних навичок заходів, підвищення кваліфікації в межах Державної прикордонної служби України чи вищих навчальних закладів тощо.

**Висновки.** Результати дослідження показали, що комунікативна компетентність прикордонників як основа професіоналізму є інтегративною властивістю, оскільки акумулює такі мотиви діяльності; уявлення військовиків про свої соціальні ролі, самооцінку свої спроможності до ефективної професійної комунікації; тобто обґрунтовує здатність прикордонників діяти відповідно до найвищого рівня професійно вимог. Проведені дослідження виявили логічний зв'язок професійних якостей та характеристик, що безпосередньо і різноаспектно описують комунікативну компетентність прикордонника. Зміст виокремлених чинників комунікативної компетентності прикордонників також засвідчив взаємозв'язок із обґрунтованими іншими авторами складовими та функціями комунікативної компетентності, а саме:

- структура першого фактора «актуалізація високого рівня розвитку комунікативної компетентності як інтегратора професійної ефективності прикордонників» корелює із характеристиками операційно-діяльнісного компонента комунікативної компетентності та діяльністю та

діалогічно-результативною функціями комунікативної компетентності;

- другий фактор «компенсаторні механізми недостатності комунікативної компетентності в процесах прикордонної служби» сигналізує про необхідність підвищення уваги до мотиваційно-ціннісної складової розвитку аналізованої компетентності та мотиваційно-цільової функції;

- третій фактор «необхідність спеціалізації прикордонників з урахуванням їхніх професійних комунікативних спроможностей» чітко відповідає когнітивно-поведінковій складовій аналізованої компетентності та сприяє ефективній реалізації соціопрогностичної та комунікативно-культурологічної функції;

- четвертий фактор також відповідає мотиваційно-ціннісній складовій забезпечення розвитку аналізованої компетентності та є драйвером мотиваційно-цільової та пізнавально-інформаційної функції.

Урахування цих факторів не лише сприятиме ефективності виконання поточних завдань і традиційних функцій військовослужбовців Державної прикордонної служби України. Іншим важливим результатом стане формування довіри населення до прикордонників, а також зміцнення довіри та соціальних зв'язків, доброзичливих відносин, групової солідарності покращення взаємодії в межах військових підрозділів, прикордонників і отже – таким чином теж працюватиме на результативність функціонування Держприкордонслужби України.

Отже, отримані результати виявили імперативи розвитку комунікативної компетентності, які слід урахувати у процесах професійної підготовки та підвищення кваліфікації прикордонників нового типу, спроможних продуктивно взаємодіяти із представниками інших країн-партнерів. Для покращення стану підготовки офіцерів-прикордонників до професійної взаємодії та підвищення їх комунікативної компетентності необхідно всебічно вивчати і адаптивно використовувати накопичений у цій сфері досвід підготовки до ефективної професійної комунікації у зарубіжних арміях.

### Список літератури:

1. Про Державну прикордонну службу України. Закон України від 3 квіт. 2003 р. № 661–HV. *Відомості Верховної Ради України*. 2003. № 27. Ст. 208. Зі змінами ; ост. ред. 13 січ. 2011 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/661-15#Text>

2. Стратегія розвитку Державної прикордонної служби. Схвалено розпорядженням Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2015 р. № 1189-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1189-2015-%D1%80#Text>

3. Сисоева С. Компетентісно зорієнтована вища освіта: формування наукового тезаурусу. *Компе-*

*ментнісно зорієнтована освіта: якісні виміри* : монограф. Київ : Київський ун-т ім. Б. Грінченка, 2015. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/11033/1/Sysoeva%20S.A.%202015.pdf>

4. Волошина Н. В. Особливості комунікативних здібностей особистості. *Психолого-педагогічна наука і суспільна ідеологія* : матеріали методичного семінару АПН України, 12 листопада 1998 р. Київ, 1998. С.301–305.

5. Федоренко О. І. Види комунікативних вмінь та їх роль у професійній діяльності працівників правоохоронних органів. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. Вип. 1. URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vnadps\\_2012\\_1\\_21.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vnadps_2012_1_21.pdf)

6. Москаленко А. П. Психологічна модель особистості працівника органів внутрішніх справ. *Соціальна психологія*. 2008. №4. С.136–143.

7. Бодалев А.А. Про комунікативне ядро особистості. *Радянська педагогіка*. 1990. №5. С. 77–81.

8. Лук'янчук Н. В. Комунікативна компетентність особистості : посібник / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т обдаров. дитини. Київ : Інформаційні системи, 2012. 130 с.

9. Корольчук М. С., Осьодло В. І. *Психодіагностика*: Навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. К.: Ника-Центр. 2009. 399 с.

10. Семиченко В. А. *Психологія спілкування*. Київ: Магістр-S, 1998. 152 с.

11. Ставицький О. М. *Теоретичні та методичні засади професійного виховання офіцерів-прикордонників*: монографія. Хмельницький: Вид-во Нац. академії Держ. прикордон. служби України ім. Б. Хмельницького, 2014. 464 с.

12. Яровий А.Т., Страхов Є. М. *Багатовимірний статистичний аналіз* : навч.методич.посіб. для студентів математичних та економічних фахів. Одеса: Астропринт, 2015. 132 с.

#### **Melnyk A.P., Duda O.P. FACTORS OF COMMUNICATIVE COMPETENCE AS THE BASIS OF ENSURING OF THE BORDER GUARDS PROFESSIONALISM**

*The article is devoted to clarifying the relationships between different aspects and characteristics of the border guards communicative competence, that reflecting the action of latent integrated factors of this competence, determining the strength of influence of these factors. Consequently, the purpose of the article is substantiation of the main factors in the development of the border guards communicative competence as their professional effectiveness basis. The conducted research is based on such scientific methods as system-functional, questionnaire, testing, observation, correlation analysis, factor analysis. Based on the results of a survey of 100 officers-border guards regarding the determination of important professional qualities of border guards, self-assessment by soldiers of their communication skills; testing according to the methods of E. Klymov, V. Sinyavskiy and B. Fedorishyn, as well as the methods of M. Snyder. A strong connection between the professional competence of border guards with sociability, organizational skills, education, a broad worldview, a very high level of development of communication skills and a high level of development of organizational skills was found. Based on the application of the criterion of stony scree and accumulative dispersion, the following key factors were singled out: 1) «actualization of development high level of communicative competence as an integrator of the professional efficiency of border guards»; 2) «compensatory mechanisms of communicative competence lack in border service processes»; 3) «necessity of border guards specialization taking into account their professional communication abilities»; 4) «responsible attitude of border guards to the development of communicative competence and its compliance monitoring with tasks and the specifics of professional activity».*

*On the basis of the conducted research, the following empirical conclusions were made: communicative competence is an integrative phenomenon; key factors of communicative competence directly activate the corresponding components of this competence and contribute to effective border service; taking into account the effects of factors in the processes of professional training and upgrading the qualifications of border guards of a new type will have not only a current, but also a long-term effect, as it will contribute to increasing the public's trust in the State Border Guard Service of Ukraine; increasing the communicative competence of border guards will strengthen trust, social ties, will strengthen friendly relations and group solidarity of military units.*

**Key words:** *communicative competence; professionalism of border guards; professional communication; factor analysis, correlation analysis.*

**Погорільська Н.І.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

**Найдьорова Г.О.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

**Карнюк А.В.**

бакалавр психології

## РЕСУРСИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

*У статті аналізуються психологічні наслідки війни, розкривається феномен посттравматичного зростання в умовах війни в Україні. Посттравматичне зростання розглядається через функціонально-дескриптивну модель Р. Тадеші та Л. Калхауна. Метою дослідження є визначення психологічних особливостей посттравматичного зростання військовослужбовців та цивільних осіб через визначення специфіки особистісних ресурсів та сенсу життя (ступінь його наявності чи етап пошуку) як чинників посттравматичного зростання. В якості інструментарію було застосовано опитувальник посттравматичного зростання (Р. Тадеші, Л. Калхаун); опитувальник сенсу життя та опитувальник психологічної ресурсності особистості (О.С. Штепа). Обробка даних здійснювалась за допомогою програми Jатові. Аналізувались описові статистики, порівнювались вираженість показників у групах за допомогою параметричного критерію *t* Стюдента, а також було проведено регресійний аналіз. Дослідження було проведене за участю 220 чоловіків: 116 військовослужбовців та 104 цивільних осіб. Середній вік військовослужбовців становив 31,9 років, цивільних – 33 роки. Встановлено, що посттравматичне зростання у військовослужбовців має більший потенціал, перебувають у пошуку нового сенсу життя і краще володіють знаннями способів зменшення та позбавлення напруги й уміння їх задіювати з метою заспокоїтись та відчутти внутрішню рівновагу, володіють уміннями поповнювати свої психологічні ресурси шляхом творчості, успіху, любові. Уточнено, що посттравматичне зростання військовослужбовців найбільш пов'язане з відкритістю до взаємин із іншими людьми, відкритістю до життя. Для цивільних найбільш значимим є успіх як суб'єктивне відчуття вдалої самореалізації, здатність організовувати ситуації, які сприяють найповнішому саморозкриттю.*

**Ключові слова:** *посттравматичне зростання, специфіка особистісних ресурсів, психічне здоров'я, військовослужбовці та цивільні особи в умовах війни.*

**Постановка проблеми.** З початком повномасштабного вторгнення велика кількість українців піддається впливу різних психотравматичних ситуацій. Це стосується не лише тих, хто перебуває на фронті, поблизу чи на окупованих територіях, це стосується всіх: як військових, так і цивільних різного віку. Питання психологічної допомоги та психологічної реабілітації постраждалих від війни є одним з найбільш пріоритетних для української психологічної науки.

Вплив війни на особистість і на державу є «стресовим, багаторівневим, трагічним та надскладним» [6, с. 158]. І. Нестайко вказує, що

наслідки відчутні не лише для безпосередніх учасників подій, але і для наступних поколінь, які успадковують воєнну травму [5, с. 44]. Реакції людини на травматичну ситуацію можуть бути надзвичайно різними, як і наслідки для її психічного здоров'я: від відсутності негативних наслідків до дуже виражених. Але можуть мати місце і позитивні наслідки, а саме, посттравматичне зростання.

Пошук ресурсів, способів виходу особистості саме на позитивні зміни та особистісні трансформації є найбільш актуальним питанням українського сьогодення, оскільки розуміння такого механізму дозволить краще будувати реінтегра-

цію та адаптацію військовослужбовців, будувати стратегії допомоги подоланню травм війни цивільному населенню тощо.

**Аналіз останніх досліджень.** Воєнні дії мають сильний вплив на психічне здоров'я особистості [4]. Від початку війни, а особливо з часу повномасштабного вторгнення вітчизняні психологи-науковці активно спрямували увагу на пошук способів зменшення негативних наслідків для психічного здоров'я українців та збільшення особистісного посттравматичного зростання. Так, за останні декілька років активно вивчаються актуальні питання психічного та психологічного здоров'я населення України в умовах воєнних дій (О. Бондарчук, Л. Карамушка [1]; О. Осуховська та ін. [6] тощо), його збереження; вивчаються способи реагування на події війни та способи позитивного, зростаючого подолання (В. Бочелюк та ін. [2], Т. Титаренко [8], Н. Погорільська та Г. Найдбонова [7], Н. Харитоновна [10] тощо), аналізуються роботи, написані про психологічні наслідки впливу воєнних конфліктів на психіку (Т. Титаренко [8], І. Нестайко [5], В. Франкл [9] тощо).

Безперечно, війна відбивається на психології людини. В. Франкл, до прикладу, вказує, що «продуктами останньої світової війни» стали формування «фаталістичного ставлення до життя» [9, с. 8] та відмова від «подальшого планування» [9, с. 17]. Однією з особливостей війни як психотравматичної ситуації є те, що одна людина (люди) завдає шкоду іншій людині (людям). Тому війна – це травма глибокого екзистенційного рівня, яка вимагає суттєвої трансформації особистості на рівні сенсів та буттєвих цінностей.

Посттравматичне зростання – це позитивні зміни та особистісні трансформації, які можуть виникнути у людини після переживання травматичних подій чи стресового досвіду [14]. Це поняття визначається як психологічний розвиток та зміцнення особистості, яке виникає на фоні важких життєвих обставин. Однією зі стратегій самозбереження та посттравматичного зростання в умовах війни Т. Титаренко виділяє мобілізацію внутрішніх ресурсів самозбереження, самовідновлення, саморозвитку, що сприяє посттравматичному зростанню [8, с. 8].

Б. Ларнер і А. Блоу висвітлили, що ветерани війни можуть долати посттравматичний стресовий розлад або досягати посттравматичного зростання шляхом позитивного переосмислення свого травматичного досвіду з погляду глобального значення [12]. Вони стверджують, що важливо обрати

життєво важливі ресурси як підтримку сенсу життя після травматичного досвіду, що допомагає прискорити процес формування нового сенсу на основі теорії формування сенсу. Тому, у нашому дослідженні ми також включимо питання наявності та пошуку сенсу життя як важливі аспекти посттравматичного зростання.

При вивченні посттравматичного зростання визначено, що значення має сама особистість, а точніше те, наскільки вона відчуває можливість здійснити її власний вибір – не занурюватися у жаль та пригнічення, а адекватно оцінити ситуацію, те, на що вона може зараз впливати, контролювати, на що їй варто витратити власні сили і ресурси [2]. Тому важливим є вивчення наявних ресурсів особистості. Вагомість дослідження ресурсів посттравматичного зростання полягає в тому, що вивчивши та окресливши їх, можна визначити мішені психотерапії та визначити, як саме сприяти посттравматичному зростанню.

Отже, **метою** даного дослідження є визначення психологічних особливостей посттравматичного зростання військовослужбовців та цивільних осіб в умовах війни. Для реалізації поставленої мети необхідно визначити особливості особистісних ресурсів та сенсу життя (ступінь його наявності чи етап пошуку) як чинників посттравматичного зростання.

**Виклад основного матеріалу.** У дослідженні було застосовано такий *методичний інструментарій*: Опитувальник посттравматичного зростання Р. Тадеші та Л. Калхауна (адаптація Д. С. Зубовського); опитувальник сенсу життя (The Meaning in Life Questionnaire, MLQ 2006); опитувальник психологічної ресурсності особистості (О.С. Штепа).

Опитувальник посттравматичного зростання (Post Traumatic Growth Inventory) спрямований на вивчення позитивних змін, які можуть відбутися у житті людини після травматичного досвіду, зокрема, пов'язаного з війною. Охоплює п'ять основних аспектів змін, що поєднуються у шкали: ставлення до інших, нові можливості, сила особистості, духовні зміни та підвищення цінності життя.

Для вивчення сенсу життя як важливого чинника посттравматичного зростання було застосовано опитувальник сенсу життя Штегера (The Meaning in Life Questionnaire, MLQ 2006) [13]. Опитувальник дозволяє визначити два важливих аспекти сенсу життя: *наявність сенсу*, що ґрунтується на суб'єктивній оцінці людиною, наяв-



ності сенсу життя, та *пошук сенсу*, який ґрунтується на наявності мотивації та спроможності людиною розуміти сенс свого життя [3]. Також цей опитувальник розрізняє якою мірою людина повідомляє про сенс життя, і якою мірою вона його шукає.

Виявлення психологічних ресурсів особистості здійснювалось за допомогою опитувальника психологічної ресурсності особистості О.С. Штепи [11]. Даний опитувальник спрямований на визначення психологічних ресурсів особистості та її вміння ними оперувати.

Збір даних проводився анонімно за допомогою Google Forms у січні-березні 2024 р.

До дослідження долучились 220 чоловіків: 116 військовослужбовців та 104 цивільні особи. Середній вік військовослужбовців становив 31,9 років, цивільних – 33 роки. Одним

із критеріїв участі у дослідженні для військовослужбовців була наявність бойового досвіду. Обробка здійснювалась за допомогою програми Jamovi. Аналізувались описові статистики, порівнювались вираженість показників у групах за допомогою параметричного критерію t Стюдента, а також було проведено регресійний аналіз.

**Отримані результати.** Насамперед розглянемо загальні особливості кожної з вибірок. Результати представлені у таблицях 1 та 2.

Згідно отриманих даних, у військовослужбовців дещо вищі значення показників посттравматичного зростання ставлення до інших, сила особистості. Так, війна з одного боку дозволяє учасникам бойових дій усвідомити, зрозуміти наскільки важливими є інші люди – і ті, що стоять поряд і виконують спільно бойові завдання, і ті,

Таблиця 1

Описова статистика результатів опитувальника посттравматичного зростання

Шкали методики	Військові		Цивільні	
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення
Ставлення до інших	14,1	7,5	12,8	5,8
Нові можливості	12,7	5,7	14,9	8,4
Сила особистості	10,9	4,5	9,8	5,0
Духовні зміни	3,5	2,6	3,5	2,9
Підвищення цінності життя	8,7	3,4	8,5	3,7
Загальний показник ПТЗ	50,0	19,5	49,7	21,2

Таблиця 2

Описова статистика результатів вивчення сенсу та ресурсів учасників опитування

Шкали методики	Військові		Цивільні	
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення
Наявність сенсу	12,5	5,5	13,3	7,0
Пошук сенсу	18,5	8,4	13,9	5,2
Впевненість у собі	6,3	1,4	5,6	1,7
Доброта до людей	6,3	1,5	6,2	1,4
Допомога іншим	6,6	1,2	6,5	1,3
Успіх	7,7	2,7	6,2	1,0
Любов	5,8	1,3	5,9	1,2
Творчість	6,6	1,3	6,4	1,2
Віра у добро	5,5	1,3	5,5	1,1
Прагнення до мудрості	6,2	1,2	5,6	1,3
Робота над собою	6,4	1,1	6,0	1,3
Самореалізація у професії	5,7	1,3	4,7	1,3
Відповідальність	6,0	1,4	5,7	1,2
Знання власних психологічних ресурсів	6,2	1,4	6,0	1,6
Уміння оновлювати власні психологічні ресурси	6,1	1,2	5,7	1,5
Уміння вміщувати власні психологічні ресурси	6,2	1,3	5,9	1,5
Загальний рівень психологічної ресурсності особистості	88,3	12,1	82,6	11,6

хто чекає на їх повернення. З іншого боку, вона повертає їх до себе, до своєї особистості. Так, проживаючи психотравмуючий досвід війни, військовослужбовці відчують себе більш впевненишими, сильнішими, сприймають себе «кращими», ніж раніше.

Для обробки даних було застосовано параметричний критерій Стюдента для встановлення статистично значимої різниці у показниках посттравматичного зростання, психологічної ресурсності особистості та особливості двох вимірів сенсу життя.

Порівняння середніх за методом t Стюдента виявив наявність статистично значимої різниці у показниках груп за досліджуваними методиками. Результати представлені у таблиці 3.

Отже, військовослужбовці відзначають вищу впевненість у собі, вищим є відчуття вдалої самореалізації, більше прагнуть до мудрості та працюють над собою, краще вміють оновлювати власні ресурси та більше перебувають у пошуку нового сенсу життя. Щодо посттравматичного зростання, то встановлено, що на відміну від військовослужбовців, цивільні досліджувані більше бачать

нових можливостей у ситуації.

Отже, загалом, ми можемо зробити висновок, що посттравматичне зростання у військовослужбовців має більший потенціал, оскільки з одного боку, посттравматичне відновлення полягає у пошуку нового сенсу життя, з іншого боку, вони краще володіють знаннями способів зменшення та позбавлення напруги й уміння їх задіювати з метою заспокоїтись та відчувати внутрішню рівновагу, володіють уміннями поповнювати свої психологічні ресурси шляхом творчості, успіху, любові.

За допомогою регресійного аналізу (таблиця 4) нами було визначено ресурси, які сприяють або стають на заваді посттравматичного зростання у військовослужбовців. Моделі характеризуються прийнятними показниками, всі вказані ресурси та особливості сенсу, які визначаються як важливі для посттравматичного зростання, мають статистичну значущість меншу 0,005. Так, для зростання ставлення до інших важливим є ресурс любові. Для розуміння нових можливостей позитивний ефект має уміння вміщувати власні психологічні ресурси як здатність самостійно долати складні

Таблиця 3

**Значення середнього арифметичного за показниками статистичної відмінності**

Показники	Середні значення групи військовослужбовців	Середні значення групи цивільних	Статистична значущість різниці
Нові можливості	12,73	14,95	0,023
Упевненість у собі	6,34	5,66	0,002
Успіх	7,72	6,21	<0,001
Прагнення до мудрості	6,24	5,65	<0,001
Робота над собою	6,47	6,07	0,05
Самореалізація в професії	5,71	4,78	<0,001
Уміння оновлення ресурсів	6,20	5,79	0,033
Загальні ресурси	88,32	82,65	<0,001
Пошук сенсів	18,59	13,92	<0,001

Таблиця 4

**Детермінанти посттравматичного зростання досліджуваних українців**

Показники зростання	Детермінанти військовослужбовців	Детермінанти цивільних
Ставлення до інших	Любов	Робота над собою
Нові можливості	Уміння використовувати ресурси Пошук сенсу –	успіх
Сила особистості	Любов, знання власних ресурсів, пошук сенсу –	Успіх, самореалізація в професії, знання власних ресурсів, уміння оновлювати власні ресурси, уміння їх використовувати
Духовні зміни	Наявність сенсу –	Уміння використовувати власні ресурси, успіх та наявність сенсу –
Цінність життя	Любов	Успіх
Загальний індекс зростання	Любов, вміння використовувати ресурси	Успіх, уміння використовувати власні ресурси

життєві ситуації, а також допомагати у цьому іншим. На заваді формування саме цього показника посттравматичного зростання стає пошук сенсу.

Пошук сенсу перешкоджає також і розвитку показника посттравматичного зростання сила особистості. А помічними будуть ресурси любові як уміння сприяти саморозвитку близької людини, підтримувати її у складних ситуаціях, співрадіти її успіхам, відкритість до взаємин та до життя, любов у розумінні В. Франкла як засіб «пізнання унікальності іншого людського існування» [9, с. 13]; знання власних психологічних ресурсів як реалістична оцінка своїх психологічних можливостей та їх меж, а також своїх індивідуальних особливостей, знання про напрями саморозвитку й уміння його здійснювати. Ресурс любові сприяє також зростанню цінності життя та загального індексу посттравматичного зростання. Також для загалом для зростання важливим є вміння вміщувати свої психологічні ресурси.

Важливим є також розуміння детермінанти зростання духовних змін. Наявність сенсу стає на заваді духовного зростання. Оскільки, на думку авторів методики сенс життя є потенційним посередником між релігійністю та психологічним здоров'ям, які визначають загальну задоволеність життям разом із оптимізмом та адекватною самооцінкою, то уже наявність сенсу зберігає духовний розвиток сталим.

Для цивільних осіб детермінантами посттравматичного зростання виявились дещо інші ресурси. Так, для покращення ставлення до інших важливою є робота над собою, для розширення нових можливостей – успіх як суб'єктивне відчуття вдалої самореалізації. Успіх є важливим

також і для зростання сили особистості, і для зростання цінності життя і для загального зростання. Найбільше ресурсів було визначено саме для зростання сили особистості у цивільних осіб в умовах війни. Окрім успіху, ними виявились самореалізація у професійній діяльності, знання власних ресурсів, уміння оновлювати та використовувати власні ресурси. Уміння використовувати власні ресурси має значення для духовних змін та для загального зростання. І також, як і у вибірці військовослужбовців, було визначено, що наявність сенсу зберігає духовність сталою.

Отже, загалом за характером прояву детермінант можемо зробити висновок, що для посттравматичного зростання військовослужбовців найбільше значення має відкритість до взаємин з іншими людьми, відкритість до життя. Для цивільних найбільш значимим є успіх як суб'єктивне відчуття вдалої самореалізації, здатність організувати ситуації, які сприяють найповнішому саморозкриттю. Наразі доволі часто можна почути твердження, що кожен має робити максимально те, що вміє, що може, і саме з таким ставленням українці зможуть вистояти.

**Висновки.** Отже, особливості безпосереднього досвіду особистості у війні будуть проявлятися у чинниках її посттравматичного зростання. Реалізація особистісного потенціалу, побудова вектору руху успішного професіонала є стратегією досягнення посттравматичного зростання у цивільної особистості. У реабілітаційні заходи психологічного консультування для посттравматичного зростання військовослужбовців необхідно включати вправи, які сприятимуть розкриттю любові у загальнолюдському сенсі, прийняттю іншої людини як цінності та унікальності.

#### Список літератури:

1. Бондарчук О.І., Карамушка Л.М. Психологічне здоров'я в умовах війни і повоєнний час (Україна-Польща-Ізраїль) для освітян та психологів. Серія міжнародних вебінарів. *Вісник НАПН України*, 2023, 5 (1). С. 1–4.
2. Бочелюк В., Панов М., Турубарова А. Особливості посттравматичного зростання, життєстійкості, резильєнтності і психологічного благополуччя учасників бойових дій. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 1(19). С. 436–448.
3. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
4. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: *Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України*, 2022. 52 с.
5. Нестайко І. Вплив воєнних конфліктів на психіку людини (польський досвід). Зб. тез Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки» (до 35 роковин аварії на Чорнобильській АЕС), 22–23 квітня 2021 року. Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2021. С. 44–46.
6. Осуховська О.С., Хаустова О.О., Синіцька Т.В., Салдень В.І., Здорик І.Ф. Актуальні питання психічного здоров'я населення України в умовах воєнних дій // *Modern scientific strategies of development*. 2022, *GS Publishing Services*. С. 157–169.

7. Погорільська Н. І., Найдьонова Г. О. Психологічні чинники посттравматичного зростання в умовах російсько-української війни. Психологічне здоров'я особистості в контексті процесів глобалізації: методологія дослідження, реалії та перспективи: Матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції / за наук. ред. І. В. Данилюка, Г. К. Юрчинської, Н.І. Погорільської, Б.Б. Іваненко. Київ, 2022. С. 105–108.
8. Титаренко Т.М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. Проблеми політичної психології. 2017. Вип. 5 (19). С. 3–10.
9. Франкл В. Лікар та душа. *Основи логотерапії*. Харків: КСД, 2023. 320 с.
10. Харитоновна Н. Посттравматичне зростання, як основа психологічного супроводу ветеранів російсько-української війни: огляд досліджень. *Psychology Travelogs*. 2023. №1. С. 167–189.
11. Штепа О. С. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської методики. Зб. наук. пр. К-ПНУ імені Івана Огієнка, *Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2018. №39. С. 380–399.
12. Larner, B., and Blow, A. A model of meaning-making coping and growth in combat veterans. *Rev. Gen. Psychol.* 2011. №15. P. 187–197.
13. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*. 2006. 53(1), P. 80–93.
14. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *J. of Traumatic Stress*. 1996. Vol. 9. P. 455–471.

#### **Pohorilska N.I., Naydonova G.O., Karpiuk A.V. RESOURCES OF POST-TRAUMATIC GROWTH OF UKRAINIANS IN CONTEXT OF WAR**

*The article analyzes the psychological consequences of war, reveals the phenomenon of post-traumatic growth in the conditions of war in Ukraine. Post-traumatic growth is considered through the functional-descriptive model of R.G. Tedeschi and L.G. Calhoun. The aim of the study is to determine the psychological characteristics of post-traumatic growth of servicemen and civilians by determining the specifics of personal resources and the meaning of life (the degree of its presence or the stage of search) as factors of post-traumatic growth. The Posttraumatic Growth Inventory (R.G. Tedeschi, L.G. Calhoun), the Meaning in Life Questionnaire, MLQ 2006 and the Questionnaire of the Psychological Resourcefulness of the Individual (A.S. Shtepa) were used as research tools. Data processing was carried out using the Jamovi program. Descriptive statistics were analyzed, the severity of indicators in groups was compared using the t Student's parametric test, and regression analysis was conducted. The study was conducted with the participation of 220 men: 116 military men and 104 civilians. The average age of military personnel was 31.9 years, and the average age of civilians was 33 years. It was determined that post-traumatic growth among servicemen has a greater potential. They are in search of a new meaning of life and have better knowledge of ways to reduce and relieve tension and the ability to use them in order to calm down and feel inner balance, to have the ability to replenish their psychological resources through creativity, success, love. It was clarified that the post-traumatic growth of servicemen is most associated with openness to relationships with other people, openness to life. For civilians, the most significant factor is success as a subjective sense of successful self-realization and the ability to organize situations that contribute to the most complete self-disclosure.*

**Key words:** mental health, post-traumatic growth, resources of psychological growth of military men and civilians.

**Щотка О.П.**

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

## ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ ТА ОСОБИСТІСНЕ ЗРОСТАННЯ АСПІРАНТІВ: ДИНАМІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПІД ЧАС ВІЙНИ

*У статті зазначається про негативний вплив війни на психологічне благополуччя і розвиток здобувачів вищої освіти третього рівня та наголошується на актуальності розвитку у них здатності посттравматичного відновлення і зростання. Розкриваються категорії «задоволеність життям» та «посттравматичне зростання», здійснюється огляд теоретичних вивчень цих категорій, досліджень їх взаємозв'язку. Так, під задоволеністю життям розуміється когнітивна складова психологічного благополуччя, яка відображає рефлексивне судження людини про те, що її життя та обставини складаються добре. Посттравматичне зростання трактується як досвід позитивних змін, які виникають у результаті боротьби з важкими життєвими кризами, коли розвиток особистості, принаймні в окремих сферах, перевищує рівень, який був до того, як у житті людини виникає криза.*

*Аналізуються результати проведеного емпіричного дослідження взаємозв'язку задоволеності життям із напрямками зростання особистості в умовах пролонгованої дії стресорів війни. Робляться висновки, що задоволеність життям зростає несуттєво, однак зменшується незадоволеність життям, аспіранти відчують труднощі у реалізації життєвих цілей, у відновленні життєвої неперервності; трансформаційні процеси з часом війни поглиблюються, а основні напрями особистісного зростання змінюються: від усвідомлення більшої цінності життя, переорієнтація на духовні цінності на початку війни до кращого розуміння своїх можливостей і обмежень щодо впливу на життя та майбутнє з часом війни; характер пов'язаності задоволеності життям та зростання особистості не є стабільним, задоволеність життям та зростання особистості в умовах пролонгованої дії стресорів війни відбивають різні шляхи гармонізації «Я» та «світ»: перший характеризує збереження «Я», а другий трансформацію ідентичності; психологічна підтримка аспірантів має бути гнучкою та враховувати кумулятивний ефект стресорів війни на особистість.*

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, психологічний добробут, задоволеність життям, відновлення, посттравматичне зростання, психологічна підтримка, психологічна допомога.

**Постановка проблеми.** Виклики війни мають суттєвий вплив на психологічне благополуччя та розвиток особистості. З початку повномасштабного вторгнення РФ в Україну здобувачі вищої освіти третього рівня перебувають під впливом низки стресогенних та травматичних подій, як то: участь у бойових діях; втрата близьких людей; перебування в окупації; життя в прифронтовій зоні з постійними обстрілами; утрата почуття безпеки внаслідок вразливості всієї території країни для ракетних атак та БПЛА; переміщення в інші регіони або країни й пов'язані з цим втрата звичного середовища; тривога за рідних та близьких та багато іншого. Названі події можуть негативно відбиватися на психоемоційному стані, спілкуванні, навчальній та науковій діяльності особистості. Тому актуальним бачиться завдання

плекання здатності у аспірантів долати складні ситуації, відновлюватися та зростати, попри травмівну дію війни.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Успішна адаптація та особистісне зростання після потрясіння почали активно вивчатися наприкінці 90-х років минулого століття [15]. Ключовими поняттями, через які описуються ці процеси в психології є задоволеність життям та посттравматичне зростання. Зупинимося на розкритті психологічної сутності цих категорій далі. Задоволеність життям – термін, що має множинне тлумачення у психологічній науці. У нашому дослідженні розглядатиметься як аспект психологічного добробуту та корелят щастя [14]. Задоволеність життям – це когнітивна складова відчуття психологічного благополуччя людини. В струк-

турі психологічного благополуччя когнітивна складова пов'язана з емоційною, що проявляється через наявність позитивного афекта, при відносній відсутності негативного [8]. Таким чином, задоволеність життям відображає рефлексивне судження людини про те, що її життя та обставини складаються добре [9; 13]. Іншими словами, задоволеність життям є щастям з позиції досвіду, а не з позиції відчуттів та емоцій. Задоволеність життям відображає нашу суб'єктивну оцінку минулого, поточного стану речей та майбутні можливості для себе [4]. Зауважимо, що задоволеність життям, з психологічної точки зору, може стосуватися як генеральної оцінки життя в цілому, так і окремих його аспектів.

Посттравматичне зростання розуміється як досвід позитивних змін, які виникають у результаті боротьби з важкими життєвими кризами, коли розвиток особистості, принаймні в окремих сферах, перевищує рівень, який був до того, як у житті людини виника криза. Р.Г. Тедескі, Л.Г. Калхун [16] окреслені 6 напрямів змін в наслідок позитивної переробки травми: підвищення цінності життя, збагачення духовного життя, зростання цінності відносин, нові можливості, зростання почуття особистої сили.

Емпірично виявлено, що незначні травми не ведуть до посттравматичного зростання, оскільки не провокують дисоціативні явища в ідентичності, і людина справляється з ними звичними засобами копіngu [12]. Однак, внаслідок травматичного руйнування системи «Я» та її звичних відносин зі світом перед людиною постає завдання створення нової цілісної картини себе та світу, яка б відображала змінену реальність [5]. У випадку посттравматичного росту ми маємо справу з трансформаційними процесами в ідентичності, з перетвореннями в системі її життєвих цінностей, переваг [3]. Нові життєві цінності є основою розвитку життєдіяльності особистості, і, як наслідок, – задоволеності/незадоволеності результатами цієї життєдіяльності [1].

Задоволеність життям та посттравматичний ріст під час та після війни є предметом низки вітчизняних та зарубіжних досліджень, де представлені і результати емпіричного вивчення взаємозв'язку між задоволеністю життям та посттравматичним зростанням. Але отримані результати суперечать одне одному і не дають уявлення про характер відносин між цими змінними. З одного боку, існує значна кількість емпіричних доказів наявності тісного позитивного кореляційного зв'язку між посттравматичним зростанням та задоволеністю

життям [10]. З іншого, існують дослідження, які доводять негативну кореляцію між зростанням та благополуччям [18]. Мета-аналіз емпіричних досліджень посттравматичного зростання П.Л. Томіч, В.С. Хелгесон [19] показує, що задоволеність життям не є суттєво пов'язана з інтенцією особистості до посттравматичного зростання.

Проведений нами аналіз результатів досліджень взаємозв'язку показав, що більшість з них стосується переживання наслідків соматичних загроз (важкі хвороби) [13], стосуються ситуації монотравми. Досліджень взаємозв'язку задоволеності життя та особистісного зростання в умовах пролонгованого впливу на особистість травматичних подій соціогенного походження, до яких відносяться військові дії, нами не виявлено.

Отже, характер взаємозв'язку між задоволеністю життям та посттравматичним зростанням потребує уточнення, особливо в контексті тривалої дії стресорів війни на особистість та її діяльність. Вивчення проблеми взаємозв'язку загальної задоволеності життям та зростання особистості в умовах пролонгованого травматичного впливу подій війни є практично значущим завданням, оскільки задає орієнтири для психологічної підтримки процесів відновлення благополуччя та особистісного зростання здобувачів вищої освіти.

**Метою статті** є емпірично встановити взаємозв'язок задоволеності життям із напрямками зростання особистості в умовах пролонгованої дії стресорів війни.

Дослідження було спрямоване на вирішення таких завдань:

- 1) оцінити рівень задоволеності життям на різних часових проміжках повномасштабного вторгнення рф в Україну;
- 2) оцінити рівень та напрями зростання особистості різних часових проміжках повномасштабного вторгнення рф в Україну;
- 3) емпірично встановити міру пов'язаності задоволеності життям з напрямками зростання особистості в умовах пролонгованої дії стресорів війни.

**Виклад основного матеріалу.** В емпіричному дослідженні було застосовано такий психодіагностичний інструментарій: Шкала задоволеності життям [17] для визначення рівня задоволеності життям; Шкала посттравматичного зростання [15] для з'ясування рівня та напрямів посттравматичного зростання особистості. Адаптація психодіагностичного інструментарію, використаного в дослідженні, була здійснена В.Л. Зливковим, С.О. Лукомською, О.В. Федан [2].

Для статистичної обробки даних нами було застосовано кореляційний аналіз методом Пірсона.

Для проведення емпіричного дослідження було обрано порівняльну та кореляційну стратегії дослідження. Емпіричне дослідження проводилось впродовж 2022–2024 року, було проведено два зрізи: перший – квітень/травень 2022 року; другий – квітень/травень 2024 року. Дослідження проводилось дистанційно із застосуванням гугл-форми та електронного листування. Окремі результати були висвітлені у попередніх публікаціях авторів [6, 7].

Дослідженням було охоплено 120 аспірантів різних освітніх програм денної та заочної форми навчання університетів Чернігівщини. Досліджувані – мешканці переважно Чернігівської, Сумської та Київської областей. За статтю респонденти були розподілені наступним чином: жінки – 43%; чоловіки – 57%. За віком: 20–25 років – 23%; 26–30 років – 40%; 31–40% – 17%; 41–50% – 15%; старше 50 років – 6%.

Для виконання першого завдання дослідження було здійснено оцінку рівня задоволеності життям аспірантів на різних часових відтинках від початку повномасштабного вторгнення, а також було здійснено аналітичне порівняння отриманих даних. Результати оцінки задоволеності життям аспірантів двох часових зрізів представлені на порівняльному графіку (рис. 1).

Так, при першому зрізі (весна 2022 року) було виявлено наступні факти: повністю задоволені життям – 0%; задоволені життям – 8%; частково задоволені життям – 33%, нейтральне ставлення

до життя – 4%; незадоволені життям більше, ніж задоволені – 33%; незадоволені життям – 18%; абсолютно незадоволені життям – 4%. Загалом відсоток аспірантів, що позитивно оцінювали життя або його окремі сторони склала 41%, що є доволі вагомою частиною опитаних. До цієї групи увійшли аспіранти, що цілком здатні прийняти недосконалість життя в умовах розпочатої рф війни проти України, можуть долати життєві труднощі та розглядати їх як мотиватори до внесення змін у своє життя. Однак, як помітно з графіка (рис. 1), більшість аспірантів оцінювали своє життя в модусі незадоволеності – це 55%. При тому, кожен четвертий аспірант, за даними першого зрізу, мав серйозно порушену життєву неперервність в багатьох сферах і відповідно негативно оцінював своє життя з точки зору реалізації себе, своїх життєвих цілей, цінностей та життєвої перспективи в цілому.

Другий зріз (весна 2024 року) рівня задоволеності життям аспірантів, показав наступне: повністю задоволені життям – 0%; задоволені життям – 13%; частково задоволені – 41%; нейтральне ставлення – 14%; більше незадоволені життям, ніж задоволені – 18%; незадоволені життям – 9%, абсолютно незадоволені – 5%. Друге вимірювання засвідчило, що більшість опитаних аспірантів (55%) оцінюють своє життя під час війни загалом позитивно.

Порівняння результатів двох зрізів виявило незначне зростання рівня задоволеності життям аспірантів і помітну тенденцію до зниження незадоволеності життям. Так, доля задоволених життям зросла лише на 5%, частково задоволених на

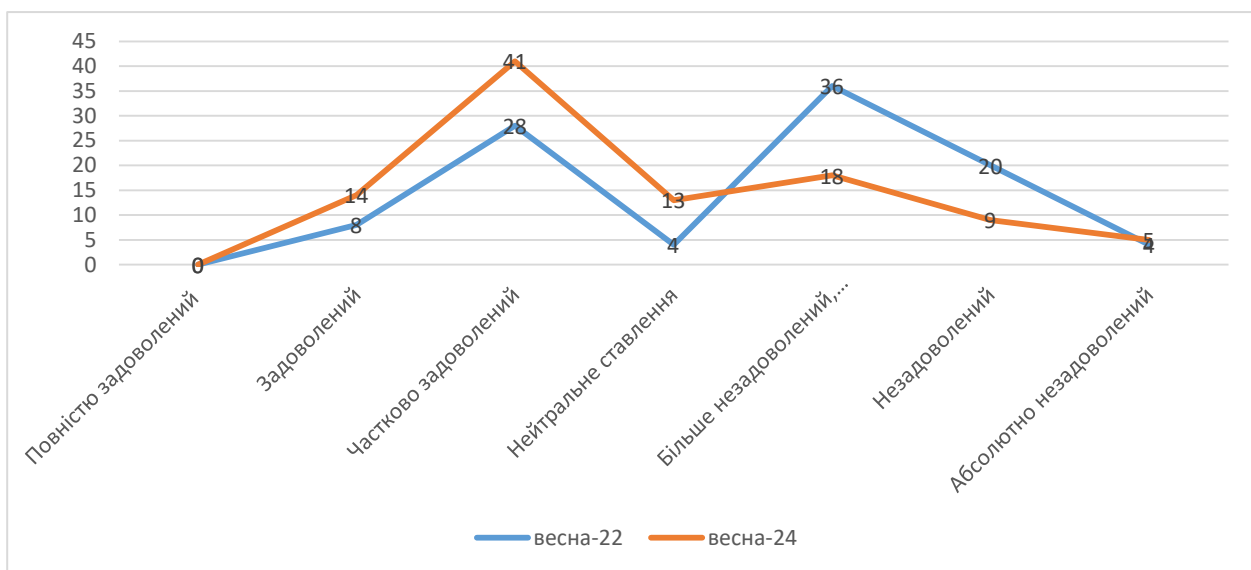


Рис. 1. Порівняльний графік рівня задоволеності життям у аспірантів у зрізах 2022 та 2024 років

8%. Разом з тим, удвічі зменшилась доля аспірантів, що незадоволені життям повністю, або частково. Отже, можемо припускати, що відбувається відновлення життєвої неперервності особистості в певних сферах життя та адаптація до воєнної повсякденності, однак, оцінка свого життя зі сторони реалізації життєвих цілей та життєвих перспектив серед аспірантів залишається невисокою.

За нашими даними, значно зросло число аспірантів, що мають рівень нейтрального ставлення, що властиве людям, які зазвичай мають проблеми в одній або двох сферах функціонування, відчувають бажання щось змінити у житті, але розгублені, бо часто не знають як це зробити.

Для вирішення другого завдання було здійснено оцінку рівня та напрямів особистісного зростання аспірантів на різних часових відтинках війни, а також було здійснено аналітичне порівняння отриманих даних. Для оцінки впливу подій війни на особистість до інструкції Шкали посттравматичного зростання було внесено уточнення (зміну виділено курсивом): «Вкажіть для кожного нижченаведеного твердження ступінь, в якому відповідна зміна відбулася в Вашому житті внаслідок кризової (травматичної) події, спричиненої війною, використовуючи наступну шкалу».

Результати встановлення індексу посттравматичного зростання представлені на рисунку 2.

Як показано на гістограмі, на початку повномасштабного вторгнення рф доля респондентів, з низьким індексом посттравматичного зростання була мінімальною (12%), але з часом війни доля респондентів, що не відчувають суттєвого впливу факторів війни на своє світобачення зросла удвічі, до 27%. Відсоток респондентів з середньою інтенсивністю особистісних перетворень нато-

мість зменшився з 56% до 32%. Привертає увагу той факт, що зросла доля досліджуваних з інтенсивним особистісним зростанням від 32% до 41%. Отже, бачимо, що з часом глибинні трансформації особистості під дією стресорів війни інтенсифікуються, більше респондентів стоять перед необхідністю прийняти нову реальність та виробити нову філософію життя і нову його ціннісну основу.

Наведені дані засвідчують наявність двох планів особистісних змін в умовах війни. З одного боку, помітними стають стабілізаційні явища в особистості, що повертають її до довоєнного функціонування, а з іншого, неповоротні, глибинні трансформаційні процеси. Трансформаційні перетворення особистості стосуються як персональної так і соціальної ідентичності, є результатом активної внутрішньої роботи з переосмислення досвіду війни та розбудови нової ціннісної основи функціонування. Зростання, зумовлене війною, не є універсальним процесом, однаковим для усіх, а має індивідуальний характер та торкаються нерівномірно різних сторін життя особистості.

Дослідження напрямів зростання особисті в часі війни відображені на рис. 3. Так, навесні 2022-го року показники високого рівня зростання за напрямками розподілились таким чином: зростання цінності відносин – 24%; нові можливості – 28%; сила особистості – 16%; духовні зміни – 40%; підвищення цінності життя – 44%. Отже, на початку війни, провідними напрямками зростання особистості досліджуваних були «підвищення цінності життя» та «духовні зміни». Це означає, що майже половина опитаних почали більше цінувати кожен прожитий день, прагнули наповнити його значущими речами, робити життя більш змістовним. Актуалізувалася мотивація до

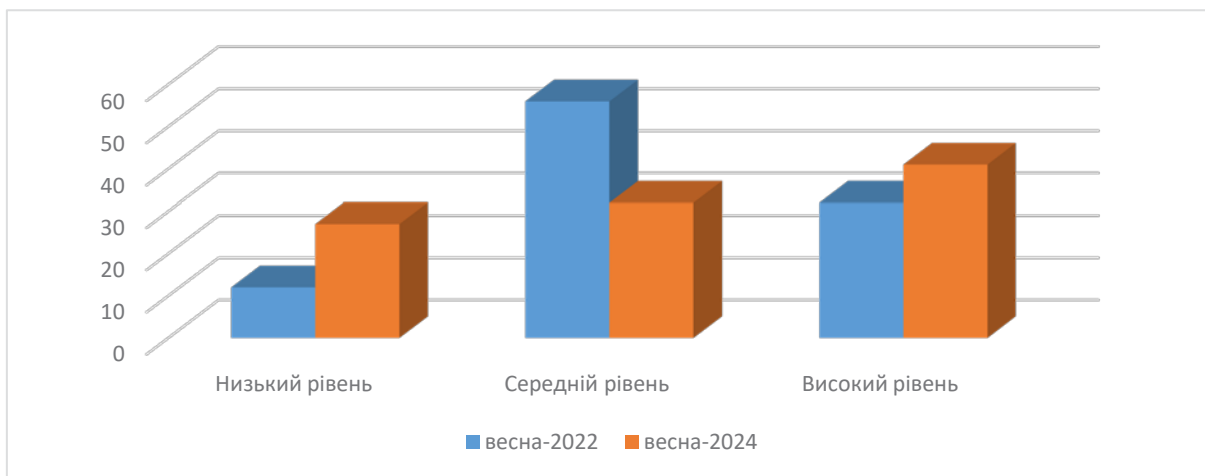


Рис. 2. Порівняльна гістограма індексу посттравматичного зростання аспірантів у зрізах 2022 та 2024 років (% від кількості опитаних)



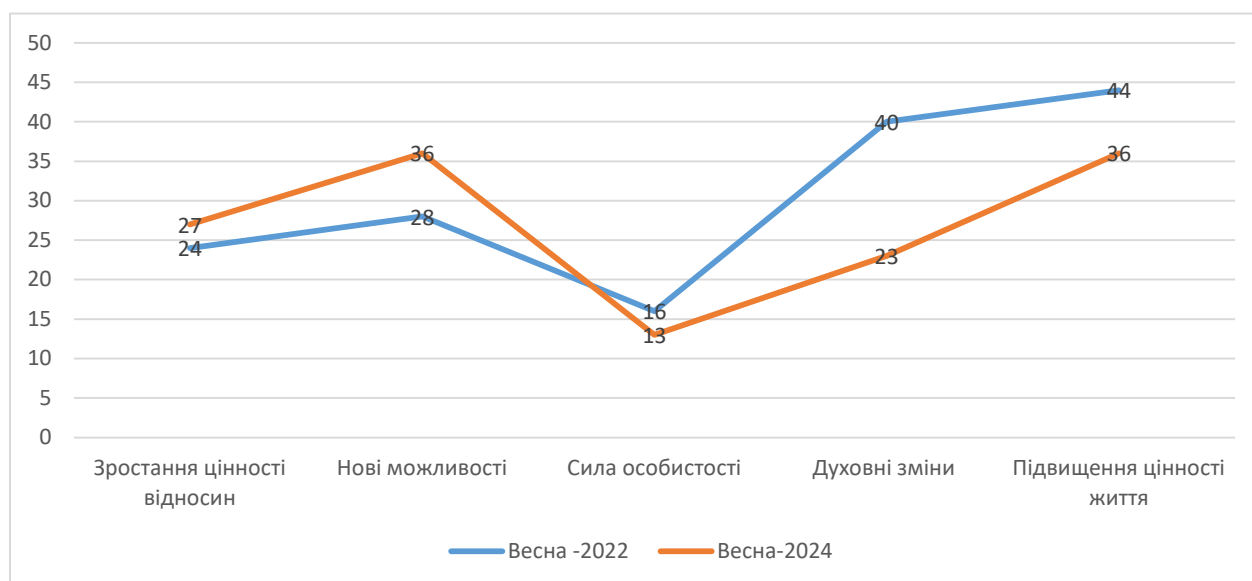


Рис. 3. Порівняльний графік напрямів зростання особистості у зрізах 2022 та 2024 років (% від загальної кількості опитаних)

розуміння духовних проблем, віри, очевидною стала цінність нематеріальних речей.

Останнє вимірювання виявило такої відсотковий розподіл високого рівня особистісного зростання: зростання цінності відносин – 27%; нові можливості – 36%; сила особистості – 13%; духовні зміни – 23%; підвищення цінності життя – 36%. Домінантним напрямом зростання особистості на фоні пролонгованості війни залишається усвідомлення цінності життя. Разом з тим, як показано на графіку (рис. 3), в зону активного перегляду потрапляє напрям «нові можливості», що ймовірно пов'язане з необхідністю для особистості взяти відповідальність за підконтрольні речі, врахувати невизначеність та нестабільність воєнного існування та знизити відповідальність перед невідконтрольними подіями.

Привертає увагу той факт, що трансформаційні процеси в особистості, пов'язані з усвідомленням цінності нематеріальних речей, духовності, наразі не відбуваються настільки активно, як на початку повномасштабного вторгнення. Результати показують, що удвічі менше респондентів вказують на те, що війна наразі суттєво змінює їх ставлення до духовних та матеріальних речей.

Окремо хотілось би зупинитися на такому важливому напрямі зростання особистості як сила особистості. Як бачимо на гістограмах, обидва вимірювання фіксують низьку відсоткову долю аспірантів, які глибоко змінюють бачення себе в напрямку відчуття власної сили та спро-

можності. Доля таких досліджуваних, здатних до позитивного перегляду ресурсів становить лише 16% та 13% при першому та другому вимірюванні відповідно. Парадоксально, але більшість респондентів не помічають у собі нові можливості долати труднощі, відновлюватися, адаптуватися, реалізовуватися, хоча саме це досить успішно здійснюють в умовах війни. Можемо припускати, що умови війни гібридного характеру з елементами підступного терору ослабляють здатність особистості відчувати самоефективність.

*Третє завдання дослідження* полягало у встановленні характеру взаємозв'язків між задоволеністю життям та напрямками особистісного зростання в умовах пролонгованої дії стресорів війни. Для цього було здійснено кореляційний аналіз у кожному зрізі окремо.

Кореляційний аналіз взаємозв'язків першого зрізу даних дозволяє констатувати наявність статистично значущого позитивного зв'язку між задоволеністю життям та трьома показниками особистісного зростання, зокрема, інтегральним показником зростання (0,25,  $p < 0,05$ ), фактором 1: «Зростання цінності відносин» (0,30,  $p < 0,05$ ), фактором 5: «Зростання цінності життя» (0,37,  $p < 0,01$ ). На початку повномасштабного вторгнення найбільш тісним є зв'язок задоволеності життям із усвідомленням більшої цінності власного життя. Можна передбачити, що задоволеність життям з одного боку, підсилює саморефлексію щодо позитивної переінтерпретації подій

Зв'язок між задоволеністю життям аспірантів та показниками їх зростання (r)

Показники зростання	Показники задоволеності життям Весна-2022 (n=66)	Показники задоволеності життям Весна-2024 (n=54)
Інтегральний показник зростання	0,25*	0,15
Фактор 1. Зростання цінності відносин	0,30*	-0,01
Фактор 2. Нові можливості	0,08	-0,03
Фактор 3. Зростання почуття особистої сили	0,18	0,06
Фактор 4. Збагачення духовного життя	0,01	0,35**
Фактор 5. Підвищення цінності життя	0,37**	-0,03

\*p&lt;0,05; \*\*p&lt;0,01

життя, активізує ситуативне Я в пошуку джерел радості та значущості. А з іншого боку, підсилення ціннісного ставлення до життя спонукає особистість наповнювати його значущими подіями, що в результаті дає задоволеність від свого життя. Виявлений нами взаємовплив задоволеності життя та зростання цінності відносин показує наскільки сфера людських відносин з одного боку стала важливим джерелом підтримки на початку великої війни, а з іншого, сферою глибоких переосмислень, відсіву друзів та перебудови кола довірчого спілкування.

Кореляційний аналіз даних другого зрізу показав, що структура взаємозв'язків задоволеності життя та особистісного зростання в умовах пролонгованості війни має інший характер. Нами виявлено статистично значущий зв'язок між задоволеністю життям і лише одним показником особистісного зростання – це збагачення духовного життя (0,37, p<0,01). Думається, що відсутність міцної прив'язаності до матеріальних речей, статусів, більша орієнтація на процес, ніж результат дозволяє навіть у воєнній буденності, наповненій хронічними стресами, зберігати позитивну оцінку життя, примати реальність з її викликами, вірити в перспективу добра. Однак, зазначимо, що лише незначна доля аспірантів орієнтується на духовні цінності, більшість обирає матеріальні.

Цікаво, що в умовах тривалої війни зростання цінності життя і відносин для особистості не підвищує, як на початку вторгнення, а знижує задоволеність життям. Припускаємо, що пролонгований характер війни, пов'язаний з великими втратами спонукає наповнювати життя значущими подіями та відносинами, однак, це не гарантує високу позитивну оцінку життя, оскільки стимулює глибоку, часто болісну внутрішню роботу з подолання значного розриву в системі «Я» та «світ, що зійшов з розуму».

Як можна бачити в таблиці 1, задоволеність життя аспірантів у обох вимірюваннях не є тісно пов'язаною з більшістю факторів зростання. Про що це говорить? Відсутність тісного зв'язку між задоволеністю життям та посттравматичним зростанням, дозволяє говорити про те, що посттравматичне зростання не є синонімом благополуччя та задоволеності життям. Досвід війни, містить потенціал надбання для особистості, що пофарбований дистресом, а не радістю. Зростання особистості в умовах війни, ймовірно, – це шанс отримати більш усвідомлене, осмислене та значуще життя.

#### Висновки.

1. Встановлено, в умовах пролонгованої дії стресорів війни задоволеність життям зростає несуттєво, однак зменшується незадоволеність життям. З часом війни більшість досліджуваних демонструють готовність до прийняття реальності і готові долати певні труднощі, однак не бачать можливостей для реалізації життєвих цілей.

2. Емпірично з'ясовано, що трансформаційні процеси з часом війни поглиблюються, а основні напрями особистісного зростання змінюються від усвідомлення більшої цінності життя, переорієнтації на духовні цінності з матеріальних до розуміння своїх можливостей та обмежень щодо впливу на життя під час війни.

3. Задоволеність життям не є тісно пов'язаною з більшістю напрямів особистісного зростання. Задоволеність життям та зростання особистості в умовах пролонгованої дії стресорів війни відбивають різні шляхи гармонізації «Я» та «світ»: перший характеризує збереження «Я», а другій трансформацію ідентичності.

4. Характер пов'язаності задоволеності життям та зростання особистості не є стабільним. На початку повномасштабного вторгнення корелятами задоволеності життям було підсилення

цінності життя та зростання цінності відносин. В умовах пролонгованого характеру війни, задоволеність життям позитивно корелює із зростанням орієнтації особистості на духовні, нематеріальні цінності.

5. Психологічна підтримка аспірантів має бути гнучкою та враховувати кумулятивний ефект стресорів війни на особистість, спрямовуватися водночас на підтримку ресурсів відновлення та ресурсів зростання.

#### Список літератури:

1. Даценко О.А. Задоволеність життям як критерій позитивного функціонування особистості. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2020. Вип. 10. С. 31–42.
2. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К., 2016. 219 с.
3. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
4. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травмизації: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
5. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т.М. Титаренко, М.С. Дворник, В.О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т.М. Титаренко. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
6. Щотка О., Андрєєва Я. Взаємозв'язок між задоволеністю життям та посттравматичним зростанням у аспірантів в умовах війни в Україні. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3-4 (27). С. 64–74.
7. Щотка О. Напрями особистісного зростання здобувачів вищої освіти в умовах хронічної дії стресорів війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. № 4. С. 47–55.
8. Argyle M. *The Psychology of Happiness*. London, 2001. 288 p.
9. Diener E., Lucas R.E. Personality and subjective wellbeing. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. / D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (Eds.). New York, 1999. P. 213–229.
10. Finding benefit in breast cancer: relations with personality, coping, and concurrent wellbeing / Urcuyo K.R., Boyers A. E., Carver C. S., Antoni M. H. *Psychology and Health*. 2005. No.20. P. 175–192.
11. Joseph S., Williams R., Yule W. Changes in outlook following disaster: The preliminary development of a measure to assess positive and negative responses. *Journal of Traumatic Stress*. 1993. No. 6. P. 271–279.
12. Joseph S., Butler L. Positive Changes Following Adversity. *PTSD Research Quarterly*. 2010. No. 21 (3). P. 1–3.
13. Ogińska-Bulik N. Satisfaction with life and posttraumatic growth in persons after myocardial infarction. *Health Psychology Report*. 2014. No. 2 (2). P. 105–114.
14. OgińskaBulik N., Juczyński Z. Personality, stress and health. Warszawa: Wyd. Difin. 2010. 320 s.
15. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 1996. No. 9. P. 455–471.
16. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic Growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. No.15 (1). P. 1–18.
17. The Satisfaction With Life Scale/ Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. *Journal of Personality Assessment*. 1985. № 49(1). P. 71–75.
18. Tomich P. L., Helgeson V. Is finding something good in the bad always good? Benefit finding among women with breast cancer. *Health Psychology*. 2004. No. 23. P. 16–23.
19. Tomich P.L., Helgeson V. Five years later: a crosssectional comparison of breast cancer survivors with healthy women. *Psycho-Oncology*. 2002. No.11. P.154–169.

#### **Shchotka O.P. LIFE SATISFACTION AND PERSONAL GROWTH OF GRADUATE STUDENTS: THE DYNAMICS OF RELATIONSHIP DURING WAR**

*The article notes the negative impact of the war on the psychological well-being and development of students of third-level higher education and emphasizes the importance of developing their ability to post-traumatic recovery and growth. The categories «satisfaction with life» and «post-traumatic growth» are revealed, the theoretical studies of these categories and research on their relationship are reviewed. Thus, satisfaction with life is understood as a cognitive component of psychological well-being, which reflects a person's reflexive judgment that his life and circumstances are going well. Post-traumatic growth is interpreted as the experience of positive changes that occur as a result of dealing with difficult life crises, when the development of the personality, at least in certain areas, exceeds the level that existed before the crisis in a person's life.*

*The results of an empirical study of the relationship between life satisfaction and the directions of personal growth in the conditions of the prolonged action of war stressors are analyzed. Conclusions are made that satisfaction with life increases insignificantly, but dissatisfaction with life decreases, graduate students experience difficulties in realizing life goals, in restoring life continuity; transformational processes deepen with the time of war, and the main directions of personal growth change: from awareness of the greater value of life, reorientation to spiritual values at the beginning of the war to a better understanding of one's opportunities and limitations in terms of impact on life and the future with the time of war; the nature of the relationship between life satisfaction and personal growth is not stable, life satisfaction and personal growth in the conditions of prolonged action of war stressors reflect different ways of harmonizing the «I» and the «world»: the first characterizes the preservation of the «I», and the second the transformation of identity; psychological support for graduate students should be flexible and take into account the cumulative effect of war stressors on the individual.*

**Key words:** *psychological well-being, psychological prosperity, life satisfaction, recovery, post-traumatic growth, psychological support, psychological assistance.*

# СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/11>**Зубіашвілі І.К.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

## НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО РОЗУМІННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

*Стаття присвячена дослідженню теоретичних підходів до визначення сутності психологічного механізму соціалізації, різні підходів до визначення цього поняття. Підкреслюється, що у вітчизняній та зарубіжній психологічній практиці у фахівців немає єдиної думки з приводу інтерпретації поняття, різниці між смисловим навантаженням самих механізмів, змістовної сутності, класифікації та прояву механізму в соціумі. Загалом механізми соціалізації можна розглядати як соціально-психологічні впливи середовища, що безпосередньо сприяють інтеріоризації особистістю зовнішніх групових норм і цінностей. Уточнюється, що психологічний механізм соціалізації – це стабільна система взаємодії різних чинників формування соціальних уявлень і мотиваційної структури індивіда, результатом дії яких є поява закономірного ефекту, а також формування передбачуваних моделей поведінки особи в її соціальній групі. Механізми соціалізації є помічниками для соціалізації особистості при взаємодії з різними агентами та чинниками. Механізми соціалізації вказують на те, в результаті яких процесів, дій відбувається соціалізація людини. Зазначається, що поняття психологічного механізму соціалізації особистості слід відрізнити від понять способу, засобу, методу впливу на неї. На відміну від останніх, психологічний механізм не може бути позитивним чи негативним, хорошим чи поганим. Один і той самий механізм може бути використаний однаково успішно тим, хто ним володіє, як для досягнення благородних, так і злочинних цілей. Основними психологічними механізмами, що забезпечують процес соціалізації особистості, є такі: зараження; наслідування; процес дії; механізм групового тиску; механізм ідентифікації; процеси рефлексії та мотивації; механізм масової сили; соціальна фасилітація та інгібіція; соціальний вплив: переконання та навіювання.*

**Ключові слова:** особистість, психологічний механізм, теоретичні підходи, соціалізація, суспільство.

**Постановка проблеми.** Ускладнення та нестабільність соціально-економічного середовища життєдіяльності сучасної людини виводять на перший план проблему психологічних механізмів її соціалізації на різних життєвих етапах. Інтерес до досліджень механізмів соціалізації обумовлений швидкими змінами соціально-економічних умов в суспільстві, екстремальними та кризовими подіями в країні, які ставлять молоду людину перед вибором свого місця в системі соціально-економічних відносин. Молодим людям потрібно адаптуватися в надзвичайних умовах воєнного стану в суспільства, знайти та досягнути більш вигідного становища в економічній системі

з позиції своїх стратегічних і тактичних цілей. Саме якість механізму соціалізації визначить міру економічної активності людей не лише в галузі стратегій споживання, але й в соціальній практиці організації життя в цілому. Проблема соціалізації, механізмів успішної соціалізованості молодих людей у кризовій ситуації є значущою і з теоретичної, і з практичної точок зору.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Уявлення про соціально-психологічні механізми базується на основі положень про соціалізацію особистості, запропонованих Х. Дітмар [6], В. Москаленко [4], Е. Фернамом [6], Т. Шибутані [4], а також наукових праць С. Максименка [2],

Т. Ньюкома [12], Д. Майерса [10], М. Смұльсон [7], Г. Гарда [9], присвячених проблематиці психологічних механізмів і аспектів їх формування. Особливості психологічних механізмів молоді в умовах трансформації суспільства досліджували Н. Дембицька [1] та О. Никоненко [6].

**Мета статті** полягає у теоретичному дослідженні феномену психологічних механізмів соціалізації особистості.

**Виклад основного матеріалу.** Інтерес до психологічних механізмів соціалізації не новий в соціальній психології. Особливо помітно він проявляється в психологічній літературі останніх часів. Спеціальне звернення до вивчення того чи іншого психологічного механізму повинно передбачати пошук відповідей принаймні на такі питання: склад і основна функція психологічного механізму, закономірності його генези (умови формування, найбільш суттєві чинники, що визначають його наступне функціонування тощо), причини і характерні ознаки руйнування, старіння і заміни на нові механізми.

Деякі дослідники зазначають, що в період трансформації суспільства в результаті гострої боротьби принципово різних світоглядів, в силу внутрішніх закономірностей розвитку суспільної психології змінюються механізми соціалізації молоді – переважають саме ті з них, які основані на аналізі власного досвіду діяльності та досвіду інших людей – успішних однолітків або відомих ділових людей [1, с. 35; 6, с. 148].

Механізми соціалізації є помічниками для соціалізації особистості при взаємодії з різними агентами та чинниками. Механізми соціалізації вказують на те, в результаті яких процесів, дій відбувається соціалізація людини. Існують різні підходи до вивчення та інтерпретації «психологічних механізмів» соціалізації.

Як у вітчизняній, так і в зарубіжній психологічній практиці у фахівців немає єдиної думки з приводу інтерпретації поняття, різниці між смисловим навантаженням самих механізмів, змістовної сутності, класифікації та прояву механізму в соціумі. Тому в межах нашого дослідження виникла потреба узагальнити думки низки вчених, які займалися вивченням психологічних механізмів.

Дослідженнями, що поклали початок вивченню психологічних механізмів стали «Теорія структурного балансу» (Ф. Хайдера) і «Теорія комунікативних актів» (Т. Ньюкомба) [4, с. 256].

На думку вчених, психологічні механізми є своєрідними спеціально організованими умовами, в реалізації яких відбувається цілеспрямований

вплив на поведінку людини у соціумі. Результатом цього процесу є формування ефективних моделей поведінки особи у групі чи групі загалом. При такому підході важливим є той факт, що суб'єктом, котрий здійснює комунікацію, може бути як окремий індивід, так і група індивідів. Автори вказують на важливість участі в процесі соціалізації не окремо взятої особистості, а особистості в процесі взаємодії з іншими в соціумі.

Зазначимо, що загальноприйняті визначення психологічних механізмів практично відсутні, різноманітні психологічні механізми часто наявні в емпіричних дослідженнях, й інколи бувають досить докладно і переконливо описані. Поняття психологічного механізму часто пов'язують з різними проблемами. Зокрема, з проблемою мотивації, для опису процесу внутрішньоособистісних змін та індивідуальних психічних перетворень, зі змінами інтерсуб'єктивними, для регуляції діяльності, забезпечення функціонування психічних процесів за умови використання певних засобів, як функціональні способи перетворення особистості, які закріпилися в її психологічній організації, в результаті яких з'являються різні психологічні новоутворення тощо.

В аналізі системи психологічних механізмів ми орієнтуємося на відомі розробки українських психологів, присвячені дослідженню психологічних механізмів навчання і розвитку (С. Максименко [2], Ю. Машбиць [3], В. Москаленко [4], М. Смұльсон [7] та ін.), в яких розвиток і саморозвиток особистості тлумачиться, зокрема, як розвиток психологічних механізмів, а психологічний механізм – як системне утворення і теоретичний конструкт.

З розвитком соціальної психології як науки, у межах вивчення великих і малих соціальних груп, в класичних психологічних джерелах активно вивчалися такі соціальні процеси й психологічні механізми, як соціальна фасилітація, ідентифікація, соціальний вплив, соціальна інгібіція, наслідування, реактивність поведінки, навіювання, зараження тощо та вивчалися загальнопсихологічні категорії, що відображали особливості особистості, її властивості та процеси, такі як конформізм, мотивація, рефлексія.

Психологи, які займаються вивченням всіх цих процесів і категорій, дійшли висновку, що є закономірності, якими можна управляти для того, щоб коригувати поведінку індивіда. В середині 80-х років ХХ ст. виникла потреба дати назву цьому феномену і його назвали «психологічним механізмом».

Поняття «механізм» виникло у технічній сфері. Дію механізму можна проілюструвати таким простим прикладом: «На дорозі лежать палиця і камінь – це просто предмети, але з'явилася людина, поклала палицю на камінь і створила важіль, тобто найпростіший механізм». Вчені наголошують на тому, що важливою складовою виникнення механізму є створення штучних умов, за яких певні предмети функціонують як механізм, впливаючи на навколишній світ для отримання певних результатів. Механізм – це система тіл, призначена для перетворення руху одного або декількох тіл на необхідні рухи інших тіл.

Отже, для виникнення механізму потрібно впливати на потрібні властивості психіки індивіда, організовуючи важливі умови навколишнього світу. Приклад, який наводять вчені, демонструє змістовну сутність такого процесу як конформізм. Для цього потрібно поєднувати три спеціально організовані умови: перший – конформність (властивість психіки), другий – груповий тиск (спеціально організовані умови, стимул), третій – зміна моделі поведінки індивіда як результат. Цей приклад відображає ефект конформізму.

На думку Д. Майерса, «конформність – це схильність людини до добровільної свідомої (довільної) зміни своїх очікуваних реакцій для зближення з реакцією оточуючих внаслідок визнання більшої їхньої правоти. Це властивість людини легко змінювати свою думку, настанову на щось під впливом групової думки» [10, с. 234]. Також така властивість психіки, як конформність, може виступати як приклад психологічного механізму.

В. Москаленко визначила психологічний механізм як перетворення, за допомогою яких виявляються закономірності їх функціонування та здійснюється соціально-психологічна системність. Перетворення – це зміна закономірностей поведінки індивіда залежно від норм і правил, притаманних для цієї групи, соціального шару чи суспільства, які є унікальними у зв'язку з певними видами діяльності [4, с. 114].

У науковій роботі О. Никоненко дає визначення психологічного механізму як процесу формування соціальних уявлень людини, інтеріоризації нового соціального знання у спеціально організованих, з погляду соціальної психології, умовах, які оптимізують цей процес. Цей механізм має враховувати насамперед загальні закономірності соціальної перцепції та суттєві властивості функціонування когнітивної картини світу людини [6, с. 150].

Отже, базуючись на наявних літературних джерелах, під психологічним механізмом ми розуміємо таку систему організаційно-управлінських процедур, що забезпечують умови, в яких з високою мірою ймовірності виявляються соціально-психологічні закони та закономірності, що забезпечують запланований ефект; це те, що з найбільшою ймовірністю впливає на поведінку людини в соціумі; важливими особливостями психологічного механізму є зміна поведінки людини, інтеріоризація нею соціального знання.

Значимо, що поняття психологічного механізму соціалізації особистості слід відрізнити від понять способу, засобу, методу впливу на неї. На відміну від останніх, психологічний механізм не може бути позитивним чи негативним, хорошим чи поганим. Він або є, або його немає. Один і той самий механізм може бути використаний однаково успішно тим, хто ним володіє, як для досягнення благородних, так і злочинних цілей. Проте, якщо в основу тієї чи іншої методики (навчання, виховання, рекламування, агітування, пропагування тощо) буде покладений не той механізм, який потрібно, очікуваний ефект соціалізації може бути принципово недосяжним.

Розкривши сутність психологічного механізму та давши різні визначення цього процесу, доцільно розглянути їх основні види з огляду на класифікацію різних учених. Узагальнюючи наявні літературні джерела, основними психологічними механізмами, що забезпечують процес соціалізації особистості, є такі: *зараження; наслідування; процес дії; механізм групового тиску; механізм ідентифікації; процеси рефлексії та мотивації; механізм масової сили; соціальна фасилітація та інгібіція; соціальний вплив: переконання та навіювання*. Охарактеризуємо деякі з них.

Безсумнівно, одним із найважливіших психологічних механізмів є малоусвідомлюваний **механізм наслідування** чи неусвідомлене повторення тих зразків поведінки, які демонструються чи є загальноприйнятими у соціальному оточенні індивіда. Це найперший психологічний механізм, з яким знайомиться дитина у сімейному колі чи оточенні однолітків – він забезпечує відтворення однією людиною певних зразків поведінки (дій, вчинків, манер), що мають певне емоційне забарвлення. Г. Тард є засновником теоретичної концепції механізму наслідування [8, с. 91].

У загальних рисах, механізм наслідування є фундаментальним принципом розвитку та існування суспільства, завдяки цьому процесу виникають цінності та групові норми. Цей меха-

нізм аналогічний світовому закону повторення. У тварин цей закон проявляється через спадковість, у людей через наслідування. Чинність цього закону є певним двигуном прогресу.

Розглянемо ще один психологічний механізм – *механізм соціальної ідентифікації*. В. Москаленко визначає цей механізм як практично повне ототожнення індивіда з іншою людиною чи групою людей за допомогою процесу прийняття цінностей та норм, що домінують у ній. Соціальна ідентифікація – когнітивний процес. При цьому механізмі індивід на першому етапі починає відносити себе до певної соціальної категорії, а на наступних відбувається його повне ототожнення з тією чи іншою соціальною спільнотою [4, с. 64].

Також В. Москаленко розглядає інший важливий психологічний механізм [4, с. 67] – *соціальний вплив*. Найчастіше його поділяють на дві частини: *переконання* та *навіювання*. Переконання – реалізація вербального на свідомість індивіда у вигляді аргументації і наступна зміна його поведінки. Навіювання – несвідоме сприйняття інформації індивідом або групою без аналізу та оцінки цієї інформації.

На відміну від переконання і навіювання, що представляють собою цілеспрямований вплив на індивіда або групу, *психічне зараження* (як різновид психологічного механізму) – це вид несвідомого, неусвідомленого впливу людей один на одного, який передбачає передачу насамперед емоційного стану, настрою, і водночас пов'язаних з ними думок і уявлень, що призводить до зміни їхньої поведінки.

Хоча зараження як форма впливу може спостерігатися усюди, де виникає спілкування людей, найбільш яскраві прояви зараження виявляються в дифузних, слабо організованих групах, в кіно-театрах, на стадіонах, концертних залах, на мітингах тощо, де цьому сприяє ритмічний і часто приголомшуючий музичний фон. Зараження здійснюється через передавання психічного настрою, наділеного великим емоційним зарядом.

У кінцевому рахунку зараження призводить до того, що група людей виявляється охопленою єдиним почуттям, єдиним настроєм – радості або горя, захоплення або відчаю, наснаги або зневіри, екстазу або панічного жаху. У цьому стані група стає носієм значної потенційної енергії, яка прагне знайти вихід і, як правило, знаходить його. Однак далеко не завжди форми реалізації цієї енергії є соціально прийнятними. Звідси існує стійке упередження проти прояви крайніх форм психічного зараження.

Різновидом психічного зараження є *інформаційне зараження*, який активно використовують «боти». Наприклад, людину просять поставити лайк якомусь коментарю – там, де було багато лайків, а текст до кінця вона не прочитує (бо навіщо – інші ж поставили) [4, с. 69].

Під постами у соцмережах боти залишають багато емоційних коментарів, які викликають психологічний вплив на особистість у процесі взаємодії, який передає певні настрої, спонукає не через свідомість та інтелект, а через емоційну сферу до зміни думки/настрою. У підсумку зникає критичність до подій та інформації.

*Рефлексія* також відноситься до психологічних механізмів, що розглядаються нами. Рефлексія – це внутрішній діалог людини із собою, у результаті відбувається усвідомлення індивідом того, як він сприймається партнером зі спілкування. Рефлексія повертає свідомість особистості на саму себе, змушує її перебудувати певним чином своє мислення, свою схему діяльності, спрямувавши погляд всередину себе [11, с. 135].

*Шерінг* – певним чином організований обмін враженнями в умовах групового обговорення. Цей метод часто застосовується у груповій терапії, різних психологічних тренінгах підвищення згуртованості, демонстрації певної схожості тощо. Шерінг може використовуватися як механізм впливу на нормативні утворення когнітивної картини світу, вирішувати завдання інтеріоризації соціально-нормативних утворень або корекції їх на когнітивному рівні, перетворюючи їх на уніфіковані. Дія цього механізму залежить від сформованих індивідуальних особливостей людини, від особливостей її мотиваційної структури, когнітивної картини світу щодо норм, правил і настанов організаційної поведінки [5, с. 62].

Ще одним психологічним механізмом, що забезпечує соціалізацію особистості є *соціальні настанови або атитюди*. Атитюд – це схильність особистості певним чином сприймати та оцінювати соціально значущі об'єкти, а також готовність особистості до певних дій, що орієнтовані на ці об'єкти [8, с. 46].

Психологічним механізмом економічної соціалізації є також *розділена згода*. Це поняття у 1965 р. ввів Т. Ньюкомб. На його думку, розділена згода – процедура, у якій члени групи у певному порядку висловлюють згоду щодо значущих для групи запитань. У своїй теорії комунікативних актів науковець розробив механізм, який пояснює, яким чином в колективі людей виникає згуртова-



ність, єдність і спільність поглядів між людьми, приязні та неприязні взаємини [12, с. 298].

**Висновки.** Підсумовуючи, зазначимо, що нами було розглянуто основні теоретичні підходи до визначення сутності психологічного механізму соціалізації, різні підходи до визначення цього поняття.

У вітчизняній та зарубіжній психологічній практиці у фахівців немає єдиної думки з приводу інтерпретації поняття, різниці між смисловим навантаженням самих механізмів, змістовної сутності, класифікації та прояву механізму в соціумі. Загалом механізми соціалізації можна розглядати

як соціально-психологічні впливи середовища, що безпосередньо сприяють інтеріоризації особистістю зовнішніх групових норм і цінностей.

На нашу думку, психологічний механізм соціалізації – це стабільна система взаємодії різних чинників формування соціальних уявлень і мотиваційної структури індивіда, результатом дії яких є поява закономірного ефекту, а також формування передбачуваних моделей поведінки особи в її соціальній групі.

Перспективою подальшого дослідження є вивчення соціально-психологічних механізмів економічної соціалізації молоді в умовах воєнного стану.

### Список літератури:

1. Дембицька Н. М. Психологія економічної соціалізації школярів : Монографія. Київ: Видавець Позднішев, 2020. 385 с.
2. Максименко С. Д. Актуальні проблеми генетичної психології. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. К., 2019. Т. VIII: Психологічна теорія і технологія навчання. Вип. 10. С. 8–20.
3. Машбиць Ю. І. Психологічні механізми і технологія навчання. К.: Інтерсервіс, 2019. 208 с.
4. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: монографія, 2013. Київ: Фенікс. 480 с.
5. Методичні вказівки до практичних і самостійних робіт з дисципліни «Основи соціально-психологічного тренінгу». Суми : Сумський державний університет, 2017. 67 с.
6. Никоненко О. В. Монетарна соціалізація як соціально-психологічний феномен. Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України «Актуальні проблеми психології». Кіровоград : Імекс – ЛТД, 2013. *Соціальна психологія*. Вип. 6. Книга II. Т. XI. С. 146–154.
7. Смільсон М. Л. Психологічні механізми становлення суб'єктності дорослих у віртуальному просторі: монографія. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 180 с.
8. Шахова О.Г. Соціальна психологія особистості: Навч. посібник. Харків: «Контраст», 2019. 116 с.
9. Toews D. «The New Tarde: Sociology after the End of the Social». *Theory Culture & Society*, 2003. Vol. 20 No. 5, 81–98.
10. David Myers and Jean Twenge. *Social Psychology*, 14th Edition, 2022. 440 p.
11. Lefebvre, Henri. *Critique de la vie quotidienne*. Т. II. *Fondements d'une sociologie de la quotidieneté*, 1961. Paris, L'Arche. 357 p.
12. Newcomb T.M. An approach to the study of communicative acts. *Psychol. Rev.*, 1953, v. 60, p. 293–304.

### Zubiashvily I.K. SCIENTIFIC APPROACHES TO UNDERSTANDING OF PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF SOCIALIZATION OF PERSONALITY

*The article is dedicated to the study of theoretical approaches to defining the essence of the psychological mechanism of socialization, different approaches to defining this concept. It is emphasized that in domestic and foreign psychological practice, specialists do not have a single opinion about the interpretation of the concept, the difference between the semantic load of the mechanisms themselves, the meaningful essence, classification and manifestation of the mechanism in society. In general, the mechanisms of socialization can be considered as socio-psychological influences of the environment, which directly contribute to the internalization by the individual of external group norms and values. It is clarified that the psychological mechanism of socialization is a stable system of interaction of various factors of the formation of social ideas and the motivational structure of an individual, the result of which is the appearance of a regular effect, as well as the formation of predictable patterns of behavior of a person in its social group. Mechanisms of socialization are assistants for the socialization of an individual when interacting with various agents and factors. Mechanisms of socialization indicate the processes and actions that result in the socialization of a person. It is noted that the concept of the psychological mechanism of personality socialization should be distinguished from the concepts of a way, a means, a method of influencing it. Unlike the latter, a psychological mechanism cannot be positive or negative, good or bad. The same mechanism can be used with equal success by those who possess it,*

*both to achieve noble and criminal goals. The main psychological mechanisms that ensure the process of socialization of the individual are as follows: infection; imitation; action process; mechanism of group pressure; identification mechanism; processes of reflection and motivation; mass force mechanism; social facilitation and inhibition; social influence: persuasion and suggestion.*

**Key words:** *personality, psychological mechanism, theoretical approaches, socialization, society.*

**Стеценко Н.М.**

Херсонський національний технічний університет

**Фролова М.Е.**

Херсонський національний технічний університет

**Іванчук О.В.**

Херсонський національний технічний університет

## ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ДЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЧЕРЕЗ ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ

*У статті висвітлено проблеми десоціалізації здобувачів вищої освіти через використання штучного інтелекту; розглянуто його вплив на особистість на психічному рівні. Систематизовано факти щодо наявності залежності рівня десоціалізації студентської молоді від користування штучним інтелектом. Представлено результати анкетування студентів щодо проблем, пов'язаних з процесом використання ШІ. Зазначено, що одним із головних аспектів десоціалізації є зниження рівня соціальних компетенцій, що є критично важливими для успішного функціонування у суспільстві.*

*Вказано, що десоціалізація здобувачів вищої освіти може бути спричинена різними факторами, серед яких технології та віртуальна взаємодія, зростаюча роль соціальних мереж, онлайн-комунікацій і віртуальних ігор, що може призводити до заміщення реальних соціальних взаємодій віртуальними. Це знижує бажання студентів вступати у реальні соціальні ситуації, ослаблюючи їхні соціальні навички і здатність до адаптації в реальному житті.*

*Таким чином, навчання на відстані та дистанційна освіта надає студентам більше гнучкості і можливостей, однак може також зменшувати їхню взаємодію з однолітками і викладачами. Відсутність фізичної присутності у класичних навчальних середовищах може призводити до відчуття ізоляції та обмеженості підтримки.*

*Використання ШІ також може вплинути на самооцінку студентів.*

*Взаємодія з ШІ є важливою складовою сучасного навчального процесу, але її не слід розглядати як альтернативу живим соціальним контактам. Викладачі та освітні установи повинні усвідомлювати важливість збереження людського фактору в навчальному процесі, що включає не тільки передачу знань, але й розвиток соціальних навичок та емоційної інтелігентності.*

*Щоб мінімізувати негативні наслідки, необхідно розробляти комплексні освітні програми, які поєднують використання штучного інтелекту з живою взаємодією. Важливо забезпечити студентам можливості для розвитку соціальних навичок, підтримки їхнього психічного здоров'я та сприяння їхній інтеграції у соціальне середовище.*

**Ключові слова:** студенти, соціалізація, десоціалізація, штучний інтелект.

**Постановка проблеми.** Інтернет та інформаційні технології сьогодні заволоділи особистісним та соціальним простором значної кількості людей, особливо підлітків та молоді, і впливають на всі аспекти життя, включаючи освіту, революціонізують навчальні процеси та змінюють парадигми навчання і оцінювання знань студентів.

Інтеграція штучного інтелекту в освітній сектор відкриває безліч можливостей, що покращують

якість освіти, збільшують доступність освітніх ресурсів і дозволяють персоналізувати навчальний процес для кожного студента. Однак, використання штучного інтелекту не тільки відкриває перед студентами безпрецедентні можливості для здобуття знань, спілкування та культурного обміну. Разом із цими перевагами приходять і ряд викликів для їхнього соціального життя та психологічного самопочуття. Це і зумовило **актуальність** нашого дослідження, пов'язаного з ана-

лізом впливу штучного інтелекту та дистанційних технологій навчання на десоціалізацію студентів.

Десоціалізація здобувачів вищої освіти може бути спричинена різними факторами: технології та віртуальна взаємодія; навчання на відстані та дистанційна освіта; соціальна тривога та невпевненість. Відсутність безпосереднього контакту може також призводити до нерівномірного розподілу обов'язків у групових проектах. Деякі студенти можуть уникати активної участі в роботі групи, покладаючись на інших учасників. Це може призводити до конфліктів та зниження ефективності роботи команди.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Загальний аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми вказує на те, що у науці висвітлювалась тема соціальної дезадаптації людини в процесі використання соціальних мереж, проблема інтернет-комунікацій та їх вплив на сучасну молодь. Зокрема, цим питанням присвячені праці таких вітчизняних авторів: М. Нечипорука, С. Денисюка, Ю. Бабаєвої, А. Жичкиної, О. Філатової, В. Сілаєвої, П. Сівчук, Е. Акімової, Д. Кутюгіна, Т. Власенко та ін.

Питання комунікативної дезадаптації молоді розглядаються в працях міжнародних експертів: С. Тонг, Дж. Ентоні, Л. Лангвелл, Дер Хейд, А. Тоффлер, Дж. Вальтер.

Аспекти десоціалізації як зниження рівня соціальних компетенцій розглядаються у працях вітчизняних науковців, таких як: О. Дубчак, Е. Главінська, Д. Столбов, Р. Гнатюк, Ю. Данько, В. Воронкова, В. Нікітенко, Ю. Чаплінська «Ризики кіберсоціалізації: сьогодення і недалеке майбутнє»; В. Березан «Використання феномену кіберсоціалізації студентської молоді в підготовці майбутнього соціального педагога» та ін.

Проблемами використання штучного інтелекту також займаються І. Яковлев, «Використання штучного інтелекту під час проходження арт терапії»; Д. Мигуль «Нейромережі-ключ до розвитку людства»; Ю. Росоха «Штучні нейронні мережі»; Н. Ковальчук «Нейронні мережі: науковий прорив за останні десятиліття»; В. Шерстюк, Д. Чорний «Штучні нейронні мережі сьогодні». Якщо говорити про розробку проблеми використання штучного інтелекту у сучасній освіті, то необхідно виділити декілька праць: В. Гнатушенко, Н. Дорош, Т. Фененко «Дослідження помилок навчання в нейромережі», С. Субботін, А. Олійник «Нейронні мережі», І. Візнюк, Н. Буглай, Л. Куцак «Використання штучного інтелекту в освіті» та ін.

Серед зарубіжних дослідників – Diomidous M, Chardalias K, Magita A, Koutonias P, Panagiotopoulou. Nicolae Sfetcu, Molly Chiu.

Однак поза увагою залишаються проблеми, пов'язані з таким негативним явищем як вплив штучного інтелекту (ШІ) на десоціалізацію студентів закладів вищої освіти.

**Метою** даної статті є дослідження проблем використання штучного інтелекту та його вплив на психологічне здоров'я і процес десоціалізації здобувачів вищої освіти.

Поставлена мета передбачає вирішення таких завдань:

1. На основі аналізу літератури з проблеми дослідження визначити позитивні і негативні аспекти використання штучного інтелекту.

2. Дослідити вплив штучного інтелекту на психічний стан особистості.

3. Визначити вплив штучного інтелекту на процес десоціалізації здобувачів вищої освіти.

Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі **методи дослідження**:

1. Теоретичні – метод системного аналізу соціально-педагогічної літератури, аналіз понятійно-термінологічної системи з метою теоретичного вивчення проблеми впливу штучного інтелекту на десоціалізацію здобувачів вищої освіти.

2. Емпіричні – спостереження, анкетування.

Експериментальна база: дослідження проводилось у Херсонському національному технічному університеті.

У дослідженні взяли участь 133 здобувачів вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Соціалізація завжди була процесом становлення особистості. Місце і роль різних агентів соціалізації визначалися історичною добою. Займаючи разом з родиною чільне місце, церква згодом поступається школі, пізніше разом з останньою – засобам масової інформації. З розвитком інформаційно-комунікаційних технологій Інтернет упевнено рухається до п'єдесталу першості у справі впливу на формування свідомості підростаючого покоління [1, с. 42].

Хуррельман та Бауер визначають соціалізацію як процес індивідуального розвитку людської особистості в соціальному середовищі зі специфічними умовами життя [4]. Вони показують, що люди отримують мову, знання, соціальні навички, норми, цінності та звичаї, необхідні для участі та інтеграції в групу чи спільноту. Фактично соціалізація – це поєднання вольового конформізму та нав'язаних ззовні правил, опосередкованих очі-

куваннями інших людей. Таким чином, соціалізація впливає на соціально-структурну організацію спільного існування і одночасно досягає культурної та соціальної наступності [5].

У сучасному світі все більше проявляється зворотній процес – десоціалізація. Десоціалізація, або соціальна ізоляція, передбачає повну або майже повну відсутність контакту особистості з суспільством. Це може бути проблемою для людей будь-якого віку, хоча симптоми можуть відрізнятися залежно від вікової групи. Соціальна ізоляція може включати тривале перебування вдома та відсутність особистого спілкування з родиною, знайомими, друзями чи колегами. Соціальна ізоляція може призвести до почуття самотності, страху перед іншими або негативної самооцінки [6].

Спираючись на думку, Ю. Чернецької, можна стверджувати: процес десоціалізації сигналізує, що на певній стадії відбувається деформація особистості, що виникає внаслідок відчуження індивіда від інститутів соціалізації, які є носіями моральних, правових та інших норм. Результатом є руйнація попередніх позитивних норм і цінностей і засвоєння антигромадських взірців поведінки [3, с. 279].

Десоціалізація здобувачів вищої освіти може бути спричинена різними факторами:

1. Технології та віртуальна взаємодія – зростаюче використання технологій, зокрема соціальних мереж, онлайн-комунікацій і віртуальних ігор, може призводити до заміщення реальних соціальних взаємодій віртуальними. Це може знижувати бажання студентів вступати в реальні соціальні ситуації, ослаблюючи їхні соціальні навички і здатність до адаптації в реальному житті.

2. Навчання на відстані та дистанційна освіта – за останні роки зростає популярність дистанційної освіти, яка, хоча й надає студентам більше гнучкості і можливостей, може також зменшувати їхню взаємодію з однолітками і викладачами. Відсутність фізичного присутності у класичних навчальних середовищах може призводити до відчуття ізоляції та відсутності підтримки. Спираючись на дослідження Н. Стеценко, М. Фролової, дистанційне навчання має ряд особливостей, зокрема і психологічних, які можуть негативно вплинути на якість освіти, а саме-дистанційна взаємодія: відсутність прямої особистої взаємодії та спілкування з викладачами та іншими студентами може вплинути на якість освіти. Деякі студенти мають некоректне сприйняття інформації за рахунок відсутності контакту та соціальної взаємодії» [10, с. 1105].

3. Соціальна тривога та невпевненість – деякі студенти можуть відчувати соціальну тривогу або невпевненість у собі, що ускладнює їхню здатність до ініціювання нових соціальних контактів або активної участі в групових активностях. Це може призводити до відчуття відчуженості в середовищі, яке в інших умовах може бути сприятливим для соціальної взаємодії.

У контексті впливу штучного інтелекту (ШІ) на освітній процес, цей феномен набуває нових відтінків та викликає занепокоєння серед психологів та педагогів. Щоб зрозуміти психологічні аспекти десоціалізації студентів через використання ШІ, необхідно розглянути кілька ключових аспектів цього процесу.

Одним із головних аспектів десоціалізації є зниження рівня соціальних компетенцій, що є критично важливими для успішного функціонування у суспільстві. Соціальні компетенції включають уміння ефективно спілкуватися, розуміти та реагувати на емоції інших людей, співпрацювати та вирішувати конфлікти. Традиційно ці навички розвиваються через безпосередню взаємодію з однолітками та викладачами в освітньому середовищі. На думку О. Ващенко «соціальна компетентність – це характеристика особистості, здатність адекватно оцінювати навколишню дійсність на основі повноти знань про неї, які дають змогу зрозуміти основну закономірність соціальної ситуації, уміння знаходити інформацію в невизначеній ситуації й упевнено будувати свою поведінку для досягнення балансу між своїми потребами, очікуванням, сенсом життя і вимогами соціальної дійсності, уміння задовольняти бажання, спираючись на норми [11].

Однак, з поширенням використання ШІ в навчальному процесі, значна частина цієї взаємодії може бути замінена на взаємодію з машинами. Наприклад, студенти можуть отримувати відповіді на свої запитання від чат-ботів, використовувати віртуальних репетиторів для навчання та проходити тестування за допомогою автоматизованих систем оцінювання.

Віртуальні класи, хоч і забезпечують доступ до навчальних матеріалів з будь-якої точки світу, не завжди можуть замінити безпосереднє спілкування у фізичних класах. У традиційних навчальних закладах студенти мають можливість безпосередньо взаємодіяти з викладачами, ставити питання, обговорювати проблеми та брати участь у групових дискусіях. Ці види взаємодії сприяють розвитку навичок усного спілкування, аргументації та критичного мислення.

У віртуальних класах комунікація часто обмежується текстовими повідомленнями або заздалегідь записаними відео-лекціями. Така форма взаємодії не завжди дозволяє студентам розвивати навички невербальної комунікації, що є важливою складовою успішної соціальної взаємодії. Крім того, відсутність безпосереднього контакту з викладачем може знижувати мотивацію студентів до активної участі в навчальному процесі, що також негативно впливає на їхні комунікативні навички.

Штучний інтелект часто використовується для створення віртуальних команд та групових проєктів. Однак, комунікація у віртуальних групах суттєво відрізняється від спілкування у реальному житті. У віртуальних командах відсутній фізичний контакт, що обмежує можливості для розвитку навичок невербальної комунікації, таких як міміка, жести та інтонація. Крім того, у віртуальних групах складніше встановити емоційний зв'язок між учасниками, що може знижувати рівень довіри та співпраці.

Відсутність безпосереднього контакту може також призводити до нерівномірного розподілу обов'язків у групових проєктах. Деякі студенти можуть уникати активної участі в роботі групи, покладаючись на інших учасників. Це може призводити до конфліктів та зниження ефективності роботи команди. У традиційних навчальних закладах викладачі можуть спостерігати за роботою груп та коригувати їх діяльність, забезпечуючи рівномірний розподіл обов'язків. У віртуальних класах така можливість часто відсутня, що ускладнює контроль за процесом навчання.

Хоча такі технології можуть підвищити ефективність навчання та доступ до знань, вони не можуть замінити складні соціальні взаємодії, які відбуваються між людьми.

Відсутність соціальних навичок може мати серйозні наслідки для майбутнього професійного життя студентів. Багато професій вимагають високого рівня комунікативних здібностей, уміння працювати в команді та здатності до міжособистісних взаємин. Недостатня розвиненість цих навичок може знижувати конкурентоспроможність випускників на ринку праці, що, у свою чергу, може призводити до труднощів у пошуку роботи та побудові кар'єри.

Важливою складовою комунікативних навичок є вміння вирішувати конфлікти. У процесі навчання студенти часто стикаються з ситуаціями, що вимагають компромісів та вирішення конфліктів. Взаємодія з однолітками у фізичних класах

дає можливість розвивати ці навички, оскільки студенти змушені спільно вирішувати проблеми та знаходити шляхи до порозуміння.

У віртуальних класах конфлікти можуть виникати рідше, оскільки комунікація обмежується текстовими повідомленнями або асинхронними дискусіями. Однак, коли конфлікти все ж виникають, їх вирішення ускладнюється через відсутність безпосереднього контакту. Студенти не мають можливості бачити реакції своїх однолітків, що ускладнює розуміння їхніх емоцій та намірів. Це може призводити до непорозумінь та затяжних конфліктів, які негативно впливають на комунікативні навички студентів.

Ця проблема активно почала проявлятися з початком карантину через COVID-19, коли здобувачі освіти перейшли на онлайн навчання [7]. Через початок війни в Україні частина навчальних закладів не може повернутися до очної форми навчання через постійну загрозу життю здобувачам та співробітникам закладів освіти.

Один із аспектів впливу ШІ на психологічний стан здобувача освіти полягає у втраті емоційної підтримки. Живі взаємодії, які виникають у процесі традиційного навчання, забезпечують студентам не лише знання, але й емоційну підтримку з боку викладачів та однолітків. Викладачі можуть помітити, коли студент відчуває труднощі, і надати індивідуальну підтримку та поради. Взаємодія з одногрупниками сприяє обміну досвідом, емоційній взаємопідтримці та спільному вирішенню проблем.

Натомість ШІ, хоча й може ефективно надавати інформацію та допомагати у вирішенні академічних задач, не здатен надавати емоційну підтримку. Машини не володіють емоціями та емпатією, що робить їхню взаємодію з користувачами обмеженою в психологічному аспекті. Це може призвести до відчуття ізоляції та самотності у студентів, особливо у тих, хто схильний до інтровертності або вже має психологічні труднощі.

Використання ШІ також змінює соціальну динаміку в освітньому середовищі. Взаємодія з цифровими асистентами замість живих викладачів може створити відчуття відчуженості. Студенти можуть відчувати, що їхні потреби та проблеми залишаються непоміченими, що призводить до зниження мотивації та залученості у навчальний процес. Такий підхід може також змінити сприйняття студентів щодо значення освіти як соціального феномена, що має важливий вплив на їхнє майбутнє професійне життя.

З психологічної точки зору, важливо також врахувати феномен групової динаміки. Традиційне освітнє середовище надає можливість студентам взаємодіяти в групах, що сприяє розвитку командної роботи та лідерських якостей.

Ще одним важливим аспектом впливу ШІ на психологічний стан здобувачів освіти є підвищення рівня тривожності та стресу. Штучний інтелект надає можливість автоматизації багатьох аспектів навчального процесу. Наприклад, системи адаптивного навчання можуть аналізувати індивідуальні потреби та можливості студентів, підбираючи навчальні матеріали відповідно до їх рівня знань. Такий підхід дозволяє забезпечити індивідуалізоване навчання, яке враховує темп засвоєння матеріалу кожним студентом. Однак, автоматизація процесів навчання часто зменшує потребу в живій комунікації між студентами та викладачами. Застосування ШІ для оцінювання знань може викликати у студентів відчуття додаткового тиску. Машини оцінюють роботу студентів об'єктивно та неупереджено, що, з одного боку, зменшує ризик суб'єктивної оцінки з боку викладачів, але, з іншого боку, може створювати відчуття неминучості та безкомпромісності.

Студенти можуть відчувати тривогу перед автоматизованими тестами та іспитами, оскільки знають, що будь-яка їхня помилка буде негайно зафіксована і врахована. Це може призвести до підвищеного рівня стресу під час підготовки до іспитів, а також до страху перед помилками. У деяких випадках це може викликати перфекціонізм, коли студенти намагаються досягти ідеального результату, що підсилює їхнє емоційне напруження [8].

Використання ШІ також може вплинути на самооцінку студентів. Постійне порівняння себе з машинними стандартами може викликати у студентів відчуття недостатності та незадоволення собою. Особливо це стосується студентів, які мають низьку самооцінку або схильні до самокритики. Постійне сприйняття власних результатів як недостатніх може знижувати їхню мотивацію до навчання та викликати відчуття безнадійності.

З іншого боку, студенти, які досягають високих результатів завдяки ШІ, можуть відчувати зниження внутрішньої мотивації. Якщо успіхи стають результатом взаємодії з машинами, а не власних зусиль, студенти можуть втратити відчуття власного досягнення та задоволення від навчання. Це може призвести до втрати інтересу

до навчання та зниження академічних результатів у довгостроковій перспективі.

Використання ШІ в освітньому процесі може також сприяти розвитку різних психосоціальних розладів. Зокрема, ізоляція та зниження рівня живого спілкування можуть викликати депресивні стани. Відсутність емоційної підтримки та взаємодії з оточуючими може сприяти розвитку депресії, особливо у студентів, які мають генетичну схильність до цього розладу.

Також варто згадати про соціальну тривожність. Студенти, які звикають до взаємодії з машинами, можуть відчувати труднощі у живому спілкуванні. Це може призвести до соціальної тривожності, коли студенти уникають соціальних контактів через страх або незручність. Така ситуація може мати довготривалі наслідки, впливаючи на їхнє професійне та особисте життя. Тривожність розглядають як психічний стан, який виникає під впливом стресогенних факторів, і як феномен, супутній фрустрації соціальних потреб, і як специфічну особистісну властивість [12, с. 6].

З метою моніторингу якості та визначення проблем, пов'язаних з використанням штучного інтелекту в освітньому процесі, було проведено анкетування студентів. В опитуванні взяли участь 133 студенти таких спеціальностей: 121 – Інженерія програмного забезпечення; 122 – Комп'ютерні науки; 123 – Комп'ютерна інженерія; 125 – Кібербезпека; 022 – Дизайн; 126 – Інформаційні системи та технології; 174 – Автоматизація, комп'ютерно-інтегровані технології та робототехніка.

Результати моніторингу представлені у вигляді діаграм (рис. 1–4).

Таким чином, ШІ може впливати і на мотивацію студентів до навчання. Використання технологій може знижувати інтерес до традиційних методів навчання та взаємодії з викладачами. Відчуття відокремленості та недооціненості в навчальному процесі може призвести до зниження інтересу до здобуття знань та досягнення академічних цілей. Студенти, які відчують себе відокремленими від навчального колективу, можуть перестати бачити сенс у своєму навчанні та ставити під сумнів власні здібності. Це може стати перешкодою для досягнення успіхів у навчанні та подальшій професійній кар'єрі.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Зважаючи на вищезазначене, можна зробити висновок, що використання штучного інтелекту в освітньому процесі має значний вплив на психологічний стан здобувачів вищої освіти.



Рис. 1. Зміна обсягу спілкування в реальному житті за останні 4 роки



Рис. 2. Зміна обсягу спілкування в онлайні за останні 4 роки



Рис. 3. Співвідношення спілкування з реальними людьми відносно спілкування зі штучним інтелектом

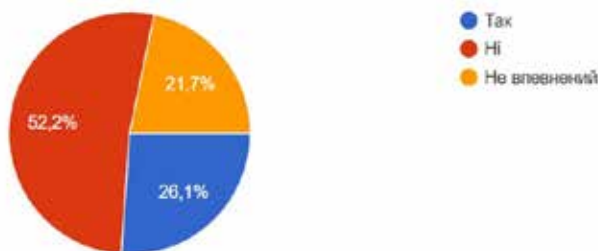


Рис. 4. Співвідношення бажаючих мати штучний інтелект у якості друга

Однак, штучний інтелект не може повністю замінити людське спілкування. Взаємодія з ШІ є важливою складовою сучасного навчального процесу, але її не слід розглядати як альтернативу живим соціальним контактам. Викладачі та освітні установи повинні усвідомлювати важливість збереження людського фактору в навчальному процесі, що включає не тільки передачу знань, але й розвиток соціальних навичок та емоційної інтелігентності.

Щоб мінімізувати негативні наслідки, необхідно розробляти комплексні освітні програми, які поєднують використання штучного інтелекту з живою взаємодією. Важливо забезпечити студентам можливість для розвитку соціальних навичок, підтримки їхнього психічного здоров'я та сприяння їхній інтеграції у соціальне середовище.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у розробці стратегії психологічної



підтримки для здобувачів вищої освіти, спря- танням технологій і підтримкою соціальної  
мовані на збереження балансу між викорис- адаптації.

#### Список літератури:

1. І. Баграченко М. Сурякова І. Соціальна тривожність у міжособистісній взаємодії студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Вип. 10. С. 3–11.
2. Власенко Т.Т. Соціалізація молоді у соціальних мережах у період інформаційної війни (український контекст). Матеріали VI науково-практичної конференції «Соціалізація особистості у сучасних соціокультурних контекстах»
3. Нечипорук М.Л., Денисюк С.Г. Кібернетичні розлади: причини і шляхи подолання. Матеріали XLIX науково-технічної конференції підрозділів ВНТУ, Вінниця, 27–28 квітня 2020 р. 2020 р. С. 534–536.
4. Чернецька Ю. Понятійна триада «соціалізація-десоціалізація-ресоціалізація» в контексті вивчення соціально-педагогічних проблем наркозалежних осіб. *Педагогіка вищої та середньої школи*. – 2016. Вип. 47. С. 275–281. URL:[http://nbuv.gov.ua/UJRN/PVSSh\\_2016\\_47\\_53](http://nbuv.gov.ua/UJRN/PVSSh_2016_47_53)
5. Іващенко О. В. Формування соціальної компетентності учнів на уроках української мови та літератури на засадах міжпредметних зв'язків. *Методичний посібник*. Кривий Ріг, 2018. 46 с.
6. Diomidous M, Chardalias K, Magita A, Koutonias P, Panagiotopoulou P, Mantas J. Social and Psychological Effects of the Internet Use. *Acta Inform Med*. 2016 Feb;24(1). 66–68 pp. DOI: 10.5455/aim.2016.24.66-68.
7. Hurrelmann, K., and Bauer, U. (2015). “Das Modell des produktiv realitätsverarbeitenden Subjekts,” in *Handbuch Sozialisationsforschung*, eds K. Hurrelmann, U. Bauer, M. Grundmann, and S. Walper (Weinheim: Beltz Juventa), 144–161.
8. Hurrelmann, K. (2009). *Social Structure and Personality Development*. Cambridge: Cambridge University Press.
9. Nicolae Sfetcu. Desocialization in and after the pandemic. *SetThings*. 2020, DOI: 10.13140/RG.2.2.35832.06405
10. Molly Chiu. Knock the rust off your social skills after pandemic setbacks. Baylor College of Medicine. 2023. URL: <https://www.bcm.edu/news/knock-the-rust-off-your-social-skills-after-pandemic-setbacks>
11. Alethea Rachel Xi Ern Lee, Zahari Ishak, Mansor Abu Talib, Yi Ming Ho, Kususanto Ditto Prihadi, Abdul Aziz. Fear of failure among perfectionist students. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)* Vol. 13, No. 2. 2024. 643–651 pp. DOI: 10.11591/ijere.v13i2.26296
12. Joe Faretra. Lonely bloke ‘fell in love’ with AI chatbot after wife left – then it proposed to him. *Daily Star*. 2023. URL: <https://www.dailystar.co.uk/news/weird-news/lonely-bloke-fell-love-ai-29609541>

#### Stetsenko N.M., Frolova M.E., Ivanchuk O.V. PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF DESOCIALISATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS THROUGH THE USE OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE

*The article highlights the problems of desocialisation of higher education students through the use of artificial intelligence; its impact on the personality at the mental level is considered. The facts about the dependence of the level of desocialisation of students on the use of artificial intelligence are systematised.*

*The results of a survey of students on the problems associated with the process of using AI are presented. It is noted that one of the main aspects of desocialisation is a decrease in the level of social competencies, which are critical for successful functioning in society.*

*It is indicated that the desocialisation of higher education students can be caused by various factors, including technology and virtual interaction, the growing role of social networks, online communications and virtual games, which can lead to the replacement of real social interactions with virtual ones. This reduces students' willingness to engage in real social situations, weakening their social skills and ability to adapt in real life.*

*In summary, distance learning and distance education provides students with more flexibility and opportunities, but can also reduce their interaction with peers and teachers. The lack of physical presence in classroom environments can lead to feelings of isolation and limited support.*

*The use of AI can also affect students' self-esteem.*

*Interaction with AI is an important component of the modern learning process, but it should not be seen as an alternative to live social contacts. Teachers and educational institutions should be aware of the importance of preserving the human factor in the learning process, which includes not only the transfer of knowledge but also the development of social skills and emotional intelligence.*

*To minimise the negative consequences, it is necessary to develop comprehensive educational programmes that combine the use of artificial intelligence with live interaction. It is important to provide students with opportunities to develop social skills, support their mental health, and facilitate their integration into the social environment.*

**Key words:** *students, socialisation, desocialisation, artificial intelligence.*

**Нагорна Н.С.**

Національний університет «Чернігівська політехніка»

## КОМПЛЕКС ПРАКТИК З РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОГО ПІДПРИЄМНИЦТВА

*У статті досліджується питання побудови комплексу практик з розвитку готовності особистості до соціального підприємництва. Спираючись на результати українських та іноземних наукових пошуків, авторка вказує, що запровадження заходів цілеспрямованого освітнього та соціально-психологічного впливу на готовність особистості до соціального підприємництва закордоном має більший досвід та наукове обґрунтування. Саме тому, запропоновано комплекс практик, що складається з: навчальної дисципліни «Соціальне підприємництво», сертифікатної програми «Соціальне підприємництво» та соціально-психологічного тренінгу для розвитку окремих психологічних якостей особистості, що необхідні в соціальному підприємстві. Мету навчальної дисципліни «Соціальне підприємництво» визначено як формування у здобувачів вищої освіти компетентностей з теоретико-методологічних та прикладних аспектів розвитку та функціонування соціального підприємництва. Специфікою сертифікатної програми «Соціальне підприємництво» є партисипативний підхід до проведення сесій та менторська підтримка учасників. Змістовне наповнення сесій соціально-психологічного тренінгу для розвитку окремих психологічних якостей особистості, що необхідні в соціальному підприємстві, відображає актуальні в умовах війни питання розвитку особистості. Авторка вказує на актуальність запровадження запропонованого комплексу практик з розвитку готовності особистості до соціального підприємництва для окремих категорій громадян (ветеранів та членів їх сімей, ВПО та інших) при врахуванні особливостей кожної аудиторії. Перспективами наукового дослідження означеної проблеми визначено емпірична перевірка ефективності запровадження кожного елементу означеного комплексу, а також детальний опис рекомендацій до впровадження для окремих категорій здобувачів освіти / учасників тренінгів.*

**Ключові слова:** соціальне підприємництво, готовність особистості до соціального підприємництва, освітній компонент, позааудиторна діяльність для розвитку готовності особистості з соціального підприємництва, сертифікатні програми, соціально-психологічний тренінг.

**Постановка проблеми.** Подвійна сутність феномену соціального підприємництва вже достатньо давно розглядається науковцями як механізм реалізації соціальних змін у суспільстві [37]. Досвід соціального підприємництва в Україні [29] вказує на потенційні можливості розвитку даного виду бізнесу, особливо з огляду на зростання кількості соціально вразливих категорій населення. Більше 10 років завдяки зусиллям різних міжнародних програм сприяння розвитку соціального підприємництва відбувались окремі освітні заходи [16], було запроваджено освітні компоненти з соціального підприємництва в закладах вищої освіти [24–26]. Однак, наукового опрацювання проблема формування комплексу практик щодо розвитку готовності особистості до соціального підприємництва [13] ще не отримала.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Особливості освіти з соціального підприємництва (Д.Д. Брок; Х. Миірльонен та ін.) та питання формування необхідних для майбутніх соціальних підприємців компетентностей (В. Феррер, О. Кабрера) і особистісних якостей (А.Х. Аль-Харасі та ін.) є предметом наукових розвідок іноземних вчених вже тривалий час. Однак, українські науковці поки лише оглядово вивчають підприємницькі компетентності (О. Чуйко & В. Шкуро), аналізують окремі приклади освітніх можливостей з соціального підприємництва (А. Ревко) та описують наявні в світі підходи до розвитку компетентностей з соціального підприємництва (Г. Дивнич).

**Метою** даної публікації є теоретичне дослідження та формування рекомендацій щодо впровадження комплексу практик з розвитку

готовності особистості до соціального підприємництва.

**Виклад основного матеріалу.** Аналіз вітчизняних [16; 28; 30] та зарубіжних [33; 40] напрацювань щодо освітніх практик з розвитку компетентностей особистості з соціального підприємництва свідчить про широкий спектр можливостей. Проте, зважаючи на суспільні виклики, що зумовлені війною [15], та контекст розгляду соціального підприємництва як інструменту сталого розвитку суспільства [17; 27], варто враховувати необхідність цілеспрямованого освітнього та соціально-психологічного впливу на особистість з метою формування її сталої соціально-підприємницької грамотності, розвитку її соціально-підприємницької культури [2]. Такий вплив, на нашу думку, може бути реалізованим через запровадження комплексу партисипативних [12] практик: навчальної дисципліни в закладах вищої освіти, тренінгової та/ або сертифікатної програми, як заходів позааудиторної роботи в університеті, а також психологічних тренінгів для розвитку окремих психологічних якостей особистості, що необхідні в соціальному підприємстві.

Для опрацювання рекомендацій щодо розробки навчальної дисципліни «Соціальне підприємництво» нами було проаналізовано відповідні силабуси [24–26] / робочі програми дисципліни [21–22], а також наявну наукову літературу [10; 31; 33; 35]. Так, світовий досвід вказує, що викладання означеного курсу в університетській освіті ґрунтується на опрацюванні таких категорій: соціальні інновації, соціальний вплив та сталий розвиток, дизайн-мислення та системний підхід, взаємодія стейкхолдерів та імпаکت-інвестування.

Щодо українського досвіду, то за результатами теоретичного аналізу з'ясовано, що вітчизняні викладачі-дослідники при формуванні логіки дисципліни спираються на ґрунтовне теоретичне опрацювання компонентів: сутність соціального підприємництва, його досвід в Україні та закордоном, організаційно-правові форми діяльності, коопераційні основи, взаємозв'язок із соціальною відповідальністю бізнесу та фінансове планування діяльності соціального підприємства. Звісно, що привнесення специфіки до змістовного наповнення дисципліни у кожному конкретному випадку зумовлено спеціальністю, за якою вона викладається [16], науковими інтересами викладача.

Зважаючи на той факт, що розвиток компетентностей особистості в сфері соціального підприємництва закордоном відбувається в рамках

міждисциплінарного, проблемного та студенто-центрованого підходів [5], варто зазначити, що й на вітчизняних теренах, з огляду на суспільне значення самого феномену соціального підприємництва в умовах війни [15], а також реінтеграційний потенціал соціального підприємництва для потреб окремих категорій громадян (ветеранів та членів їх сімей, ВПО та інших) [41], освітній компонент «Соціальне підприємництво» рекомендовано впроваджувати в інтерактивному форматі [30] з активною партисипацією ключових стейкхолдерів розвитку соціального підприємництва [41] (представників громади, держави, бізнесу та освіти). В структурі освітньої програми означений освітній компонент може мати, як обов'язковий, так і вибірковий характер.

Так, метою навчальної дисципліни «Соціальне підприємництво», на наш погляд, стане формування у здобувачів вищої освіти компетентностей з теоретико-методологічних та прикладних аспектів розвитку та функціонування соціального підприємництва [24]. Досягнення даної мети можливе через реалізацію таких цілей дисципліни: формування уявлень про соціальне підприємництво та його ключові ознаки, основні відмінності від інших видів соціальної активності (волонтерство, благодійність [14]); дослідження досвіду соціального підприємництва в Україні та закордоном з виділенням характерних властивостей розвитку [11] для формування ціннісного-мотиваційного поля особистості; аналіз соціальної проблематики громади / громад регіону для формування соціальної місії майбутнього соціального підприємства та визначення методів оцінки її впливу; дослідження ринкових ніш у громаді та власних навичок, що можуть стати базисом для майбутньої бізнес-концепції; детальне опрацювання різних аспектів (організаційно-правових, фінансових, маркетингових, а також командної роботи та співпраці з державними / комунальними чи недержавними організаціями щодо реалізації соціальної місії) конкретної ідеї соціального підприємства з аналізом потенційних партнерств. При цьому, рекомендовано залучати до проведення навчальних занять практиків соціального підприємництва та експертів з означених питань. Такий інтерактивний та партисипативний підходи у запровадженні навчальної дисципліни, на нашу думку, мають сприяти: формуванню обізнаності особистості щодо соціального підприємництва, впливу на професійно-особистісні якості особистості, розвитку операційної здатності до розробки ключових етапів реалізації ідеї соціального під-

приємства, а відтак і готовності особистості до соціального підприємництва.

Цікавою, на нашу думку, є практика сертифікатних програм з соціального підприємництва при університеті. Попри те, що недержавними організаціями накопичено більше досвіду реалізації подібних сертифікатних ініціатив [19; 23; 30], розвиток форматів позааудиторної роботи [4] або неформальної освіти для формування готовності особистості до соціального підприємництва в університетському середовищі, на нашу думку, має значний потенціал. Співпраця закладів вищої освіти, не лише між собою, а й з громадським сектором, а також реалізація різноманітних соціальних та освітніх проектів розширює можливості особистості опрацювати власну ідею соціального підприємства та отримати грант на її реалізацію [39]. Відповідно формат сертифікатного тренінгу, в такому випадку, не має значного формалізованого навантаження, як запровадження навчальної дисципліни. Проте, рекомендуємо викладачам-тренерам подумати над необхідністю підготовки документу, що буде підтверджувати учаснику проходження Вашого тренінгу.

Доступність даної сертифікатної активності представникам різних спеціальностей може мати цікаву, як бізнес-ідею, так і інноваційну соціальну місію, через поєднання професійних знань та інтересів у спільних напрацюваннях (за міждисциплінарним підходом [5]). Відтак, розробка ідеї, переважно, відбувається в команді, але індивідуальна робота учасників також допустима (в цьому випадку на одну особу збільшується навантаження щодо аналізу необхідних даних та підготовки власних пропозицій).

Структурно сертифікатну програму з соціального підприємництва потрібно запланувати у мінімум п'ять сесій. Між такими сесіями-зустрічами має бути достатньо часу для самостійної роботи учасників, але при цьому не затягувати час, щоб не втратити високий рівень вмотивованості учасників.

Змістовно сертифікатна програма може бути наповнена такими сесіями [1]: базові уявлення про соціальне підприємництво; започаткування соціального підприємства: соціальна місія на основі потреб громади та бізнес-ідея; бізнес-планування та стратегічний розвиток; підвищення фінансових можливостей: фандрейзинг, гранти та інше; професійна комунікація та партнерства, навички пітчінгу. Звісно, сертифікатний формат передбачає максимальне наповнення практикою орієнтованими вправами, індивідуальною та гру-

повою роботою, дискусіями та рефлексією. Якісною перевагою сертифікатного тренінгу буде організація менторської підтримки для учасників [18] від соціальних підприємців, представників держави, громади, бізнесу. Партисипативний підхід [42] до організації та проведення сертифікатної програми: полегшує сприйняття нової інформації, формує позитивне ставлення до нового досвіду, сприяє підвищенню рівня мотивації до соціальних змін підприємницьким шляхом, дозволяє звернути увагу на ті професійно-особистісні якості особистості соціального підприємця, що потребують формування / розвитку серед учасників тренінгу, а також дозволяє відразу опрацювати всі операційні кроки щодо розробки ідеї соціального підприємства. Подібне, на наш погляд, дозволяє сформувати готовність особистості до соціального підприємництва.

Ще однією, на наш погляд, важливою практикою для розвитку окремих психологічних якостей особистості, що необхідні в соціальному підприємстві, може бути соціально-психологічний тренінг. У сфері підприємництва вітчизняними вченими-психологами здійснено чимало досліджень та запропоновані авторські тренінгові методики: мотивація підприємницької діяльності в студентському віці [3], формування психологічної готовності підприємців у сфері торгівельного бізнесу [8], психологічна готовність підприємців до ведення ділових переговорів [9], психологія професійного вигорання підприємців [7]. Однак, особливості опрацювання психологічних аспектів соціального підприємництва представлені ще не були. Отже, такий захід можна організувати також в рамках позааудиторної роботи / неформальної освіти при університеті, як для здобувачів освіти, так для представників громади. Як із сертифікатною програмою з соціального підприємництва, так і в даному випадку, рекомендовано передбачити надання учасникам соціально-психологічного тренінгу документу, що підтверджує його проходження.

В умовах війни [15] особливої уваги потребують такі соціально-психологічні питання: опрацювання соціальної цінності підприємництва в українському суспільстві; підтримка самоєфективності в бізнесі та соціальному підприємстві; командна робота під час кризи; розвиток соціальної взаємодії та партисипативності; лідерство; стресостійкість; емпатійність та співпраця з ветеранами і членами їх сімей [за 41]. Опрацювання кожної означеної тематики у комплексі надасть

можливість більш глибоко сформувані психологічну готовність особистості до соціального підприємництва [13].

Таким чином, охарактеризовані вище заходи цілеспрямованого впливу, доповнюючи одне одного особливостями свого різноманіття, утворюють комплекс практик розвитку готовності особистості до соціального підприємництва. Звісно, запровадження подібного комплексу потребує спільних зусиль, як від викладача-тренера, так і від університету в цілому. Оскільки особливості організаційного розвитку та культури закладу вищої освіти також безпосередньо впливають на можливість організації даних практик та реалізації патрисипативного підходу, його результативності. Особливо актуальним також є досвід реалізації освітніх та соціально-психологічних практик для окремих категорій громадян (ветерани та члени їх сімей, ВПО та ін.), що з одного боку сприяє їх соціальній реінтеграції [6], а з іншого акумулює соціальні ресурси та зв'язки в самому університеті, як осередку розвитку громади, для ще більшого соціального впливу.

**Висновки.** Результати проведеного нами теоретичного дослідження дають підстави для наступних узагальнень:

Розвиток готовності особистості до соціального підприємництва може відбуватися завдяки

заходам цілеспрямованого впливу. До таких відносимо комплекс освітніх та соціально-психологічних практик: начальну дисципліну «Соціальне підприємство», сертифікатну програму та соціально-психологічний тренінг для розвитку окремих психологічних якостей особистості, що необхідні в соціальному підприємстві.

Попри наявність особливостей у кожній охарактеризованій практиці, всі вони доповнюють одна одну та потребують високого рівня вмотивованості самого викладача-тренера та активної позиції закладу вищої освіти в реалізації партисипативного підходу та менторської підтримки.

Реінтеграційний потенціал соціального підприємництва актуалізує запровадження запропонованого комплексу практик розвитку готовності особистості до соціального підприємництва серед окремих категорій громадян (ветерани та члени їх сімей, ВПО та ін.).

Наукова проблема дослідження комплексу практик розвитку готовності особистості до соціального підприємництва потребує додаткового вивчення: ефективності запровадження кожного елементу означеного комплексу, детального опису рекомендацій до впровадження для окремих категорій здобувачів освіти / учасників тренінгів.

#### Список літератури:

1. Агенція регіонального розвитку в Чернігівській області. Сторінка соціальної мережі Facebook. 2023. URL: <http://surl.li/ndvzi>
2. Бондарчук О.І. Модель психологічної підготовки керівників освітніх організацій до діяльності в умовах змін. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2015. № 1. С. 33–42.
3. Ветрова Н.В. Психологічні особливості мотивації підприємницької діяльності у студентському віці : дис. ... PhD: 053 / Харківський нац. педагог. ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків, 2023. 215 с.
4. Децюк Т.М. Формування професійних компетенцій здобувачів вищої освіти в позааудиторній роботі університету: теорія і практика: монографія. Тернопіль: ТОВ «Терно-граф», 2020. 228 с.
5. Дивнич Г.А. Освітній компонент розвитку соціального підприємництва в Україні. *Феномен соціального підприємництва в умовах сучасних викликів: кол. монограф. / за заг. ред. д.е.н. А.М. Ревко*. Житомир : ТОВ «Видавничий дім «Бук-Друк»», 2022. С. 120–131.
6. Захаріна Т.І. Теоретико-методичні засади соціальної реінтеграції ветеранів російсько-української війни у закладах вищої освіти : дис. ... док. пед. наук : 13.00.05 / Інститут проблем виховання НАПН України. К., 2024. 672 с.
7. Карамушка Л.М., Гнускіна Г.В. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія. К. : Логос, 2018. 198 с.
8. Креденцер О.В. Психологічні умови підготовки підприємців до професійної діяльності у сфері торгівельного бізнесу: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.10. К., 2009. 20 с.
9. Лагодзінська В.І., Карамушка Л.М. Рівень розвитку психологічної готовності підприємців до ведення ділових переговорів. *Вісник Кам'янець-Подільського Національного університету імені Івана Огієнка. Психологічні науки*. 2011. Вип. 3. С. 48–56.
10. Левицька Н.С. Особливості економічної соціалізації майбутніх фахівців соціальної сфери : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. К., 2015. 242 с.

11. Нагорна Н.С. Дослідження понятійного контуру соціального підприємництва у вітчизняній та зарубіжній літературі. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72). № 2. С. 97–103.
12. Нагорна Н.С. Міждисциплінарний зміст поняття «партисипація». *Проблеми сучасної психології*. 2022. № 3. С. 108–115.
13. Нагорна Н.С. Особливості психологічної готовності здобувачів освіти до соціального підприємництва. *Психологічні студії*. 2024. № 1. С. 114–120.
14. Нагорна Н.С. Особливості активності волонтерства, громадського сектору та соціального підприємництва в кризових умовах. *Технології розвитку інтелекту*. 2023. Т. 7, № 2(34). DOI: <https://doi.org/10.31108/3.2023.7.2.8>
15. Нагорна Н.С. Особливості розвитку соціального підприємництва в умовах воєнного стану. *Психологічні студії*. 2023. № 2. С. 146–154.
16. Нагорна Н.С. Роль закладів вищої освіти у підготовці особистості до соціального підприємництва. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. № 4 (30). С. 135–147.
17. Нагорна Н.С. Соціальне підприємництво як орієнтир сталого розвитку в Україні. *Стратегічні орієнтири сталого розвитку в Україні та світі : збірник тез доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених* (м. Чернігів, 21 квітня 2023 р.). Чернігів : НУ «Чернігівська політехніка», 2023. С. 590–592.
18. Онлайн посібник з тьюторства та менторства у вищій освіті. Проєкт PROMENT. 2024. Львів. 64 с.
19. Платформа соціальних змін. Сайт. 2023. URL: <https://www.social-change.com.ua/>
20. Ревко А.М. Напрями формування компетенцій здобувачів освіти, пов'язаних із соціальним підприємництвом, в умовах вищого навчального закладу. *Технології формування професійних компетенцій здобувачів вищої освіти : кол. монограф.* Житомир : Вид. О.О. Євенок, 2020. С. 79–85.
21. Робоча програма дисципліни «Соціальне підприємництво». Сумський державний університет. 2016. URL: <http://surl.li/unsfgo>
22. Робоча програма дисципліни «Соціальне підприємництво». Вищий навчальний заклад у кооперації «Полтавський університет економіки і торгівлі». 2020. URL: <http://surl.li/zejsfy>
23. Сайт School of ME: Школа усвідомленого підприємництва. 2024. URL: <http://surl.li/szxxpc>
24. Силабус дисципліни «Соціальне підприємництво». Національний університет «Чернігівська політехніка». 2023. URL: <http://surl.li/hilebd>
25. Силабус дисципліни «Соціальне підприємництво». Національний технічний університет «Дніпровська політехніка». 2019. URL: <http://surl.li/ndvww>
26. Силабус дисципліни «Соціальне підприємництво». Національний авіаційний університет. 2020. URL: <http://surl.li/ndvxf>
27. Сила Т.І. Соціальна робота для сталого розвитку: в пошуках спільних векторів. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія*. Чернігів: ЧНТУ. 2013. №2(3). С. 74–84
28. Соціальне підприємництво: від ідеї до суспільних змін : посібник / Свинчук А.А., Корнецький А.О., Гончарова М.А., Назарук В.Я., Гусак Н.Є., Туманова А.А. К: ТОВ «ПІДПРИЄМСТВО «ВІ ЕН ЕЙ», 2017. 188 с.
29. Соціальне підприємництво в Україні. Каталог. 2020. URL: <https://socialbusiness.in.ua/enterprises/>
30. Соціальне підприємництво: посібник для викладачів курсу / за наук. ред. А.О. Корнецького. К. : Фамільна друкарня Huss, 2019. 160 с.
31. Соціальне підприємництво: опорний конспект / укл. О.Ф. Овсянюк-Бердадіна. Тернопіль: Вектор, 2021. 74 с.
32. Чуйко О., Шкуро В. Екологоорієнтоване соціальне підприємництво у громаді : навч.-метод. пос. 2020. Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. с. 126.
33. Ab Wahid H., Rahman R.A., Wan Mustaffa W.S., Ahmad N.L., Ramdan M.R., Muslimat A.M. Best Social Entrepreneurship Teaching and Learning Strategies for Promoting Students' Social Entrepreneurial Minds: A Scoping Review. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*. 2024. Vol. 23, No. 3, pp. 23–47.
34. Al-Harasi A.H., Surin E.F., Rahim H.L., Al-Shammari S.A., Abdulrab M., Al-Mamary Y.H., Alshebami A.S., Grada M. The impact of social entrepreneurial personality on social entrepreneurial intention among university graduates in Yemen: a conceptual framework. *Holos*. 2021. 37 (1), e11420
35. Blanco-Jiménez M., Viquez-Paniagua A.G., Vásquez-Treviño D.M., Muñoz-Castro P.E. Social entrepreneurship in young students promoted by Latin American universities. *Management Research*. 2024. Vol. 22 No. 3, pp. 389–409. <https://doi.org/10.1108/MRJIAM-04-2023-1415>

36. Brock D.D. Social Entrepreneurship Teaching Resources Handbook. *SSRN Electronic Journal*. 2008. 10.2139/ssrn.1344412
37. Dees J.G. The meaning of social entrepreneurship. *Center for the Advancement of Social Entrepreneurship, Duke University's Fuqua School of Business*. 2001 (revised vers.).
38. Ferrer V., Cabrera O. Social Entrepreneurship Competencies of the Students at University of Barcelona. *4<sup>th</sup> EMES International Research Conference on Social Enterprise* (Liege, 2013). URL: <http://surl.li/uifme>
39. Junior Achievement Україна. Сайт програми розвитку підприємницьких навичок. 2024. URL: <http://surl.li/dccwzy>
40. Myyryläinen H., Hajisoteriou C., Clerckx M., Tegegn G. Educating social entrepreneurship competences in the higher education: towards collaborative methods and ecosystem learning. *The Publication Series of LAB University of Applied Sciences*. Part 44.
41. Nahorna N. Peculiarities of veterans' psychological training for social entrepreneurship. *Traditional and innovative scientific research: domestic and foreign experience : Scientific monograph*. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2024. P. 286–315.
42. Verbytska A., Nahorna N., Dyvnych H. Participatory Model of Social Entrepreneurship Development as a Determinant of Veterans' and their Family Members' Reintegration: Theoretical Framework. *Baltic Journal of Economic Studies*. 2024. Volume 10. Number 2. Riga, Latvia : "Baltija Publishing". P. 51–59.

### **Nahorna N.S. A COMPLEX OF PRACTICES FOR THE DEVELOPMENT OF INDIVIDUAL READINESS FOR SOCIAL ENTREPRENEURSHIP**

*The article researches the issue of creation a complex of practices for the development of individual readiness for social entrepreneurship. Based on the results of Ukrainian and foreign scientific research, the author points out that the introduction of targeted educational and socio-psychological measures on the readiness of an individual for social entrepreneurship abroad has greater experience and scientific justification. That is why a complex of practices is proposed, which consists of: the educational discipline "Social entrepreneurship", the certificate program "Social entrepreneurship" and socio-psychological training for the development of certain psychological qualities of the individual, which are necessary in social entrepreneurship. The purpose of the educational discipline "Social entrepreneurship" is defined as the formation of competences in theoretical, methodological and applied aspects of the development and functioning of social entrepreneurship in students of higher education. The specificity of the "Social Entrepreneurship" certificate program is a participatory approach to conducting sessions and mentoring support for participants. The meaningful content of social-psychological training sessions for the development of individual psychological qualities of the individual, which are necessary in social entrepreneurship, reflects the actual issues of personality development in wartime conditions. The author points out the relevance of introducing the proposed complex of practices for the development of individual readiness for social entrepreneurship for certain categories of citizens (veterans and their family members, IDPs and others), taking into account the characteristics of each audience. The perspectives of the scientific research of the specified problem are determined by the empirical verification of the effectiveness of the implementation of each element of the specified complex, as well as a detailed description of the recommendations for implementation for certain categories of education seekers / training participants.*

**Key words:** *social entrepreneurship, individual readiness for social entrepreneurship, educational component, extracurricular activities for the development of individual readiness for social entrepreneurship, certificate programs, social and psychological training.*



**Слободяник Н.В.**

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

## СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЇ ЗМІН

*Стаття присвячена теоретичному дослідженню стресостійкості як психологічному ресурсу особистості в ситуації змін, що зумовлює здатність людини ефективно долати труднощі без негативних наслідків для фізичного та психічного здоров'я. Підкреслюється, що у більшості визначень дослідниками стресостійкість розглядається в контексті цілісного процесу адаптації, тому її пов'язують з емоційною стабільністю та емоційною стійкістю. У психологічній науці існує багато чинників, що обумовлюють стійкість особистості до стресу – особистісні характеристики, соціальна підтримка, саморегуляція, локус контролю, когнітивний розвиток, економічний статус. Зазначається, що в умовах війни стійкість до стресу відрізняється за багатьма параметрами від того, що відбувається в мирний час і, передусім, – це порушення базових потреб (розлука, вимушені переміщення, тривала депривація). При цьому, коли людина намагається уникнути дистресового впливу за рахунок еміграції, то це зумовлює появу нових стресів.*

*Поняття «ресурси» в сучасній психології використовується для позначення джерел регулювання життєдіяльності людини. Вони поділяються на зовнішні та внутрішні ресурси. До зовнішніх належать соціальні, економічні та матеріальні ресурси. До внутрішніх – ресурси, типологічно та індивідуально виражені в людині як у суб'єкта життєдіяльності. Типологічними, властивими для людини як біологічної істоти та носія психіки, є фізичні, сенсорні, психофізіологічні ресурси. До найбільш значущих ресурсів протидії стресам учені відносять психологічні ресурси, що дозволяють людині протистояти стресу, спираючись на механізми саморегуляції психічних станів. У наукових концепціях саморегуляції виокремлено механізми планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів як ресурсів конструктивної протидії стресу.*

**Ключові слова:** стресостійкість, стрес, ресурси, чинники, особистість.

**Постановка проблеми.** Проблема дослідження особливостей стресостійкості людини є актуальною протягом тривалого часу. Накопичення інформації та фактів у цій галузі знань відкривають нові аспекти її вивчення. Сучасна ситуація в Україні у зв'язку з бойовими діями на її території, характеризується істотними змінами в різних сферах життя людини та призводить до суттєвої перебудови її активності, діяльності, стану. При цьому люди по-різному реагують на ситуацію в країні, відчувають рівень свого впливу на неї. Деяких ця ситуація призводить до стану стресу, інших мобілізує, ставить перед необхідністю змінюватися, по-новому реагувати на трансформації. Різні позиції та поведінка людини у ситуації змін багато в чому визначаються її психологічними ресурсами.

У зв'язку з цим виникає проблема вивчення діяльності людини в умовах нестабільності, а також стає актуальною проблема дослідження саморе-

гуляції особистості, її активної життєвої позиції в умовах, що змінюються. Предметом дослідження стають питання, що у ситуації транзитивності може бути психологічними ресурсами особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблему стресостійкості у сучасній психології вивчали О. Кокун, Т. Титаренко, М. Корольчук, В. Крайнюк, О. Кравцова [1; 2; 3; 4], Р. Сапольські, М. Строні, М. Шпак [5; 6; 9] та ін. Один з аспектів дослідження полягає в аналізі стресостійкості як психологічного ресурсу поведінки особистості у скрутній ситуації, вивченні копінг-стратегій, що нею застосовується, і копінг-ресурсів. У рамках дослідження стресостійкості видатні вчені Р. Лазарус і С. Фолкман [12], Р. МакКрас, Р. Коста [13], А. Біллінгс, Р. Мус [11] та ін. тривалий час аналізували, переважно, індивідуальні методи подолання стресу.

**Мета статті** полягає у теоретичному дослідженні феномену стресостійкості як психологічного ресурсу особистості в ситуації змін.

**Виклад основного матеріалу.** У сучасній психології поняття «ресурси» використовується для позначення джерел регулювання життєдіяльності людини. Ресурси дозволяють особистості зберігати та підтримувати психологічну стійкість. Усвідомлена, цілеспрямована корекція, поповнення ресурсів є важливою суб'єктною метою, оскільки ефективні ресурси забезпечують самореалізацію та самодетермінацію особистості [1, с. 24].

У психологічній науці існує багато досліджень, присвячених вивченню психологічних ресурсів особистості. Так, С. Хобфолл [16, с. 515] класифікує ресурси за трьома основами: по відношенню до індивіда; за структурою; за значенням для виживання.

По відношенню до індивіда автор виокремлює внутрішні (самоповага, оптимізм, професійні вміння, почуття контролю, навички саморегуляції та ін.) і зовнішні (соціальна підтримка, зайнятість, економічний статус та ін.) ресурси.

Психічну стійкість як психологічний ресурс розглядали Г. Даніель, Мадіган та Адам Р. Ніколс, які у своєму дослідженні виявили, що рівень психічної стійкості є значним ресурсом для попередження виникнення емоційного вигорання внаслідок тривалого впливу стресу. Автори вказують на те, що зі зростанням психічної стійкості, знижуються показники девальвації досягнень, незадоволеності, емоційного та фізичного виснаження [1, с. 23].

Е. Фромм виокремив основні психологічні ресурси, що допомагають людині зберігати душевну рівновагу в скрутних життєвих обставинах [17, с. 78]. Надія – психологічна категорія, яка сприяє життю і зростанню. Це активне очікування і готовність зустрітися з тим, що може з'явитися у житті. Е. Фромм також підкреслює раціональну віру – переконаність в тому, що існує величезна кількість реальних можливостей і потрібно вчасно виявити ці можливості.

Індикаторами наявності ресурсів можуть бути показники як зовнішньої успішності діяльності, так і настроїв, задоволеність працею, якістю життя, оптимістичний настроїв, позитивне ставлення до себе і оточуючих.

Особливу категорію психологічних ресурсів представляють способи подолання важких життєвих ситуацій, дослідження яких сприяло введенню в проблемне поле науки поняття «психологічний стрес». Значний внесок у розуміння природи психологічного стресу та індивідуальної специфіки його подолання внесли дослідження в галузі власної поведінки (копінг-поведінка).

Р. Лазарус, аналізуючи природу психологічного стресу, зазначав, що стрес – це дискомфорт, який відчувається, коли відсутня рівновага між індивідуальним сприйняттям запитів середовища проживання і ресурсів, доступних взаємодії з цими запитами. Індивіди оцінюють для себе величину потенційного стресора, зіставляючи запита середовища зі своєю оцінкою ресурсів, якими вони володіють, щоб упоратися з цими запитами. Ця оцінка залежить від стратегій подолання, на які спирається індивід, щоб впоратися (від англ. «to cope with ...») зі стресом. Поняття «копінг-стратегії» поєднує когнітивні, поведінкові, емоційні стратегії, які використовуються людьми, щоб упоратися зі стресом [12, с. 234].

Р. Лазарус і С. Фолкман, розглядаючи поведінку подолання з позицій когнітивно-поведінкового підходу, визначають його як психологічний конструкт когнітивних і поведінкових зусиль, що актуалізуються індивідом для ослаблення або підтримки психосоціальної адаптації при переживанні стресу. Більше двох десятиліть концептуалізація процесів подолання є актуальною в сучасних теоріях психологічного стресу. Разом з тим, потрібно визнати, що поки не склалося однозначного розуміння системоутворюючих механізмів подолання.

До психологічних ресурсів також належить психологічна компетентність особистості. Володіння психологічною компетентністю сприяє досягненню оптимальної відповідності особистості та довкілля в ході здійснення властивої людині діяльності. Психологічна компетентність дозволяє індивідууму задовольняти актуальні потреби та реалізовувати пов'язані з ними життєві цілі, зберігаючи психічне та фізичне здоров'я, забезпечуючи при цьому відповідність психічної діяльності людини, її поведінки вимогам середовища.

Отже, різноманітність змістовності, що вноситься різними дослідниками в поняття особистісних, психологічних ресурсів, обумовлює різні підходи до їх класифікації. Проте всіх при цьому поєднує визнання розрівності і безлічі ресурсів людини.

До найбільш значних ресурсів протидії стресам нині відносять стресостійкість як психологічний ресурс, що дозволяє людині протистояти стресу, спираючись на механізми саморегуляції психічних станів. У вітчизняних концепціях саморегуляції виокремлено механізми планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів як ресурсів конструктивної протидії стресу.

Розглядаючи питання про стресостійкість як психологічний ресурс, потрібно відмітити, що вчені по-різному трактують це поняття. Пріоритет у вивченні психічної стійкості та її механізмів належить психофізіологам та дослідникам у галузі диференціальної психології. Дослідники підкреслюють значні індивідуальні особливості адаптації та стійкості до емоційних стресів. Зазначається полярність якостей, що забезпечують або протидіють стійкості до стресу, при цьому самі якості мають різні визначення. Наприклад, застосовуються поняття, такі як толерантність до стресу (stress tolerance) [13, с. 58]. Їм протистоять інтолерантність, «психосоціальна вразливість» («psychosocial vulnerability») по відношенню до стресу [11, с. 258]. Слід зазначити, що Г. Сельє, вживав поняття стресостійкості, спочатку розглядаючи його як фізіологічне явище [14, с. 78].

У більшості визначень стресостійкість розглядається в контексті цілісного процесу адаптації, тому її пов'язують із емоційною стабільністю та емоційною стійкістю. У більшості визначень стресостійкість розглядається в контексті цілісного процесу адаптації, тому її пов'язують із емоційною стабільністю та емоційною стійкістю.

Так, Р. Шевченко визначає стресостійкість як комплексну властивість особистості, що вирізняється необхідною мірою адаптації до дій в екстремальних ситуаціях, сприяє перенесенню інтелектуальних, вольових й емоційних навантажень, зумовлених особливостями професійної діяльності, без відчуття несприятливих наслідків для роботи, свого здоров'я та здоров'я оточення [8, с. 283].

М. Шпак розглядає стресостійкість як здатність особистості протистояти стресу, чинити опір. Стійкість організму до стресу є корисною захисною функцією, яка дозволяє людині успішно адаптуватися до умов навколишнього середовища, протидіяти негативному впливу зовнішніх і внутрішніх стресогенних чинників [9, с. 201].

Стресостійкість особистості на соціально-психологічному рівні розглядають як збереження здатності до соціальної адаптації; збереження значущих міжособистісних зв'язків; забезпечення успішної самореалізації, досягнення життєвих цілей; збереження працездатності; збереження здоров'я. Основним критерієм стресостійкості людини є рівень її спроможності до пристосування у складному і вимогливому світі [7, с. 56].

Зазначимо, що трансактна концепція, яка базується на психологічній моделі стресу (Р. Лазарус), ґрунтується на інтерпретації стресостійкості як

процесу розвитку індивідуально-особистісних форм адаптації до ускладнених умов діяльності. Основні компоненти цього процесу – когнітивна оцінка ситуації та актуалізація репертуару внутрішніх засобів подолання труднощів, тобто копінг-стратегій.

Нині у науці існує багато чинників, що обумовлюють стійкість особистості до стресу. Стресостійкість особистості є результатом взаємодії багатьох чинників, як психологічних, біологічних, соціальних й особистісних [1; 3; 7]. В. Корольчук визначальними внутрішніми чинниками формування та розвитку стресостійкості вважає такі: Я-концепція, інтернальний локус контролю, когнітивний розвиток, розвиненість комунікативної сфери, змістові характеристики структурних компонентів стресостійкості.

До складових стресостійкості відносять психологічну компетентність особистості. Володіння психологічною компетентністю сприяє досягненню оптимальної відповідності особистості та навколишнього середовища в ході здійснення властивої людині діяльності. Психологічна компетентність дозволяє індивідууму задовольняти актуальні потреби та реалізовувати пов'язані з ними життєві цілі, зберігаючи психічне та фізичне здоров'я, забезпечуючи при цьому відповідність психічної діяльності людини, її поведінки вимогам середовища. Очевидно, що разом з соціальним досвідом психологічна компетентність визначає конкретні форми адаптивних процесів в стресогенних ситуаціях [1, с. 134].

В умовах війни стійкість до стресу відрізняється за багатьма параметрами від того, що відбувається в мирний час і передусім – це порушення базових потреб (розлука, вимушені переміщення, тривала депривація). При цьому, коли людина намагається уникнути дистресового впливу за рахунок еміграції, то це зумовлює появу нових стресів [4, с. 45].

Згідно з ресурсною теорією (С. Хобфолл), для збереження стресостійкості потрібна взаємодія зі стрес-факторами задовго до безпосередньої зустрічі. Акцент робиться на необхідності досліджувати, усвідомлювати та знати свої позитивні якості, вчитися їх розвивати та зберігати. Втрата чи зниження особистісного потенціалу надає негативний вплив, як на здоров'я, так і на якість життя, на суб'єктивне благополуччя особистості. І в цьому контексті високий рівень сприяє більш продуктивному подоланню стресу [16, с. 515].

Допомагають людині протистояти стресу, зберігати психічну стійкість такі якості і здібності :

ставлення до стресу як до можливості придбати новий досвід і можливості особистісного росту; сформована і сильна Я-концепції, що включає самоповагу, адекватну самооцінку, почуття «самодостатності»; володіння активною життєвою настановою; позитивність і раціональність; певна стресостійкості можна розглядати як деякий стратегічний запас, актуалізація якого в напружених ситуаціях сукупність емоційно-вольових якостей, що забезпечують стійке реагування особистості на стресори; хороше здоров'я і ставлення до нього як до цінності.

У проведенні експериментальних досліджень при пошуку індивідуальних способів взаємодії людини з ситуацією стресу важливим аспектом є орієнтація на конкретну модель, що роз'яснює уявлення про копінг. Нині в психології копінг-поведінки найбільш відомі три моделі, прийняті більшістю вчених [1; 15].

Перша модель базується на концепції психоаналізу. У ній копінг розглядається як пошук і здійснення адаптивної відповіді особистості на стресогенні вимоги соціального середовища з урахуванням наявного досвіду і нових обставин.

Друга модель інтерпретації копіngu заснована на теоріях особистісних характеристик. У її контексті копінг – це стійкі механізми подолання і володіння стресовою ситуацією, що визначаються характерними рисами особистості індивіда.

Третя модель – ситуаційна. Її формування сягає корінням у роботи Р. Лазаруса. У цьому підході копінг-поведінка обумовлюється ситуацією, аналіз якої обумовлює активізацію механізмів протидії стресу, відповідних ситуації, що оцінюються. При цьому подолання розуміється як динамічний процес: його специфіка визначається не лише ситуацією, а й суб'єктивною активністю взаємодії особистості із зовнішнім світом, стресовою подією, ситуацією.

Кожна з моделей має свої недоліки, що визначає необхідність подальшого наукового пошуку більш досконалих моделей, які пояснюють копінг-поведінку. З точки зору деяких дослідників, евристичність має інтегративний особистісно-ситуаційний підхід, згідно з яким на вибір копінг-стратегій впливають чинники подвійного роду: по-перше, активність самої особистості як суб'єкта; по-друге, ситуаційні чинники [10, с. 889]. Дослідники зазначають, що поведінка подолання детермінована системою різноманітної взаємодії між особистими, рольовими і зовнішніми, ситуаційними характеристиками.

Питання вивчення психологічних ресурсів особистості набуває великої значущості щодо діяльності різної категорії суб'єктів, у тому числі учнівської молоді. У ситуації змін та невизначеності важливо проаналізувати психологічні ресурси особистісної готовності до діяльності студентів.

Актуальність та необхідність вивчення психологічних ресурсів особистісної готовності до діяльності учнів юнацького віку очевидні, оскільки одне з головних завдань у цей віковий період – особистісно-професійний розвиток, підготовка до самостійного життя та кваліфікованої діяльності як фахівця. Соціальні умови, що змінюються, накладають відбиток на процес формування готовності до діяльності студентської молоді, хоча вимоги до особистісно-професійних характеристик випускників закладів вищої освіти залишаються, як і раніше, високими. Велике значення мають такі якості, як уміння регулювати і планувати свою діяльність, ставити цілі, здатність до самоорганізації та самоврядування. Передбачається, що студенти повинні мати досить високий рівень розвитку рефлексії, вміння оцінювати власну активність і навколишню дійсність, мати комунікативну компетентність, ціннісні орієнтації [7, с. 35].

**Висновки.** Проаналізувавши наукову літературу та дослідження щодо виникнення та впливу стресу на особистість ми переконалися в тому, що важливим для становлення особистості в соціумі є формування у неї стресостійкості як психологічного ресурсу.

Стресостійкість – це системна характеристика, що обумовлює здатність людини ефективно долати скрутні ситуації без негативних наслідків для фізичного та психічного здоров'я.

Стресостійкість як психологічний ресурс є сильною стороною особистості, яка підвищує соціальну адаптивність і психологічну стійкість до стресів. Це можуть бути позитивні емоції, позитивний настрій, наявність сил і внутрішня готовність до вирішення поставлених завдань.

Уміння особистості успішно протистояти стресам є одним із суттєвих проявів розвинених психологічних ресурсів.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо у експериментальному дослідженні психологічних чинників стресостійкості студентської молоді в умовах воєнного стану, у розроблені антистресової програми, яка б мала практичну користь для психологів.

**Список літератури:**

1. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості : (дис. докт. психологічних наук). *Інститут психології ім. Г. С. Костюка*. Київ, 2009. 520 с.
2. Коқун О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія. К.: ДП «Інформ.-аналіт. агентство, 2012. 200 с.
3. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. К.: Ніка Центр, 2007. 432 с.
4. Кравцова О. Стресостійкість особистості як психологічний феномен : основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти*. Вип. 7(36), 2022. «Серія «Соціальні та поведінкові науки»
5. Сапольскі Роберт М. Чому зебри не страждають на виразку/ пер. з англ. О. Лобастова. Харків: *Вид-во «Ранок»*: Фабула, 2023. 400 с.
6. Стороні М. Стресостійкість. Прості поради, як жити в сучасному світі / пер. з англ. Олени Замойської. Київ, *Книголав*, 2022. 272 с.
7. Титаренко Т. М. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч. посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. К.: Міленіум, 2011. 272 с.
8. Шевченко Р. М. Стресостійкість як чинник професійної діяльності жінок-управлінців: структурно-компонентний аналіз. *Актуальні проблеми психології*. Т. IX, вип.10. 36. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2020. С. 280–287.
9. Шпак М. М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. Вип. 39. С. 199–203. <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/27825>.
10. Billings A.G., Moos R.H. Coping, stress, and resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychol*, 2004. Vol. 46. P. 887–891.
11. Bonner R.L., Rich A. R. Psychosocial vulnerability, life stress, and suicide ideation in a jail population: a cross-validation study. *Suicide Life-Threat*, 2014. V.20. № 3. P. 256–270.
12. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. N.Y.: Springer, 1994. 466 p.
13. Maddi S.R., Kobasa S.C. The hardy executive: health under stress. Pacific Grove, CA, 2004. 456.
14. Selye H. Stress without Distress. Philadelphia, PA: Lippincott, 1974. 178 p.
15. Haan N. Coping and defending: Processes of self-environment organization. N.Y. : Academic Press, 2007. P. 38–48.
16. Hobfoll S.E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 1999. Vol. 44 (3). P. 513–524.
17. Fromm Erich. Escape from Freedom. New York: Rinehart, 1991. 256.

**Slobodianyuk N.V. STRESS RESISTANCE AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF THE PERSONALITY IN THE SITUATION OF CHANGES**

*The article is dedicated to the theoretical study of stress resistance as a psychological resource of an individual in the situation of changes, which determines a person's ability to effectively overcome difficulties without negative consequences for physical and mental health. It is emphasized that in most definitions by researchers, stress resistance is considered in the context of a holistic process of adaptation, therefore it is associated with emotional stability and emotional resistance. In psychological science, there are many factors that determine the resistance of an individual to stress – personal characteristics, social support, self-regulation, locus of control, cognitive development, economic status. Neuroticism, self-esteem and locus of control are analyzed as the main internal factors. In the conditions of war, resistance to stress differs in many parameters from what happens in peacetime and, above all, it is a violation of basic needs (separation, forced displacement, long-term deprivation). At the same time, when a person tries to avoid the impact of distress due to emigration, this leads to the appearance of new stresses.*

*The concept of “resources” in modern psychology is used to denote the sources of regulation of human life. They are divided into external and internal resources. External ones include social, economic, and material resources. Internal resources are typologically and individually expressed in a person as a subject of vital activity. Physical, sensory, psychophysiological resources are typological characteristics of a person as a biological being and carrier of the psyche. Scientists consider psychological resources that allow a person to resist stress, relying on the mechanisms of self-regulation of mental states, as the most significant resources for combating stress. In the scientific concepts of self-regulation, the mechanisms of planning, modeling, programming, and evaluation of results are singled out as resources for constructive resistance to stress.*

**Key words:** stress resistance, stress, resources, factors, personality.

## ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.922.8:159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/15>

**Губа Н.О.**

Запорізький національний університет

### ДОВІРА ЯК ЧИННИК ЕФЕКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ВИКЛАДАЧА ТА ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

*У статті вивчено проблему взаємовідносин викладача та здобувача вищої освіти. Наголошено, що довіра є ключовим чинником успішної взаємодії, яка сприяє ефективному навчальному процесу та гармонійному розвитку особистості. Розкрито, що довіра задовольняє базові потреби людини, забезпечуючи відчуття безпеки і психологічного комфорту, що є фундаментом для формування здорових міжособистісних відносин. Це дозволяє зближуватися учасникам взаємодії та визначає їхню поведінку у спілкуванні, створюючи сприятливу соціально-психологічну атмосферу у закладах вищої освіти. Такі умови допомагають здобувачам долати критичне ставлення до себе, розвивати впевненість у власних силах та формувати позитивну самооцінку.*

*Наголошено, що високий рівень довіри між учасниками освітнього процесу покращує комунікацію та узгодження інтенцій, що, своєю чергою, сприяє ініціативності, соціальній сміливості та емпатії здобувачів. Дослідження підтверджують, що довіра полегшує прийняття рішень у складних ситуаціях, зменшує конфліктність та підозрілість, що позитивно впливає на психологічне благополуччя. Зазначено, що на ранніх етапах навчання довіра з боку викладачів особливо важлива для розвитку та успішного навчання здобувачів, оскільки вона підтримує їхню мотивацію, стимулює до активного отримання знань та саморозвитку.*

*Показано, що встановлення довірчих відносин сприяє ефективному вирішенню навчальних завдань, набуттю професійних навичок та їх успішному застосуванню у різних життєвих ситуаціях. Це забезпечує не лише академічний успіх, а й розвиток соціальних компетенцій, які є важливими для майбутньої професійної діяльності здобувачів. Підкреслено, що довіра між викладачем та здобувачем є основою для створення особливого та підтримуючого освітнього середовища, яке сприяє розвитку творчого потенціалу та формуванню гармонійної особистості. Обґрунтовано, що довіра є фундаментальною для досягнення успіху у вищій освіті та всебічного розвитку особистості, що підкреслює її важливість у сучасних освітніх процесах.*

**Ключові слова:** довіра, викладач закладу вищої освіти, здобувач вищої освіти, міжособистісна довіра, довіра до себе, взаємодія, юнацький вік, локус контролю, самореалізація.

**Постановка проблеми.** Проблема ефективної взаємодії між викладачами закладів вищої освіти (ЗВО) та здобувачами вищої освіти є досить актуальною і ставить перед викладачами завдання пошуку нових, ефективних способів цієї взаємодії. Сучасна концепція такої співпраці передбачає формування довірчих відносин між учасниками навчального процесу у ЗВО, що дозволяє удосконалити процес отримання знань, умінь, професійних навичок відповідно до сучасних вимог суспільства.

У сучасному навчальному процесі в ЗВО разом з необхідністю підготовки висококваліфікованого фахівця-професіонала, на передній план висувається завдання формування психологічно гармонійної та культурної особистості, яка може успішно орієнтуватися та функціонувати в сучасних вітчизняних і зарубіжних соціумах. У такому контексті вивчення довіри до викладача як складової частини навчальної культури і самосвідомості української молоді є особливо актуальним.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Питання довіри висвітлені у роботах науковців Ж. Вірної [3], Г. Чайки [13], П. Штомпки [17], в яких розглядаються різні підходи до вивчення довіри як психологічного явища. Фундатор соціологічної теорії довіри П. Штомпка [17], поняття «довіра» розглядає як очікування від партнера в діях, які відбуваються у ситуаціях невизначеності, з впевненістю, що його реакції будуть корисними для людини; тобто робиться ставка на партнера в надії на його прийнятні дії стосовно нас.

Вплив довіри на відносини між різними поколіннями досліджували Н. Василець [2], І. Пивоварчик [12], С. Ситнік [12]. Згідно з поглядами І. Пивоварчик [12] та С. Ситнік [12], довірчі стосунки передбачають психологічну готовність до вияву довіри. Чим сильніша довіра, тим ближче люди досягають одне до одного і менше відчують психологічну відстань між собою.

Українські дослідники В. Петренко, О. Савченко, А. Тімакова розглядають довіру як інтегральне соціально-психологічне явище, та відокремлюють такі її аспекти [11]:

- позитивні очікування щодо взаємодії;
- відчуття безпеки та комфорту під час взаємодії;
- сформована готовність до взаємодії;
- очікування майбутніх вигід від контакту.

Варто зазначити, що в цьому підході розрізняються очікування від самого процесу взаємодії та від отриманих результатів. Саме таке формулювання проблеми включає специфічні аспекти оцінки того, як інформаційний вплив діє на уявлення та переконання молодих людей, зокрема через це можна зрозуміти важливість ролі інформаційних потоків у формуванні їхнього світогляду та знань, завдяки яким, зазначає Ж. Вірна [3], суспільство поповниться більш інформованими громадянами, які розумітимуть свої права і обов'язки та матимуть здатність сприяти розвитку демократичної та правової держави. Важливо врахувати, що дослідження цієї проблеми в умовах війни робить її ще більш актуальною.

Аналіз впливу довіри на взаємодію між викладачами та здобувачами у закладах вищої освіти здійснено в роботах С. Ворожбит [4] та О. Лашко [8]. Але вимоги сьогодення потребують більш детального розгляду механізмів, впливів та чинників, що сприяють виникненню довірчих відносин між учасниками навчального процесу у ЗВО.

**Метою статті** є презентація результатів теоретичного вивчення довіри як чинника, ефективної

взаємодії викладач та здобувача закладу вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Довіра завжди відігравала важливу роль у житті суспільства та його інституціях протягом всієї історії та у різних культурах. Вона є ключовим феноменом, що присутній у всіх аспектах соціального життя.

Довіра задовольняє базові потреби людини, забезпечуючи відчуття безпеки та психологічного комфорту при спілкуванні зі світом навколо.

Взаємна довіра відіграє ключову роль у взаємодії між людьми, зближуючи їх, тоді як відсутність довіри робить їх відділеними одне від одного. Таким чином, рівень довіри до оточення і до самого себе визначає, як особистість веде себе у взаємодії з іншими людьми. Дослідники довіри стверджують – якщо людина довіряє оточенню і собі однаково, це сприяє стійкості особистості та впевненості у власних діях (О. Бойчук [1], Н. Василець [2]). Можна узагальнити: коли довіра до оточення переважає, особистість частіше пристосовується до нього. А коли переважає довіра до себе, можуть виникати конфлікти з іншими, але це також може сприяти творчій активності.

Досліджуючи феномен довіри з психологічного погляду, Т. Куриленко [7] фокусується на тому, як люди реагують на позитивні або негативні вчинки в процесі міжособистісної взаємодії. Авторка вважає, що довіра існує у внутрішньому просторі особистості і виявляється зовні у взаємодії з іншими, що зв'язує людину з оточуючим світом. Т. Куриленко [7] підкреслює, що довіра є установкою, очікуванням та вибіркоким ставленням до інших людей, а також готовністю приймати і передавати особисту інформацію. Таким чином, можна довіру пов'язати з почуттям особистої безпеки.

Довіра до світу, міжособистісна довіра, довіра до себе і переконання в доброзичливості та розумності оточуючого світу, а також у власній гідності – саме це, на думку Г. Чайки [13], і є підтримка рис, що сприяють успішному протистоянню складностям у сучасних життєвих обставинах: стійкість, позитивне відношення до себе, використання адаптивних стратегій для подолання труднощів. Відмітимо, що зазначені характеристики сприяють успішному подоланню стресових ситуацій, викликаних зовнішніми подіями, а також сприяють успішній адаптації здобувачів до нових умов. Це в свою чергу сприяє виникненню взаємної довіри між здобувачами та викладачами.

Як вже зазначалось, найпоширенішою формою взаємодії у закладі вищої освіти є спілкування, яке

ґрунтується на довірі; таке спілкування є не тільки способом отримання інформації, а й можливістю саморозкриття. О. Дубініна [6] підкреслює, що довіра, вимогливість і повага є невід'ємними ознаками процесу професійної підготовки майбутніх фахівців загалом, важливими характеристиками міжособистісного спілкування, міжгрупової взаємодії.

У своїх дослідженнях з адаптації здобувачів-першокурсників у закладі вищої освіти С. Ворожбит [4] стверджує, що довіра грає ключову роль у цьому процесі, об'єднуючи особистість здобувача і нове соціальне оточення у ЗВО, створюючи сприятливу адаптивну соціально-психологічну атмосферу. Таким чином, адаптація всіх учасників освітнього процесу залежить від взаємної довіри, що виражається в міжособистісних відносинах і сприяє узгодженню інтенцій між ними.

Досліджуючи особистісну детермінацію довіри у юнацькому віці, Н. Шевченко [15] відзначає, що здобувачі часто критично ставляться до себе і прагнуть розвивати своє «Я», але їм бракує віри у свої здібності, сили та самостійність. Вони приписують відповідальність за життєві події та результати діяльності, включаючи навчальну, як власним діям, так і зовнішнім чинникам, залежно від ситуації. Їх мотивація може бути спрямована як на досягнення успіху, так і на уникнення невдач, і вони віддають перевагу завданням середньої складності. Таким чином, чим більше здобувачі орієнтовані на досягнення успіху, тим краще вони усвідомлюють власну цінність і можливості. Розвиток викладачем навичок постановки реальних цілей і акцент на досягненні успіху сприяють зміцненню довіри до себе у здобувачів, впевненості у власних силах та віри у свою ефективність.

Дослідження, проведені науковцями [5; 14; 15], показують, що більшість здобувачів не довіряють іншим людям, з підозрою ставляться до нових ідей і вважають, що пропозиції зазвичай вигідні лише їх авторам, а не їм самим. Лише третина опитаних повністю або частково вірять, що більшості людей можна довіряти, оскільки ті прагнуть бути чесними та діють із альтруїстичних міркувань. Аналіз показав, що рівень довіри до людей у студентському віці пов'язаний з упевненістю, ініціативністю, соціальною сміливістю, емпатією, схильністю до компромісу або уникнення конфліктів, а також з пріоритетом доброзичливих стосунків. Водночас довіра негативно корелює з конкуренцією та співпрацею у конфліктах і підозрливим ставленням до інших. Порівняння груп здобувачів, які дові-

ряють людям, і тих, хто не довіряє, показало, що перші більш здатні ухвалювати рішення в складних ситуаціях, сміливіше обирають альтернативи поведінки завдяки позитивній оцінці свого потенціалу, частіше виявляють емоційну чуйність до переживань інших, краще розуміють мотиви їхньої поведінки, прагнуть до спілкування та створення теплих, емоційно значущих відносин. Вони налаштовані на доброзичливі стосунки, не розчаровані в людях і тому не виявляють підозрливості, схильні знаходити компромісні рішення або уникати конфліктів.

Нездатність здобувача встановлювати довірчі відносини з викладачем або іншими учасниками навчального процесу може стати перешкодою для ефективної групової взаємодії, що, в свою чергу, заважає досягненню значущих і корисних змін у психіці та поведінці. Відсутність довіри до себе, що виражається у вигляді нестабільної самооцінки або зниженої здатності долати фрустрацію, особливо на стадії орієнтації та залежності, може створювати труднощі для формування емоційно збалансованої взаємодії [16].

Такі дані частково підтверджують висновки, зроблені Г. Чуйко та Я. Чаплак [14], і свідчать про те, що люди значно більше довіряють веселим, емпатійним, сміливим та відкритим особам, особливо коли існує спільність інтересів між довірцем і тим, кому довіряють. Натомість, недовіру викликають розважливі та недоброзичливі люди, поведінка яких виявляє підозрливість. Варто відзначити, що автори досліджень не розглядають міжособистісну довіру як сталу рису особистості, а радше як процесуальну характеристику учасника взаємодії, яка залежить від певних дій і поведінки партнера. У понятті довіри вони бачать ставлення до іншої людини як до такої, яка заслуговує на очікування, що вона надасть перевагу співпраці та відносинам, навіть якщо існує можливість, що вона може зашкодити; це включає віру в надійність, відповідальність і готовність людини виконувати свої обіцянки, дані партнеру у спілкуванні.

Встановлено [4], що показники довіри не мають зв'язку з показниками залежності та консерватизму. Це свідчить про те, що різні форми довіри більшості здобувачів вищої освіти не містять аспектів покірності, схильності поступатися, самоосуду за невдачі, пошуку підтримки у сильнішій особі (властивості залежності), а також не пов'язані зі стійкістю або змінністю поглядів, підозрливістю до нових ідей та думок авторитетів, толерантністю до незручностей і критичними



установками. Однак, посилаючись на результати досліджень О. Савченко, В. Петренко, А. Тімакової [11], рівень довіри до світу має обернено пропорційний зв'язок зі скептицизмом, що означає: здобувачі, які довіряють світу, не схильні до критичного оцінювання інших, сумнівів, підозрливості, відчуження або закритості в контактах. Це дозволяє припустити, що довіра до світу у здобувачів вищої освіти виражається в некритичному та відкритому ставленні до людей, зокрема до викладачів, відсутності страхів і побоювань щодо того, як їх сприймають інші. Рівні довіри до себе та до інших мають прямий кореляційний зв'язок із конформізмом. Отже, здобувачі, які довіряють собі та іншим, менш схильні чинити опір думкам інших, особливо групи. Вони можуть проявляти тривожність, слухняність і навіть беспорядність у складних ситуаціях, виявляти готовність прислухатися до порад, проявляти довірливість у стосунках і захоплюватися певними особистостями та їхніми поглядами. Це дозволяє охарактеризувати позицію здобувачів із високим рівнем довіри до себе та до інших як сприйнятливую, податливу та орієнтовану на партнера по взаємодії, в тому числі й на викладача.

Розвиток і становлення особистості в юнацькому віці, коли навчання у ЗВО найчастіше припадає на цей період, значно впливають на формування здатності регулювати діяльність, відповідальність і усвідомленість власних дій, що, як стверджує О. Лашко [8], впливає на прояв соціальної довіри. Такі молоді люди більше орієнтовані на власні сили та розум, менш схильні шукати схвалення оточуючих, а отже, більш незалежні від зовнішніх обставин, які можуть обмежувати їхній розвиток. Згідно з О. Петрик щодо особливостей навчальної діяльності, здобувачі, у яких достатньо сформована саморегуляція та оптимальний рівень довіри, орієнтовані на внутрішній локус контролю і досягнення власних цілей, включаючи навчальні цілі [10]. Вони планують свої дії, беруть на себе відповідальність за успіхи та невдачі. В юнацькому віці, зазвичай, властивий середній рівень довіри до інших, середній рівень міжособистісної та соціальної довіри, а також середній рівень психологічного благополуччя за показником позитивних стосунків з іншими. Припускаємо, що цей віковий період є особливо чутливим до впливу довіри з боку викладачів, наставників і тренерів. З віком підвищується ступінь автономності, незалежності, самодостатності та орієнтованості на своє «Я»; потреба в емоційному зв'язку зі старшими й зовнішніх оцінках поведінки слаб-

шає, що призводить до зменшення впливу стосунків з викладачами на психологічне самопочуття. З часом відбувається критичне переосмислення ролі викладача у навчальній діяльності, що є причиною зниження рівня визнання та врахування їх вимог і настанов.

**Висновки.** Теоретичний аналіз засвідчив, що довіра як ключовий чинник успішної взаємодії між викладачем і здобувачем вищої освіти є важливою передумовою для організації ефективного навчального процесу, досягнення високого рівня знань та розвитку гармонійної особистості.

Вказано, що довіра є важливим феноменом, що відіграє ключову роль у всіх аспектах соціального життя, задовольняючи базові потреби людини та забезпечуючи відчуття безпеки і психологічного комфорту. Вона сприяє зближенню людей, зменшуючи психологічну відстань між ними, і визначає поведінку особистості у взаємодії з іншими.

Продемонстровано, що довіра між викладачами та здобувачами вищої освіти створює сприятливу соціально-психологічну атмосферу у ЗВО. Вона допомагає здобувачам долати критичне ставлення до себе та сприяє розвитку їх впевненості у власних силах. Довіра між учасниками освітнього процесу, зокрема між здобувачами та викладачами, покращує взаємодію та узгодження інтенцій. Здобувачі, які орієнтовані на досягнення успіху і мають високий рівень довіри, краще адаптуються до нових умов, проявляють ініціативність, соціальну сміливість та емпатію. Дослідження показують, що високий рівень довіри сприяє прийняттю рішень у складних ситуаціях, зменшує конфліктність та підозрливість, а також покращує психологічне благополуччя. З віком здобувачі стають більш автономними, але на ранніх етапах навчання довіра з боку викладачів відіграє важливу роль у їхньому розвитку та самопочутті.

Встановлення довірчих відносин дозволяє здобувачам ефективніше вирішувати навчальні завдання, отримувати професійні навички і використовувати їх у вирішенні різних життєвих ситуацій.

Перспективи подальшого дослідження довіри як чинника ефективної взаємодії між викладачами та здобувачами вищої освіти вбачається в аналізі довгострокових ефектів довіри на академічні успіхи та особистісний розвиток. Подальші дослідження у зазначених напрямках дозволяють глибше зрозуміти механізми формування довіри та її вплив на ефективність взаємодії у вищій освіті, а також сприяти розробці практичних рекомендацій для підвищення якості навчального процесу.

Список літератури:

1. Бойчук О. Сучасні психолого-педагогічні вимоги до викладача вищого медичного навчального закладу. *Освітологічний дискурс*, 2018, № 1-2 (20-21). DOI: <https://doi.org/10.28925/2312-5829.2018.1-2.168>
2. Василюк Н.М. Довіра як підґрунтя толерантності у психолого-педагогічній взаємодії. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*, 2012. № 1. С. 114–121.
3. Вірна Ж.П. (2023). Інформаційна довіра до влади як виховна проєкція в умовах війни. *International Science Journal of Education & Linguistics*. Vol. 2. No. 3. С. 14–22. URL: <https://isg-journal.com/isjel/issue/view/36>
4. Ворожбит С.А. Методично-теоретичний підхід до аналізу та розробки концептуальних задач робочої програми емпіричного дослідження почуття довіри як чинника соціально-психологічної адаптації студентів. *Проблеми сучасної психології*, 2010. В. 7. С. 127–139.
5. Губа Н.О. Міжособистісна довіра: сутність, види та функції. *Слобожанський науковий вісник*. Серія Психологія, випуск 1, 2024. С. 33–37. DOI <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.6>
6. Дубініна О. М. Довіра та вимогливість суб'єктів педагогічної взаємодії як специфіка математичної підготовки студентів за напрямом «Програмна інженерія». *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*, 2014. Вип. 38(91). С. 509–515. URI: <http://www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2014/38/72.pdf>
7. Куриленко Т. Довіра як соціальний феномен. *International Science Journal of Jurisprudence & Philosophy*, 2024. 3(1). С. 20–26. URL: <https://isg-journal.com/isjpp/>
8. Лашко О.В. Психологічні чинники розвитку довіри до викладача у студентів технічного університету: дис. ... канд.психол.наук: 19.00.07. Київ, 2021. 291 с.
9. Олійник (Хлинстева) О. Як авторитет і довіра впливають на тих, хто перебуває під наглядом викладача, шляхи формування авторитету. *Scientific Bulletin of Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs*. 2022. Special Issue № 1. С. 343–347. URI: [https://visnik.dduvs.in.ua/?page\\_id=2420](https://visnik.dduvs.in.ua/?page_id=2420)
10. Петрик О.В. Довіра як прояв соціального інтелекту у професійній діяльності журналістів. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Острог, 2017. Вип. 5. С. 120–129.
11. Савченко О. В., Петренко В. В., Тімакова А. В. «Методика довіри/недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» (А. Купрійченко): україномовна адаптація, валідизація та стандартизація. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*, Серія Психологія, вип. 5, 2022. DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.3>
12. Ситнік С.В., Пивоварчик І.М. Довіра до людей та її прояв у міжособистісній взаємодії, *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права* № 5, 2021. С. 59–65. DOI <https://doi.org/10.51547/prp.dp.ua/2021.5.9>
13. Чайка Г.В. Довіра і характеристики, що сприяють успішному переживанню травматичних ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». Випуск 1. 2023. С. 13–19. DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-1-2>
14. Чуйко Г.В., Чаплак Я.В. Міжособистісна довіра як передумова партнерських стосунків між людьми. *Психологічний часопис* / за ред. С.Д. Максименка. Київ : Інститут психології ім. Г.С. Костюка, 2020. № 1. Вип. 6. С. 29–39. DOI: 10.31108/1.2020.6.1.
15. Шевченко Н., Кузьмич О., Гмиріна О. Особистісна детермінація довіри до себе в юнацькому віці. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2024. № 11. С. 123–145. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-7>
16. Яновська С. Г., Туренко Р. Л., Яновська Ю. Є. Феномен довіри між суб'єктами освітнього процесу у ВНЗ. 2017. URI: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/159/250>
17. Sztompka P. Trust: A Sociological Theory. Cambridge. UK: Cambridge University Press, 2008. 228 p.

**Guba N.O. TRUST AS A FACTOR OF EFFECTIVE INTERACTION BETWEEN TEACHER AND STUDENT OF HIGHER EDUCATION**

*The article analyzes the problem of the relationship between a teacher and a student of higher education, emphasizing that trust is a key factor in successful interaction, which contributes to an effective educational process and harmonious personality development. Trust satisfies basic human needs, providing a sense of security and psychological comfort, which is the foundation for the formation of healthy interpersonal relationships. This allows interaction participants to get closer and determines their behavior in communication, creating a favorable social and psychological atmosphere in institutions of higher education. Such conditions help achievers to overcome a critical attitude towards themselves, develop confidence in their own abilities and form a positive self-esteem.*

*It has been theoretically proven that a high level of trust between the participants of the educational process improves communication and agreement of intentions, which, in turn, promotes initiative, social courage and empathy of students. Research confirms that trust facilitates decision-making in difficult situations, reduces conflict and suspicion, which has a positive effect on psychological well-being. It is noted that at the early stages of education, trust from teachers is especially important for the development and successful education of students, as it supports their motivation, stimulates active acquisition of knowledge and self-development.*

*It has been proven that the establishment of trusting relationships contributes to the effective solution of educational tasks, the acquisition of professional skills and their successful application in various life situations. This ensures not only academic success, but also the development of social competences, which are important for the future professional activities of the students. Trust between the teacher and the student is the basis for creating a special and supportive educational environment that promotes the development of creative potential and the formation of a harmonious personality. Trust is fundamental to achieving success in higher education and comprehensive personal development, which underlines its importance in modern educational processes.*

**Key words:** *trust, teachers of a higher education institution, students of higher education, interpersonal trust, self-confidence, interaction, youth, locus of control, self-realization.*

**Діденко О.Г.**

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

**Яланська С.П.**

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

## НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДІ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ УКРАЇНИ: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ

*Стаття присвячена проблемі національно-патріотичного виховання, утвердження української та громадянської ідентичності, яка на сьогодні є надзвичайно актуальною для України. Українське суспільство переживає складні умови воєнного стану. В цей час сучасна молодь перебуває під впливом різних інформаційних потоків, які не завжди зорієнтовані на посилення активної громадянської позиції на основі поваги до прав людини, духовних цінностей українського народу, суспільно-державних цінностей України, національної самобутності, патріотизму. Тому, значну роль з формування та збереження української національної ідентичності молодого покоління, що усвідомлює свою належність до української нації, формування психологічної готовності до виконання конституційного обов'язку щодо захисту цінностей держави, відіграють заклади освіти. У статті визначено важливі психологічні аспекти, на які варто звернути увагу у закладах освіти України: 1) формування системи ціннісних орієнтацій (виражає змістовне відношення молоді до соціальної дійсності і в цій якості визначає мотивацію її поведінки, у тому числі, формування у громадян психологічної мотивації до виконання обов'язків військової служби, і здійснює істотний вплив на всі сторони її діяльності); 2) розвиток життєстійкості/ психологічної стійкості (здатність особи виявляти свою національну та громадянську ідентичність у повсякденному житті і в умовах негативних зовнішніх впливів, зокрема, її психологічна стійкість щодо виконання обов'язків військової служби); 3) формування відповідальності за власні дії, розвиток навичок надання первинної психологічної допомоги особам, які її потребують, та самопомоги. Розкрито досвід патріотичного виховання учнівської молоді на Полтавщині, якому особливу увагу приділяє постійна комісія з питань освіти, науки та культури Полтавської обласної ради. Представлено досвід з формування життєстійкості та відповідальності студентської молоді за власні дії в умовах війни у закладах вищої освіти Полтавщини.*

**Ключові слова:** національно-патріотичне виховання, військово-патріотичне виховання, заклади освіти, ціннісні орієнтири, життєстійкість, психологічна стійкість, відповідальність, первинна психологічна допомога.

**Постановка проблеми.** В умовах воєнного часу надзвичайно важливим є досягнення єдності в українському суспільстві шляхом подолання суперечностей мовного, соціокультурного характеру, формування у молоді активної громадянської позиції на основі поваги до прав людини, духовних цінностей українського народу, національної самобутності, оборонної свідомості та психологічної стійкості, патріотизму, поваги до державних символів. Велику роль у цьому відіграє національно-патріотичне виховання молоді у закладах освіти різних рівнів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема національно-патріотичного виховання

активно досліджується психологами, педагогами, соціологами, істориками, фахівцями з держуправління. Зокрема, ключові аспекти національно-патріотичного виховання, серед яких: проблеми патріотичного виховання, особистісної і національної ідентифікації (І. Бех), військово-патріотичного виховання, виховання молоді на військово-козацьких традиціях (О. Діденко, М. Зубалій, О. Кириченко), залучення молоді до фізкультурно-масової роботи, що є важливою складовою виховання патріотизму (М. Тимчик), духовності особистості (М. Савчин), класифікації цінностей та ціннісних орієнтацій особистості (В. Андрущенко, С. Матяж, А. Березянська),

національної самосвідомості (М. Боришевський), вчинкового осередку різних історико-культурних епох (В. Роменець), проблем формування військово-патріотичної готовності школярів до захисту країни (В. Івашковський), та ін.

Г. Шевчук зазначає, що патріотизм та національно-патріотичне виховання актуальні і для системи освіти, і для держави загалом. Основним інститутом, що забезпечує його реалізацію, є держава, але вагомий внесок у розвиток патріотичного виховання вносять також батьки, освітяни, громадські організації, волонтери. Патріотичне виховання важливе для зміцнення єдності та національної ідентичності, сприяє формуванню почуття належності до власної культури, мови, історії, традицій і національних цінностей, що в сучасних умовах має високу актуальність [9, с. 631].

І. Бех, К. Журба визначають національно-культурну ідентичність підлітків, зокрема, зазначають, що вона виявляється у суб'єктивному переживанні належності до українського народу, нації, свідомому прийнятті його моральних цінностей, що характеризується отожденням і формуванням відповідної національної Я-концепції, яка виявляється у власній самоповазі, національній гідності, умінні користуватись правами і свободами, справедливості, відповідальності, любові до України та бажанні пов'язати свою долю з долею України. Національно-культурна ідентичність є основою суспільного життя будь-якої держави. Водночас стан виховної роботи у закладах середньої освіти, зокрема щодо формування національно-культурної ідентичності, засвідчує її відставання від запитів сучасного суспільства. Зберігається традиційний і дещо застарілий підхід до діагностування й формування національно-культурної ідентичності в учнів середньої ланки школи [1, с. 28].

М. Зубалій, В. Івашковський, О. Остапенко, М. Тимчик, Б. Шаповалов, З. Діхтяренко, І. Білоцерківець визначають та обґрунтовують сутність і зміст військовопатріотичного виховання у процесі позакласної роботи; формування в учнівської молоді мотивації до військової служби під час позакласної роботи [2, 3].

**Метою статті** є розкриття проблеми національно-патріотичного виховання учнівської та студентської молоді у закладах освіти України, утвердження української національної, громадянської ідентичності особистості.

**Виклад основного матеріалу.** Підґрунтя для визначення важливих психологічних аспек-

тів утвердження національної та громадянської ідентичності молодого покоління дав теоретико-психологічний аналіз поняття національно-патріотичного виховання – процесу, спрямованого на формування готовності до дієвого виконання громадянського і конституційного обов'язку із захисту національних інтересів та державної незалежності. В умовах війни важливою складовою виховного процесу в закладах освіти є військово-патріотичне виховання. Належна його організація в закладі освіти – важлива умова формування в учнівської та студентської молоді готовності до захисту України, підготовки їх до військової служби, формування готовності до захисту національної безпеки.

Згідно Закону України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності», у ст. 2 визначено, що основними завданнями державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності є: 1) формування у громадян України, у тому числі дітей та молоді: активної громадянської позиції на основі поваги до прав людини, духовних цінностей українського народу, національної самобутності; оборонної свідомості та громадянської стійкості; патріотизму; поваги до державних символів, державної мови, суспільно-державних (національних) цінностей України, розуміння їх важливості для становлення держави; 2) формування та збереження української національної ідентичності у громадян України, які усвідомлюють свою належність до української нації, а також у закордонних українців; 3) забезпечення розвитку етнічної, культурної, мовної та релігійної самобутності всіх корінних народів і національних меншин України; 4) усунення впливу держави-агресора (держави-окупанта) в інформаційній, освітній, культурній сферах України; 5) активізація діяльності інститутів громадянського суспільства для досягнення цілей державної політики в зазначеній сфері; 6) поширення інформації про ветеранів війни, формування у суспільстві традицій вшанування пам'яті загиблих (померлих) ветеранів війни; 7) формування готовності громадян до виконання конституційного обов'язку щодо захисту незалежності та територіальної цілісності України [4].

Важливою є загальновійськова підготовка молоді в освітніх закладах. Згідно Постанови Кабінету Міністрів України від 29 грудня 2021 р. № 1443 «Про затвердження порядку організації та здійснення загальновійськової підготовки гро-

мадян України до національного спротиву» із змінами і доповненнями, внесеними постановою Кабінету Міністрів України від 16 грудня 2022 року *загальновійськова підготовка* поділяється на початкову і базову підготовку. *Початкова підготовка* здійснюється з метою формування у громадян первинних загальновійськових знань і спеціальних компетентностей стосовно оборонної свідомості, ознайомлення громадян з місцем і роллю громадянина у зв'язку з усвідомленням свого обов'язку щодо збройного захисту України. *Базова підготовка* здійснюється з метою підготовки громадянина, здатного виконувати завдання як у мирний, так і воєнний час у бойових умовах та сприяння набуттю громадянами первинних знань, умінь та навичок щодо порядку поведінки із зброєю та її застосування, дій на полі бою (пересування та орієнтування на місцевості), надання домедичної допомоги, а також первинної психологічної допомоги (самопоміги), поведінки з саморобними вибуховими пристроями та формування стійких морально-психологічних якостей, необхідних для захисту України [7].

Згідно Постанови Кабінету Міністрів України від 21 червня 2024р. № 734 «Про затвердження Порядку проведення базової загальновійськової підготовки громадян України, які здобувають вищу освіту, та поліцейських» базова підготовка здобувачів вищої освіти проводиться у закладах вищої освіти усіх форм власності, вищих військових навчальних закладах, військових навчальних підрозділах закладів вищої освіти, навчальних частинах (центрах) Збройних Сил, інших утворених відповідно до законів військових формувань, правоохоронних органів спеціального призначення та Держспецтрансслужби, закладах освіти із специфічними умовами навчання, що здійснюють підготовку поліцейських, та тренінгових центрах органів поліції [8].

Відповідно Стратегії розвитку освіти Полтавської області на 2023–2027 роки, затвердженої рішенням пленарного засідання двадцятої позачергової сесії обласної ради восьмого скликання від 23 грудня 2022 року № 516 (зі змінами), з метою якісної організації та здійснення загальновійськової підготовки, напрацювання кращих практик, обміну досвідом, оновлення підходів у викладанні предмета «Захист України» та військово-патріотичного виховання громадян у закладах освіти було сформовано робочу групу фахівців (голова робочої групи: Олег Діденко, депутат Полтавської обласної ради, голова постійної комісії Полтавської обласної ради з питань освіти, науки

та культури), яка надаватиме методичні, практико-орієнтовані рекомендації щодо ефективного розв'язання вище згаданої проблематики.

Переконані, що з метою якісної організації національно-патріотичного, військово-патріотичного виховання молоді, з урахуванням нормативних вимог щодо особливостей загальновійськової підготовки громадян України, варто виокремити важливі психологічні складові для забезпечення її ефективності, зокрема, формування у закладах освіти України:

### *І. Системи ціннісних орієнтацій.*

Виражає змістовне відношення молодої людини до соціальної дійсності і в цій якості визначає мотивацію її поведінки, у тому числі, формування у громадян психологічної мотивації до виконання обов'язків військової служби, і здійснює істотний вплив на всі сторони її діяльності. Зокрема, сприяє утвердженню української національної та громадянської ідентичності, усвідомленому сприйманню молоддю України як рідної Батьківщини, формуванню оборонної свідомості на основі суспільно-державних (національних) цінностей України, таких як: *соборність* – єдність, неподільність усіх територій України, духовна єдність українців, які проживають на території України, а також єдність усіх громадян України незалежно від національності та віросповідання, спрямована на утвердження справжнього суверенітету і незалежності України, побудову процвітаючої демократичної національної держави; *самобутність* – національна ідентичність, неповторність, оригінальність, які виявляються окремою особою чи групою осіб у ментально обумовленому художньо-мистецькому світосприйнятті, національно прийнятних способах спілкування, діяльності, поведінки. Самобутність українського народу визначається його історією, культурою, традиціями та українською мовою; *воля* – здатність, намір, кероване намагання, прагнення досягти мети. Проявом волі українського народу є героїка боротьби за незалежність України, прагнення до самостійності, невпинний пошук шляхів досягнення свободи; *гідність* – відстоювання своїх духовно-моральних і державницьких позицій, усвідомлення власної ваги та громадянського обов'язку у міжнародному співтоваристві [4].

Прикладом формування відповідних ціннісних орієнтацій, соціальної активності та відповідальності є патріотичне виховання молоді на Полтавщині, якому особливу увагу приділяє постійна комісія з освіти, науки та культури Полтавської обласної ради на чолі з Олегом Діденком. Пріор-

ритетним у системі національно-патріотичного виховання є формування усвідомленого сприйняття молоддю України як рідної Батьківщини. Важливою складовою цього процесу є відродження традицій українських козаків [5]. Наприклад, такі ідеї пропагує Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура»), оскільки її метою є привернення уваги молодого покоління до історичних надбань українського народу, проблем становлення нашої державності. Такі військово-патріотичні ігри активно проводяться в територіальних громадах Полтавщини, змагання обласного етапу відбулися на базі Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».

Також варто відмітити, що для збереження нашої країни, важливе усвідомлення всіма учасниками освітнього процесу важливості і актуальності предмету «Захист України». Зокрема, на сучасних уроках «Захист України» діти вивчають основи національної безпеки, управління дронами, домедичну допомогу, а також мають розуміти, чим можуть бути корисними в захисті країни. Наприкінці навчального року для учнів, які опановують дисципліну «Захист України», проводять навчально-тренувальні збори. Саме такі заняття відбулися для учнів 10–11 класів закладів середньої освіти Великобагачанської селищної ради. Заняття були проведені військовослужбовцями третьої окремої штурмової бригади ЗСУ і Полтавського ОТЦК та СП. Діти свої теоретичні компетентності підкріпили практичними навичками. Їх ознайомили з будовою, тактично-технічними характеристиками стрілецької зброї і засобів особистого захисту, які знаходяться на озброєнні ЗСУ, розповіли про заходи безпеки під час поводження зі стрілецькою зброєю і вибухонебезпечними предметами.

## **II. Життєстійкості, психологічної стійкості.**

Здатність особи виявляти свою національну та громадянську ідентичність у повсякденному житті і в умовах негативних зовнішніх впливів, зокрема, й психологічна стійкість щодо виконання обов'язків військової служби на сьогодні є надзвичайно важливою.

На факультеті психології і соціальної роботи Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка розроблено вибірково дисципліну «Психологія життєстійкості в умовах криз» для здобувачів вищої освіти.

Мета: формування знань здобувачів вищої освіти про поняття життєстійкості; вивчення

різних видів психічних проявів стресу та його наслідків; розуміння стратегій формування життєстійкості; допомога кожному здобувачу вищої освіти усвідомити цілісність і унікальність власної особистості, сприяння формуванню психологічної стійкості, значному просуванню на шляху особистісного та професійного вдосконалення. Серед ключових тем:

Тема 1. Психологія життєстійкості.

Тема 2. Сучасні підходи до формування життєстійкості в умовах криз.

Тема 3. Уміння протистояти стресу. Терапевтичні технології профілактики та подолання стресу.

Тема 4. Ресурси креативності, що допомагають зберігати власну продуктивність в кризових умовах.

Тема 5. Відновлення психічного та фізичного стану після травмуючих ситуацій.

Тема 6. Зміна ставлення до проблеми: ціннісні аспекти.

Тема 7. Життєстійкість та здоровий спосіб життя.

Під час вивчення освітнього компоненту у студентів формуються практичні навички формування психологічної стійкості, креативного підходу до розв'язання проблемних ситуацій [6].

*Умежах психологічної студії «Шлях до успіху»* факультету психології і соціальної роботи ПНПУ імені В.Г. Короленка проводиться ряд заходів, що сприяють формуванню національної ідентичності, розвитку етнопсихологічних компетентностей, навичок життєстійкості.

*Місія студії:* розвиток креативних особистостей здатних до продукування нестандартних ідей, розв'язання комплексних проблем у галузі соціальних, поведінкових та освітніх наук.

*Візія студії:* молодіжна платформа для розвитку мета-навичок (meta-skills), що сприяють досягненню успіху у всіх сферах життя, зокрема: здатність до навчання; бачення перспектив; соціальний інтелект; емоційний інтелект; дизайн-мислення; життєстійкість.

*Мета студії:* розвиток мета-навичок особистості, здійснення просвітницької, науково-дослідної, консультаційної, психодіагностичної, психокорекційної, профорієнтаційної діяльності, підтримки творчої молоді і осіб з особливими освітніми потребами. Надання психологічної допомоги і підтримки учнівської, студентської молоді та дорослим засобами практичної психології, педагогіки, арт-технологій.

Функціонування студії передбачає роботу з населенням Полтавщини, освітніми закладами різних рівнів, культурно-мистецькими центрами, інклюзивно-ресурсними центрами та ін.

За результатами опитування студентів спеціальності 053 «Психологія», (1 та 5 курсів) Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка (76 осіб) з'ясовано, що на питання «Які засоби є найбільш ефективними для формування життєстійкості особистості, утвердження її національної ідентичності?» 87,0% зазначили – вправи з метафоричними асоціативними зображеннями; 81,0% – фізкультурно-масова робота; 68,0% – вправи, що потребують командної роботи – національно-патріотичні ігри. Такі вправи студенти можуть виконувати під час відкритих засідань психологічної студії «Шлях до успіху».

Викладачі факультету психології і соціальної роботи взяли участь у проекті «Створення комунікаційного майданчику для інтеграції внутрішньо переміщених осіб «Poltava Green Open Garden», що реалізувався ГО «Міжнародний інститут розвитку громад» спільно з Полтавською міською радою в рамках спільного проєкту Європейського Союзу та Програми розвитку ООН «Мери за економічне зростання». Психологічна складова проєкту зорієнтована на забезпечення гармонізації ментального та фізичного здоров'я людини, психологічного розвантаження, формування життєстійкості особистості.

### **III. Відповідальності. Навичок надання первинної психологічної допомоги, самопомоги.**

В умовах воєнного часу формування навичок первинної психологічної допомоги, самопомоги є надзвичайно важливим для кожного громадянина України. Тому в освітніх закладах мають організовуватися сертифікатні програми, прак-

тико-орієнтовні заходи присвячені формуванню відповідних базових навичок. За необхідності мають долучатися фахівці – психологи, медики, соціальні працівники.

Благодійний фонд «Безпечне майбутнє» за підтримки Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) спільно з Полтавським національним педагогічним університетом імені В. Г. Короленка на базі факультету психології і соціальної роботи зорганізували навчання в унікальній Школі екстремальної та кризової психології для фахівців із надання психологічної допомоги Полтавської й Кіровоградської областей. Результатом навчання в Школі екстремальної та кризової психології для близько 70-ти слухачів із Кіровоградської та Полтавської областей стануть вміння надавати першу психологічну допомогу в екстремальних ситуаціях, розуміння загальних принципів роботи з гострою реакцією на стрес, кризою втрати, основ загальної психопатології, загальних принципів лікування психічних розладів тощо.

**Висновки.** На основі теоретичного аналізу та практичного досвіду визначено важливі аспекти, на які варто звернути увагу у закладах освіти України: 1) формування системи ціннісних орієнтацій; 2) розвиток життєстійкості/ психологічної стійкості; 3) формування відповідальності за власні дії.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо у: висвітленні психологічних особливостей формування ціннісних орієнтацій, життєстійкості, відповідальності з урахуванням різних вікових категорій; напрацюванні кращих практик, оновленні підходів у викладанні предмета «Захист України» та військово-патріотичного виховання громадян у закладах освіти; наданні практичних рекомендацій щодо ефективного розв'язання вище згаданих важливих питань.

### **Список літератури:**

1. Бех І., Журба К. Концепція формування у підлітків національно-культурної ідентичності у загальноосвітніх навчальних закладах // № 16. 2017. С. 24–33. URL: <http://surl.li/fzwlvp>
2. Білоцерківець І. Особливості військово-патріотичного виховання старшокласників у процесі позакласної роботи з хортингу. *Теорія і методика хортингу*. Вип. 2. 2014. С. 21–27.
3. Військово-патріотичне виховання учнів у позакласній роботі: посіб./ уклад. М. Зубалій, В. Івашковський, О. Остапенко, М. Тимчик, Б. Шаповалов, З. Діхтяренко, І. Білоцерківець. Київ: ПАЛИВОДА А. В. 2016. 232 с.
4. Закон України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності» (*Відомості Верховної Ради (ВВР)*, 2023, № 46, ст. 116, <https://zakon.rada.gov.ua/go/2834-20>)
5. Діденко О. Г. Діяльність козацьких товариств як складова національно-патріотичного виховання // *Актуальні проблеми державного управління* : зб. наук. пр. Одес. регіон. ін-ту держ. упр. Одеса : ОРІДУ НАДУ, 2014. Вип. 1(57). С. 52–55.



6. Максименко С.Д., Яланська С. П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 513 с.

7. Постанова Кабінету Міністрів України від 29 грудня 2021 р. N 1443 «Про затвердження порядку організації та здійснення загальновійськової підготовки громадян України до національного спротиву» із змінами і доповненнями, внесеними постановою Кабінету Міністрів України від 16 грудня 2022 року № 1399 URL: <https://ips.ligazakon.net/document/КР211443?an=1>

8. Постанова Кабінету Міністрів України від 21 червня 2024р. № 734 «Про затвердження Порядку проведення базової загальновійськової підготовки громадян України, які здобувають вищу освіту, та поліцейських». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/734-2024-%D0%BF#Text>

9. Шевчук Г.Й. Національно-патріотичне виховання молоді в умовах війни // *Наукові інновації та передові технології*. № 5 (19) 2023 // серія «Управління та адміністрування», серія «Право», серія «Економіка», серія «Психологія», серія «Педагогіка») с. 630–635. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-5\(19\)-630-635](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-5(19)-630-635) URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/nauka/article/view/4660/4684>

### **Didenko O.H., Yalanska S.P. NATIONAL PATRIOTIC EDUCATION OF YOUTH IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF UKRAINE: PSYCHOLOGICAL ASPECTS**

*The article is devoted to the issue of national patriotic education, the establishment of Ukrainian and civic identity, which is extremely relevant for Ukraine today. Ukrainian society is experiencing difficult conditions of martial law. At this time, modern youth are under the influence of various information flows, which are not always aimed at strengthening an active civic position based on respect for human rights, spiritual values of the Ukrainian people, social and state values of Ukraine, national identity and patriotism. Therefore, educational institutions play a significant role in developing and preserving the Ukrainian national identity of the young generation, which is aware of its belonging to the Ukrainian nation, in forming the psychological readiness to fulfill the constitutional duty to protect the values of the state. The article defines the following important psychological aspects that Ukrainian educational institutions should pay attention to: 1) formation of a value orientations system (expressing a meaningful attitude of a young person to social reality and thus contributing to the motivation of one's behavior; including the creation of civic psychological motivation to fulfil the military service duties, as well as affecting all aspects of a young person's activities); 2) development of life resilience / psychological resilience (a person's ability to express one's national and civic identity in everyday life and under the conditions of negative external influences, in particular, psychological resilience in relation to military service duties); 3) formation of responsibility for one's own actions, development of skills in providing psychological first aid to people in need and self-assistance. The experience of patriotic education of schoolchildren in the Poltava region is revealed; it is given special attention by the Standing Committee on Education, Science and Culture of the Poltava Regional Council. The experience of forming resilience and responsibility of student youth for their own actions under the war conditions in higher educational institutions of the Poltava region is presented.*

**Key words:** national patriotic education, military-patriotic education, educational institutions, value orientations, resilience, psychological stability, responsibility, psychological first aid.

**Дідук І.А.**

Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України

## НЕФОРМАЛЬНА ОСВІТА У СИСТЕМІ ДЕРЖАВНОЇ ОСВІТНЬОЇ ПОЛІТИКИ: ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД

*У статті розглянуто особливості неформальної освіти, яка може як доповнювати, збагачувати формальну освіту, так і виступати відокремленим освітнім напрямом складової освіти людини впродовж життя. Встановлено, що неформальну освіту особистість програмує й здобуває для себе відповідно до власно ідентифікованих інтересів та потреб. Досліджено ставлення здобувачів вищої освіти до неформальної освіти як особистісно орієнтованої технології, яка дозволяє набувати нові актуальні знання, компетенції та можливості: для здобуття нових знань і практичного досвіду; для саморозвитку і самореалізації; для пошуку мотивації і натхнення. Констатовано, що неформальна освіта ґрунтується на суб'єкт-суб'єктній позиції, яка відображає ціліспрямованість, самостійність та свободу вибору. відносин. З'ясовано, що у фокусі неформальної освіти перебувають особистісна компетентність та суб'єктна активність особистості. Особистісно орієнтований підхід неформальної освіти, по-перше, розширяє освітню траєкторію руху в результаті реалізації власних мотивів та потреб, по-друге, виробляє, а не копіює, власну модель самоосвіти, – все це дозволяє особистості з гідністю сприймати світ, що швидко змінюється. У такий спосіб пропонується більш гнучкий підхід до освітнього процесу, забезпечуючи активну участь тому, хто навчається. Встановлено, що неформальна освіта у значній мірі ґрунтується на внутрішній мотивації, яка гармонійно поєднується із зовнішньою. Виділено чотири групи психологічних детермінант неформальної освіти: когнітивну; операційно-діяльнісну; рефлексивну та ціннісно-сміслову. Доведено, що ціннісно-смістова складова неформальної освіти фокусується на сформованості громадянських цінностей, норм і правил демократичного суспільства. Неформальна освіта – це шлях, який дає змогу організувати навчання з повагою до особистості та врахувати її потенціал.*

**Ключові слова:** неформальна освіта, демократизація освіти, особистісно орієнтований підхід, самоосвіта, суб'єктність.

**Постановка проблеми.** Впродовж останніх років неформальна освіта набуває все більшої популярності, особливо серед здобувачів вищої освіти, які прагнуть збагатити зміст формальної освіти, що здобувають у закладах вищої освіти, проходженням різноманітних неформальних курсів. Мова йде про додаткову форму навчання та розширений формат здобуття освіти, необхідне утворення для демократизації освіти. При цьому неформальна форма навчання має психологічні особливості залучення та організації, які є малодослідженими та недостатньо вивченими. Натомість, на нашу думку, неформальна освіта має значний потенціал у підготовці свідомого громадянина у контексті особистісно орієнтованого підходу. Демократизація освіти не мислима без формування громадянських компетентностей особистості. Звідси випливає потреба комплексного вивчення неформальної освіти як особис-

тісно орієнтованої технології, яка відповідала б демократичним засадам державної освітньої політики. Водночас, неформальна освіта дозволяє й частково задовольнити безпекові потреби в умовах воєнного стану та повоєнного відновлення України.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблеми розвитку неформальної освіти є об'єктом вивчення численних наукових досліджень. Так, О. В. Аніщенко, Л. Б. Лук'янова та С. М. Прийма позиціонують неформальну освіту дорослих як освітній тренд ХХ століття, а Н. Г. Ничкало – як світову тенденцію [1, 2]. А. С. Богданов досліджує феномен «неформальна освіта» як феномен сучасності [3]. Все це говорить про важливу роль та місце неформальної освіти у змісті державної освітньої політики. Г. П. Шевченко, зазначає, що «неформальна освіта як результат творчого підходу, успішно

довела свою корисність та життєздатність, поступово знаходить все ширше застосування і стає традиційною» [4, с. 583].

В. Бахрушин унормовує термін «неформальна освіта» у контексті потреб законодавчого регулювання, та акцентує увагу на тому, що часто вона запроваджується для гарантованого для всіх права доступу до освіти [5]. У наукових працях неформальної освіти розглядається як складова неперервного навчання впродовж життя. При цьому наголошується на реактивному характері неформальної освіти, – тобто, швидкому й мобільному реагуванні на зміни стану суспільства та його окремих систем.

І. Пекар, вивчаючи роль неформальної освіти у сучасному суспільстві, наголошує, що неформальна освіта розглядається у сфері громадянської освіти і спрямована на створення умов для формування демократично орієнтованого громадянина [6]. Мова йде про повагу до прав, потреб і цінностей особистості, надання свободи вибору і розвитку можливостям, створення умов для відповідальності за свої дії. На думку Є. Савельєва, неформальна освіта є потребою трансформації свідомості у напрямку демократизації освіти [7]. Наприклад, у закладах освіти Фінляндії, Данії, Швеції і Нідерландів у державних закладах освіти вже десятки років практикують поєднання формальної і неформальної освіти.

Зауважимо, що зміст неформальної освіти тісно пов'язаний з самоосвітою, самоорганізацією, самоосвітньою діяльністю. Остання, вслід за О. М. Сергєєнко розуміємо як «створення умов для реалізації гуманістичних цінностей освітнього процесу» [8].

Тож **метою дослідження** є визначення особистісно орієнтованих підходів організації неформальної освіти для здобувачів вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Насамперед розглянемо зміст поняття «неформальна освіта». Вперше його використав у 1967 році американський педагог та економіст Ф. Кумбс. У своїй праці «Світова освітня криза: системний підхід» він вперше звернувся до неформальної освіти як необхідного для суспільства виходу з освітньої кризи через проблеми із застарілими навчальними програмами та низьку здатність формальної освіти адаптуватися до глобальних змін (цит. за [9]). Оскільки основне завдання сучасної освіти полягає у новій якості, то інноваційність неформальної освіти стала інструментом розбудови традиційної системи освіти, та, що важливо, залученням здобувача освіти до самостійного

навчання і самовдосконалення впродовж всього життя.

Зазначимо, що шведський вчений Г. Блід доводить, що неформальна освіта передувала формальній. Першим документом, що підтверджує неформальне навчання, науковець називає Платонівські діалоги (близько 400 року до н.е.) (цит. за [2]). Так, стародавні греки збиралися у маленькі групи та обговорювали різні філософські теми. Нові знання народжувалися у просторі обміну думками та поглядів, які взаємодоповнювалися та перевірялися. При цьому проблема аналізувалася в атмосфері рівності, поваги та довіри. Це заклало основу розуміння навчання як цілеспрямованого діалогічного процесу, в якому «лідер» є провідником певних ідей, організатором взаємодії й діалогу учасників.

Аналіз вітчизняних освітніх практик свідчить, що на початку ХХ століття елементи неформального навчання використовувалися й у Київському національному університеті імені Тараса Шевченка, тоді – Університеті Святого Володимира. Н. Сейко провела аналіз сторінок журналу «Університетські вісті», який показав, що крім формальних форм навчання, використовувалися й такі, що не регламентувалися університетським статутом, а саме: відрадженьня студентів закладу за кордон із науковою чи освітньою метою; просвітницька діяльність наукових товариств університету; участь студентів у конкурсах. Все це спонукало до неформальних способів здобуття знань студентами університету [10]. Тож неформальна освіта має історичну тяглість використання у вітчизняній педагогічній практиці.

Розуміння розмежування формальної та неформальної форм освіти було досягнуто в 70-х роках ХХ ст., коли була визначена класифікація трьох видів освіти: формальної, неформальної та інформальної. Дефініція «неформальної освіти» нормативно закріплена у Законі України «Про освіту» та означає, що «це освіта, яка здобувається, як правило, за освітніми програмами та не передбачає присудження визнаних державою освітніх кваліфікацій за рівнями освіти, але може завершуватися присвоєнням професійних та/або присудженням часткових освітніх кваліфікацій» [11]. Результати навчання, здобуті шляхом неформальної та/або інформальної освіти, визнаються в системі формальної освіти закладу освіти в порядку, визначеному законодавством (наказ МОН України від 08 лютого 2022 року № 130), та регулюються внутрішніми документами. Таким чином, неформальна освіта стає атрибутом формальної.

Розвиток сьогодні неформальної освіти є вагомим та закономірним чинником розбудови демократичних процесів в освіті. Її актуальність відображено в нормативних документах міжнародних організацій ЮНЕСКО, Європейського Союзу, Міжнародної організації праці. Термін «неформальна освіта» (non formal education) використовується для характеристики освітнього процесу, організованого поза межами традиційної освітньої системи й призначений для задоволення освітніх потреб. У Меморандумі неперервної освіти Європейського Союзу підкреслюється, що неформальна освіта є рівноправною складовою освітнього процесу впродовж всього життя [12].

Г. П. Шевченко трактує неформальну освіту «як послідовний етап формальної» [4, с. 584]. В. Андрущенко наголошує на таких характерних ознаках неформальної освіти як: самоорганізованість, систематичність, доповнюваність знань, здобутих на попередніх етапах навчання [9]. Можна також констатувати, що на відміну від формальної освіти, яка за сутнісним призначенням передбачає об'єкт-суб'єктні відносини, неформальна освіта здебільшого ґрунтується на рівні суб'єкт-суб'єктних.

Неформальна освіта – це різноманітні, гнучкі за організацією і формами освітні системи, орієнтовані на конкретні потреби та інтереси тих, хто навчається. У відповідності з класифікацією ЮНЕСКО до неформальної освіти належать навчальні програми, курси, семінари, гуртки, лекторії, що організуються і проводяться поза традиційною системою освіти. При цьому відсутні єдині певною мірою стандартизовані вимоги щодо організації та результатів навчання. У неформальній освіті, як правило, відсутнє таке поняття як «навчальний рік». Тривалість навчання може бути від кількох годин/тижнів до кількох місяців. Як показує практика, – переважають саме короткострокові освітні курси. Такий процес здобуття освіти не регламентований місцем, терміном і формою навчання. Все це робить її мобільною та гнучкою формою.

Важливою перевагою неформальної освіти є те, що безпосередньо самі здобувачі освіти ініціюється участь у ній та виключно на принципі добровільності. Освітні програми більшою мірою орієнтовані на результат, ніж на процес, в основному зосереджені на пошуку практичного досвіду.

Отже, неформальною освітою, по-перше, є форма навчання, яка відбувається за межами формальної інституції освіти. По-друге, весь про-

цес навчання на програмах неформальної освіти збудований довкола власного бажання індивідів, а не на підґрунті обов'язковості. Тобто, у центрі будь-якої програми неформальної освіти є індивід, що і приваблює здобувачів освіти. По-третє, ознаками неформальної освіти є структурованість, організованість та цілеспрямованість. Щодо форм неформальної освіти, вони можуть бути різними, проте усі побудовані за принципами «навчання з урахуванням поточних потреб», «зв'язку з життям», «гнучких програм, вибору змісту, форм, методів, терміну навчання», що загалом суттєво відрізняє її від формальної освіти. Отже, неформальна освіта може як доповнювати, збагачувати формальну освіту, так і виступати відокремленим освітнім напрямом складової освіти впродовж життя.

Одним із головних принципів неформальної освіти є вміння навчитися вчитися, що означає отримувати навички роботи з інформацією, вміти аналізувати власний досвід і розуміти індивідуальні освітні цілі. Це дає можливість визначити неформальну освіту як освіту, яку людина програмує й здобуває для себе відповідно до власно ідентифікованих інтересів та потреб.

Неформальна освіта виконує комплекс освітніх завдань. До них належать такі: пізнавальні (стимулювання і розвиток пізнавальних інтересів та світогляду), навчальні (гнучке доповнення освітніх програм відповідно до потреб студентів), компенсаторні (ліквідація прогалин базової освіти); професійні (підготовка до професійної діяльності), інноваційні (використання новітніх освітніх технологій), валеологічні (створення сприятливих комфортних умов навчання).

Разом із цим засадничими завданнями також є й особистісні. Адже лише всебічний спектр аспектів навчання забезпечує цілісність здобуття знань. Питання про психологічний зміст особистісних завдань неформальної освіти на сьогодні є відкритим. Тож важливо проаналізувати психологічний зміст неформальної освіти. Вивчення зворотного зв'язку дозволить осмислити сильні та слабкі місця неформальної освіти в освітньому процесі, окреслити шляхи ефективного впровадження. При цьому важливо відстежити базові конструкти суб'єктної позиції здобувача в освітньому просторі під час проходження неформального навчання.

З метою вивчення ставлення здобувачів до неформальної освіти була проведено опитування, яке проводилось із використанням програмного забезпечення Google forms. У ньому взяло участь

25 здобувачів вищої освіти, які проходили курси неформальної освіти паралельно з вивченням відповідної навчальної дисципліни. Опитування виявило певні тенденції неформальної освіти.

Зауважимо, що бажання пройти курси неформальної освіти як додатковий спосіб підвищення якості освіти виявив кожен третій здобувач. Тож проходження додаткових курсів ще не стало домінуючою освітньою практикою. Однак всі здобувачі завершили курси успішно та отримали сертифікати. Як бачимо, вмотивованість та усвідомлений вибір є вагомою перевагою неформальної освіти.

Результати опитування здобувачів вищої освіти, які пройшли онлайн курси, зафіксували позитивне ставлення до неформальної форми освіти та високу оцінку їхньої ефективності. Так, більшість відповідей респондентів/-ок свідчать про те, що вони дуже задоволені пройденими курсами (95%) та частково задоволені (5%), тобто, їм до вподоби новий досвід та форма навчання. Таких, кому така форма навчання не сподобалася – не має. При цьому оцінка респондентами/ками ефективності курсів має такий вигляд: високий рівень зазначено у 54,4% відповідях респондентів/-ок, достатній – у 27,3%, середній – у 27,3%. Тож більшість відгуків вказує на позитивну практику застосування неформальної освіти серед здобувачів вищої освіти.

Мотивами проходження онлайн курсів студентами є (у порядку спадання): прагнення здобути нову та актуальну інформацію, прагнення підвищити професійні компетентності, здобуття додаткових балів при оцінюванні дисципліни, прагнення до саморозвитку та розвитку ключових компетенцій. Отже, насамперед, значимими для студентів є пізнавальні мотиви та підготовка до професійної діяльності. При цьому спонукою до проходження таких курсів стали як пропозиція викладача, так і власне бажання. Тобто, при такій формі навчання гармонійно поєднуються як внутрішні, так і зовнішні навчальні мотиви.

Перевагами неформальної освіти визначено (у порядку спадання): актуальність тем курсів, цікава подача матеріалу лекторами, комфортні умови для самоорганізації, доступність та добровільність. Для більшості опитаних неформальна освіта асоціюється з анонімністю, правом на помилку та можливістю самостійно планувати свій час. Також здобувачам подобається висока конфіденційність оцінювання проходження курсу. Все це позбавляє здобувачів стресового чинника, та дозволяє максимально концентруватися на навчальному матеріалі.

На пропозицію «Оцініть за 5-ти бальною системою наскільки ви погоджуєтеся з думкою, що неформальна освіта враховує потенціал окремої особистості у більшій мірі, ніж формальна», 64,7% здобувачів освіти відповіли, що повністю погоджуються з такою думкою. Тоді як 27,3% – частково. Тож здобувачі освіти бачать у неформальній освіті можливості для саморозвитку.

При цьому 81,8% опитаних вважає, що неформальна освіта у перспективі буде існувати паралельно з формальною, а 18,2% взагалі переконані, що у майбутньому неформальна освіта стане популярнішою за формальну. Як бачимо, оцінка перспектив розвитку формального навчання серед здобувачів вищої освіти досить оптимістична.

Отже, неформальна освіта для здобувачів вищої освіти – це додаткові можливості: для здобуття нових знань і практичного досвіду; для саморозвитку і самоосвіти; для пошуку мотивації і натхнення. Також неформальна освіта позбавлена традиційних ієрархічних відносин, що на думку респондентів/-ок, стимулює до більшого залучення у процес навчання.

На запитання «Які напрямки неформальної освіти вас цікавлять найбільше?» респонденти відповіли, що насамперед, зацікавлені у проходженні курсів із професійної підготовки. На другому місці серед затребуваних курсів – освітні, на третьому – з вивчення англійської мови, на четвертому – з питань саморозвитку та психологічної компетентності.

Серед слабких сторін курсів було визначено (у порядку спадання): потреба у високому рівні самоорганізації (регулярність та системність виконання завдань); відсутність живого зворотного зв'язку та брак емоційності, страх отримати інформацію сумнівного змісту. Отже, проходження курсів вимагає від здобувача цілеспрямованості та дисциплінованості, високого рівня самоорганізації, що говорить про потребу у сформованому високому рівні навчальної мотивації.

Проаналізувавши результати опитування та думки здобувачів щодо проходження онлайн-курсів, можемо зробити певні узагальнення. По-перше, психологічними аспектами неформального навчання є суб'єктність здобувача, та, відкритість новим можливостям. Навчання ініціюється самим здобувачем, він намагається здобути актуальні знання за власним бажанням та потребами. Він самостійно здійснює прогресивні кроки до підвищення й розширення освітнього траєкторії руху в результаті реалізації власних мотивів, потреб, інтересів. Суб'єктна позиція

відображає ціліспрямованість, самостійність та свободу вибору. Таким чином, неформальна освіта розширяє освітні можливостей, а, отже, й освітній простір особистості.

По-друге, якщо у формальній освіті мотивація виникає як дещо утилітарне, нав'язане ззовні утворення, то у неформальній це явище більш особистісне й усвідомлене. Освіта виступає як засіб реалізації певних домінантних цілей особистості. Суб'єктна позиції здобувача включає систему ціннісно-сміслових ставлень як до процесу навчання, так і ставлення до себе як до керманича своєї освітньої траєкторії, що спрямовано на саморозвиток та самоактуалізацію. Ю. Швалб трактує таку ситуацію як перехід до особисто центрованої парадигми – нового ставлення особистості до можливостей власного розвитку та самовдосконалення впродовж усього життя [13]. Процес неформальної освіти допомагає розвивати внутрішню мотивацію. Роль зовнішніх чинників полягає у забезпеченні можливості рухатися власними мотиваційними сходами.

Основними мотивами здобувати знання через неформальну освіту є прагнення психологічного комфорту, ситуації, де визнається право на помилку. Такий досвід формує запит студентства до самоосвіти.

Як бачимо, відмінності між формальною та неформальною формами освіти полягають у психологічному сприйнятті освіти як діяльності. Формальна освіта має обов'язковий характер. Коли ж людина індивідуально керує організацією своєї освіти, то вона тим самим залучається до неформальної освіти, формує власну освітню траєкторію згідно з особистісними запитами. При цьому вона може розраховувати лише на себе. У фокусі неформальної освіти перебувають: особистісна компетентність (здатність будувати власну модель навчання) та суб'єктна активність.

Можна виділити чотири групи психологічних детермінант особистісно орієнтованого підходу неформальної освіти: 1) когнітивну – сформованість мисленневих структур; 2) операційно-діяльнісну – сформованість конкретних навчальних дій, рівня самоконтролю і вольових зусиль для досягнення результату; 3) рефлексивну – самоаналіз власних успіхів та проблем; 4) ціннісно-сміслову – сформованість громадянських цінностей, норм і правил демократичного суспільства.

**Висновки.** Таким чином, досвід неформальної освіти здобувачами вищої освіти досліджено як позитивний. Він дозволяє набувати нові актуальні знання та компетенції, збагатити освітній процес новими можливостями. Встановлено, що неформальна освіта, не конкурує з формальною, а слугує її доповненням. Відбувається зміна орієнтації з подачі інформації на формування здатності особистості до самоосвіти. Особистісно орієнтований підхід організації неформальної освіти здобувачів вищої освіти ґрунтується на когнітивній, операційно-діяльнісній, рефлексивній та ціннісно-смісловій складових. При цьому системоутворюючим та об'єднуючим елементом є саме ціннісно-смісловий. Він проходить наскрізною лінією через увесь процес неформальної освіти та забезпечує особистісне, компетентнісне, суб'єктне та розвиваюче навчання. У такий спосіб забезпечується більш гнучкий підхід до освітнього процесу, надається активна роль тому, хто навчається. Неформальна освіта – це одна з форм освіти, завдяки якій людина може з гідністю сприймати світ, що швидко змінюється. При цьому, що цінно, між внутрішніми та зовнішніми мотивами встановився тісний взаємозв'язок. Освіта стає особистісною цінністю, зосереджується на питаннях розвитку та саморозвитку.

#### Список літератури:

1. Аніщенко О. В., Лук'янової Л. Б., Прийма С. М. Неформальна освіта дорослих – освітній тренд XXI століття. *Рідна школа*. 2017. № 11-12. С. 3–8. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh\\_2017\\_11-12\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh_2017_11-12_3) (дата звернення: 04.08.2024).
2. Ничкало Н. Г. Неперервна професійна освіта як світова тенденція. *Професійна освіта в зарубіжних країнах: порівняльний аналіз*. Черкаси: Вибір, 2000. 322 с.
3. Богданов С. С. Неформальна освіта як феномен сучасності. *Теорія і методика професійної освіти*. Випуск 66. 2023. С. 99–101.
4. Шевченко Г. П. Неформальна освіта. *Енциклопедія освіти* / Акад. пед. наук України; головний ред. В.Г. Кремень. К.: Юрінком Інтер, 2008. С.
5. Бахрушин В. Неформальна та інформальна освіта: навіщо вони нам потрібні? URL: <http://education-ua.org/ua/articles/872-neformalna-ta-informalna-osvita-navishcho-voni-nam-potribni> (дата звернення: 06.08.2024).

6. Пекар І. Роль неформальної освіти у сучасному суспільстві. URL: <https://iqholding.com.ua/articles/rol-neformalno%D1%97-osv%D1%96ti-u-suchasnomu-susp%D1%96lstv%D1%96> (дата звернення: 06.08.2024).
7. Савельєв Є. Неформальна освіта як інструмент розвитку додаткових можливостей молоді. *Вчені записки Університету «КРОК»*. Вип. 1 (61), 2021. С. 228–232. URL : <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2021-61-228-232> (дата звернення: 06.08.2024).
8. Сергєєнко О. Самоосвітня діяльність студентів мистецько-педагогічних спеціальностей : монографія. Київ : Видавництво Ліра-К, 2019. 284 с.
9. Андрущенко В. Філософія неформальної освіти: проблеми та перспективи розвитку. Київ : *Вища освіта України*, 2013. №4. С. 5–9. URL : [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vou\\_2013\\_4\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vou_2013_4_3) (дата звернення: 06.07.2024).
10. Сейко Н. Позауніверситетські форми освіти та дослідницької діяльності початку ХХ століття в Україні (за матеріалами журналу «Університетські вісті». // *Неформальна освіта: кращі практики і проекти* : журнал / [гол. ред. Н. П. Павлик, відп. ред. К. А. Марчук]. Житомир : Вид-во Житомирського держ. унту імені І. Франка, 2019. Вип. 2. С. 5–12.
11. Про освіту : Закон України № 2145-VIII від 05.09.2017 зі змінами 2024. URL : <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 08.07.2024).
12. Меморандум Європейської комісії 2000. Рекомендація 1437 (2000) Про неформальну освіту. URL: <http://www.europeans.org.ua/memorand.html> (дата звернення: 08.07.2024).
13. Швалб Ю. М. Психологічні аспекти трансформацій сучасного освітнього простору. *Педагогічна і психологічна наука в Україні*. Збірник наукових праць до 15-річчя АПН України у 5 томах. Том 3. К.: Педагогічна думка, 2007. С. 240–259.

#### **Diduk I.A. NON FORMAL EDUCATION IN THE SYSTEM OF STATE EDUCATION POLICY: PERSONALLY ORIENTED APPROACH**

*The article discusses the characteristics of non-formal education, which can complement and enrich formal education and serve as a separate educational direction within lifelong learning. It has been established that an individual program and acquires non-formal education according to their own identified interests and needs. The attitude of higher education students towards non-formal education has been studied as a personally oriented technology that allows acquiring new relevant knowledge, competencies, and opportunities: for gaining new knowledge and practical experience; for self-development and self-realization; for finding motivation and inspiration. It is stated that non-formal education is based on a subject-subject position, reflecting purposeful, independent, and freedom of choice. It has been found that non-formal education focuses on personal competence and the subjective activity of the individual. The personally oriented approach of non-formal education, firstly, expands the educational trajectory through the realization of personal motives and needs, and secondly, develops rather than copies one's model of self-education, which allows an individual to perceive a rapidly changing world with dignity. This way, a more flexible approach to the educational process is proposed, ensuring the active participation of the learner. It has been established that non-formal education is largely based on internal motivation, which harmoniously combines with external motivation. Four groups of psychological determinants of non-formal education are highlighted: cognitive; operational-activity; reflective; and value-semantic. It has been proven that the value-semantic component of non-formal education focuses on the formation of civic values, norms, and rules of a democratic society. Non-formal education is a way to organize learning with respect for the individual and consider their potential.*

**Key words:** non-formal education, democratization of education, personally oriented approach, self-education, subjectivity.

**Нестеренко М.О.**

Харківський національний педагогічний університет  
імені Г.С. Сковороди

**Гребенюк Н.С.**

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

## ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНІ СТАНИ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ПРИЙОМНОЇ СІМ'Ї

*У статті розглянуто особливості прийомної сім'ї як однієї з форм життєвлаштування дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування, етапи адаптації прийомної дитини до умов життя у новій родині, специфічні проблеми, які постають перед прийомними батьками (незнання дорослими особливостей вікового розвитку депривованих дітей; зміни у сімейних стосунках; невміння адекватно реагувати на невротичні реакції прийомної дитини; непорозуміння з власними дітьми через прийняття некровної дитини; сімейні умови виховання та настанови; мотиви, особистісні якості батьків тощо), психологічні чинники, що ускладнюють соціально-психологічну адаптацію й особистісний розвиток прийомних дітей. Значущими умовами успішної адаптації підлітків до умов прийомної родини є особистісні особливості дитини та прийомних батьків, їх мотивація та ставлення до дитини, термін перебування у новій сім'ї, конструктивна взаємодія з прийомними батьками та іншими членами нової родини.*

*В ході емпіричного дослідження особливостей особистості та психоемоційних станів у прийомних дітей підліткового віку було виявлено, що попередній психотравмуючий досвід, перебування у деприваційних умовах виховання спричиняють формування специфічних рис у депривованих підлітків. Вони, на відміну від однолітків із біологічних сімей, характеризуються більш високим рівнем особистісної та загальної тривожності, низькою самооцінкою, агресивністю, пригніченим настроєм, відчуттям самотності, незадоволеністю життям, усвідомленістю неефективності у школі та конфліктністю у взаєминах із оточуючими. З'ясовано, що більшість прийомних підлітків негативно та нейтрально ставляться до себе, що може негативно впливати на розвиток самоповаги до себе як особистості. Тривожність, низька самооцінка, розвиток депресивної симптоматики у прийомних підлітків пов'язані зі школою, досвідом життя в деприваційних умовах, характером стосунків із кровними дітьми нової родини. Натомість у підлітків із біологічних сімей – із школою, визнанням у однолітків. Вихованці з замісних родин не відчують потребу у знанні, у них відсутня цінність освіти.*

**Ключові слова:** прийомна сім'я, прийомні батьки, депривація, дитячо-батьківські стосунки, психотравмуючий досвід, підлітки.

**Постановка проблеми.** Останнім часом в Україні зростає кількість дітей, які з різних причин потребують влаштування на державне утримання у різні сімейні форми опіки та виховання, однією з яких є прийомна сім'я. Дана замісна сімейна форма піклування порівняно з іншими формами життєвлаштування дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування має суттєві переваги, оскільки найбільш наближена до біологічної сім'ї, здатна компенсувати наслідки

депривації, психотравмуючого досвіду, а також, як зазначає Г.М. Бевз, стати «відновлюючим, терапевтичним середовищем для підтримки дитини в її психічному та особистісному розвитку» [1, с. 26]. Проте для прийомної родини характерні спеціальні проблеми, які ускладнюють адаптацію та інтеграцію прийомних дітей у нову сім'ю. Відповідно зростає потреба у знаннях з питань психічного, особистісного розвитку прийомної дитини, зокрема підлітків, що актуалізує необхід-



ність наукового осмислення та практичного вирішення. Також вивчення психологічних особливостей прийомних підлітків дозволить розширити розуміння процесу їх розвитку та чинників, які на нього впливають.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У психології різні проблемні аспекти прийомної сім'ї, розвитку прийомних дітей найчастіше розглядаються в контексті депривації та психотравмуючого досвіду. Дослідники Г.М. Бевз, Я.О. Гошовський, О.Б. Кізь, М.О. Нестеренко, Дж. Боулбі, Й. Лангмейєр, З. Матейчек, Р. Шпітц і ін. визначають, що сутнісною ознакою депривації є обмеження або неможливість задовольнити життєво важливі, психічні потреби. Д.Т.Гошовська, Я.О.Гошовський вважають, що в наслідок сімейної депривації дитина втрачає довіру до близького оточення. Згодом вона обирає один із двох шляхів подолання екзистенційної проблеми: або перекладає вину на інших, обставини, або вважає винною себе у тому, що відбулося, сприймає це як покарання. Перший шлях спричиняє виникненню агресії, зловливості, другий – почуття провини, заниженої самооцінки [2]. У даних роботах лише частково розкривається специфіка процесів психічного й особистісного розвитку прийомної дитини в замісній родині, оскільки вони мають дещо інший предмет дослідження.

Вивчення досвіду організації системи замісного догляду дозволило А.А. Ярошенко диференціювати прийомні сім'ї за критерієм успішності прийомних батьків. Успішність прийомних батьків виявляється через об'єктивні досягнення дітей, їх сприятливе самопочуття, міцні дитячобатьківські стосунки та насамперед залежить від узгодженості соціальних і особистісних мотивів стосовно ухвалення рішення стати прийомними батьками. Серед них: створення родини, прагнення реалізувати себе в ролі батьків, мати родину; допомога дитині; компенсація наслідків власної дитячої психотравми. У неуспішних прийомних батьків домінують мотиви: зосередженість на власному добробуті, отриманні матеріальної вигоди, страх самотності, прагнення подолати помилки виховання або справити добре враження на оточуючих [12, с. 164–165].

Більш повно питання нормативного розвитку, формування самосвідомості, набуття ідентичності, психоемоційних станів прийомних дітей представлено у роботах Т.В. Демірджі, Ю.М. Лисиця, А.М. Лук'яненко, Т.В. Приходько, В. Синявська, С.Б. Сафонова, А.І. Слабковська,

Я.Ф. Товстоп'ят, А.А. Ярещенко та ін. [3–5; 7; 8; 10; 11].

Автори С.Б. Сафонова, В. Синявська, А.І. Слабковська акцентують увагу на психологічній готовності депривованої дитини до інтеграції в прийомну родину та періодизації входження в нове сімейне середовище. Процес входження прийомної дитини в нову родину складається з декілька етапів: адаптація до дитини прийомної родини; індивідуалізація нового члена родини; інтеграція дитини-сироти в нову сім'ю [10, с. 218]. У результаті прийомна дитина стає частиною сімейної системи, що свідчить про її адаптацію, або дезадаптацію. Ускладнює даний процес криза, яку переживає прийомна дитина, що виявляється у її несвідомому опорі вимогам нової родини. Це вимагає підготовки до життя в прийомній сім'ї.

Українська дослідниця С.Б. Сафонова вказує, що більшість дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування молодшого шкільного та підліткового віку позитивно налаштовані до життя в прийомній родині, бажають жити в ній. Проте значна кількість підлітків прагнуть до самостійного життя, до свободи, повернутися в біологічну сім'ю, що може негативно впливати на процес адаптації до нової родини [8, с. 36–37].

До ризиків соціалізації дитини в прийомній сім'ї В. Синявська відносить емоційні, психологічні, педагогічні труднощі. Емоційні труднощі прийомної дитини пов'язані з переживанням радості й тривоги одночасно під час входження в нову родину. Психологічні проблеми викликаються несумісністю темпераментів, рис характеру, відставанням у когнітивному розвитку, вузькістю кругозору і знань про навколишній світ. Педагогічні труднощі визначаються незнанням батьків-вихователів особливостей вікового розвитку депривованих дітей, невмінням адекватно реагувати на невротичні реакції прийомної дитини, особливостями сімейних умов виховання та настанов [9, с. 157]. Інші дослідники виділяють такі труднощі входження прийомної дитини у нову родину як проблемність стосунків між дитиною-сиротою та біологічними братами та сестрами, конкурентність взаємин між ними [6, с. 327]. Т.В. Приходько, Л.Ф. Товстоп'ят звертають увагу «на проблеми, пов'язані з набутих підлітком негативним досвідом, вадами психічного і фізичного розвитку, що зумовлені депривуючими умовами виховання» [7, с. 98].

Т.В. Демірджі розділяє несприятливі впливи на розвиток особистості, становлення ідентичності прийомної дитини на: зовнішні (ізоляція,

депривація, відмова батьків від дитини, сирітство, різні види насилля, нехтування потребами дітей тощо); внутрішньо-обумовлені (прихильність та її порушення, психічні травми, втрати та переживання горя, депривація, дисоціалізація, неприродна сепарація, вади інтелекту, відхилення у фізичному, психічному та соціальному розвитку). Авторка наголошує на тому, що у прийомній дитині при входженні в замісну сім'ю відбувається перехід від однієї сімейної системи до іншої, від одних цінностей і моделей поведінки до інших. Дані системи часто відрізняються цінностями, стабільністю, можливістю задовольнити потреби дитини. Тому для розвитку позитивної ідентичності у прийомній дитини батькам необхідно транслювати позитивний образ, приймати її, усвідомити особливості розвитку дитини-сироти у нормальних і депривованих умовах. Якщо цього не відбувається, то прийомний підліток не може прийняти роль біологічної дитини, гальмується формування ідентичності, що виявляється у тривожному сприйнятті свого статусу у новій родині, відчуттям відчуженості [3, с. 42–43].

М.О. Нестеренко, Н.С. Гребенюк наголошують на тому, що особистісний розвиток прийомних дітей, зокрема підліткового віку безпосередньо залежить від таких адаптаційних механізмів прийомної сім'ї як ставлення батьків до прийомної дитини, прагнення допомогти їй, стати для неї близькими людьми, сімейні умови та система виховання, взаємини між дітьми родини, сімейні традиції [6, с. 328].

Негативний досвід пережитої травми досить тривало зберігається в психіці дитини та спричиняє виникнення проявів страху, тривожності, образи, почуття безпомічності, симптомів посттравматичного розладу. Дані наслідки пережитих травм можуть раптово актуалізуватися при певних обставинах, навіть коли депривована дитина знаходиться в нових, сприятливих умовах прийомної сім'ї [4; 5; 11].

У деяких дослідженнях відмічається, що для дітей, які були влаштовані в прийомні родини в підлітковому віці, «характерними є специфічні риси особистості: злість, агресія, хитрість, настороженість, недовіра по відношенню до інших людей на відміну від підлітків, які з народження виховувалися в батьківській родині та їхні потреби у любові, прийнятті були задоволені у повному обсязі» [6, с. 328]. Останні схильні домінувати у взаємостосунках з іншими людьми.

Прийомний підліток приносить у нову сім'ю проблеми самооцінки, поведінки, когнітивних

моделей сприйняття себе і оточуючих, що ускладнює його інтеграцію в нове сімейне середовище.

Незважаючи на значну кількість наукових праць простежується недостатність наукових досліджень психологічних особливостей, психоемоційних станів підлітків із прийомних сімей.

**Метою статті є** визначення особливостей особистості, системи ставлень і психоемоційних станів у прийомних підлітків.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження було присвячено визначенню особливостей тривожності, самооцінки, ставлень до себе, інших людей і прояву депресивної симптоматики у прийомних підлітків і підлітків із біологічних родин. У дослідженні взяли участь 50 осіб підліткового віку: 25 депривованих підлітків, що виховуються у прийомних сім'ях та 25 підлітків із соціально сприятливих родин загальноосвітніх шкільних закладів м. Лозова та с. Бунакове Лозівської міської ради. Загальний термін перебування підлітків-сиріт і підлітків, позбавлених батьківського піклування у прийомній родині до 1,5 роки.

Для вивчення особистісних якостей, системи ставлень і психоемоційних станів у підлітків були використані опитувальник Ч. Спілбергера Ю. Ханіна, Шкала тривожності Дж. Тейлора, методика дослідження самооцінки Т. Дембо С. Рубінштейн, Шкала дитячої депресії М. Ковач, тест «Незакінчені речення» Л. Сакса і В. Леві, методи математичної статистики (кореляційний аналіз за методом Пірсона, t-критерій Стьюдента).

Нами було виявлено статистично значущі розрізнення в рівнях самооцінки, загальної й особистісної тривожності у підлітків-вихованців прийомних сімей і підлітків із соціально сприятливих сімей. У підлітків-вихованців рівень особистісної і загальної тривожності вищий, ніж у їх однолітків. Низький рівень тривожності більш властивий підліткам із соціально сприятливих родин. Тобто прийомні підлітки у порівнянні з їхніми однолітками з біологічних сімей є більш нерішучими, чутливими до впливів середовища, залежні від думки більшості, пасивними. У них може підвищувати тривожність страх не відповідати очікуванням батьків, повернення їх в сирітський заклад. Таке стійке високе вираження тривожності часто призводить до невротизації. Не було виявлено розрізень у прояву ситуативної тривожності у підлітків обох груп.

Встановлено, що у прийомних дітей на відміну від підлітків із біологічних родин нижчий рівень самооцінки (54,96 та відповідно 68,88;  $p \leq 0,05$ ), що ми пов'язуємо з негативними наслідками перебу-

Таблиця 1

**Усереднені показники проявів самооцінки, тривожності у прийомних підлітків і підлітків із біологічних сімей**

Показники за методиками	ПП	ПС	t-критерій Стьюдента
Особистісна тривожність	46,84+11,50	38,96+20,89	2,24*
Ситуативна тривожність	51,96+10,66	49,06+14,98	1,9
Тривожність	25,23+14,81	54,96+3,66	2,33*
Самооцінка	54,96+18,39	68,88+21,98	2,61*

Примітки: розрізнення на рівні  $p \leq 0,05$ .

вання у деприваційних умовах, попереднім травмуючим досвідом. Чинниками можуть виступати й стиль виховання прийомних батьків, їх ставлення до дитини, негативні стосунки з кровними дітьми. Заниження самооцінки призводить до негативного ставлення до себе та недовіри до оточення, недооцінку своїх можливостей, відкидання досвіду, що значено ускладнює адаптації підлітка до нової родини. Проте виховні впливи, сприятливі, теплі умови життя у прийомній родині мають позитивне значення для формування особистості, у тому числі й самооцінки прийомних підлітків.

Оскільки в останні роки дослідники все більше звертають увагу на поширення депресивних станів серед підлітків, їх вплив на психологічне здоров'я та особливості розвитку дітей даного вікового періоду, ми вирішили дослідити наявність проявів депресії у підлітків із прийомних сімей для визначення чинників ризику особистісного розвитку [4].

Порівняльний аналіз дослідження депресивних проявів у прийомних підлітків і підлітків із соціально сприятливих сімей показав, що у 48% підлітків-вихованців прийомної родини яскраво виражені симптоми та у 28% осіб підвищена симптоматика депресії. У підлітків, які виховуються в біологічних родинях рівень депресії знаходиться в межах норми ( $49,24 \pm 7,03$ ; 52% осіб від загальної кількості). Отже, прийомні підлітки відрізняються від підлітків із соціально сприятливих

сімей вищим рівнем проявів депресії, емоційного неблагополуччя.

Майже половина прийомних підлітків відмічають загальне зниження настрою, постійне очікування неприємностей, наявність суїцидальних думок. Вони агресивні, вважають себе неуспішними, не спроможними досягати успіхів у навчальній діяльності, самотніми, виснаженими. Прийомні підлітки значно нижче, ніж підлітки з біологічних родин оцінюють свою здатність успішно діяти в конкретних ситуаціях і в меншій мірі виявляють здатність до переживання радощів, задоволеність життям.

У підлітків із біологічних сімей показники вираженості депресивної симптоматики значно нижче. У них домінує неблагополуччя у міжособистісних стосунках, у ситуаціях, пов'язаних із школою.

Емоційне самопочуття підлітків пов'язане з системою ставлень до себе, інших людей, навколишнього світу. У прийомних підлітків позитивне ставлення пов'язане з родиною, матір'ю, нейтральне – з собою, а негативне – зі школою, собою, однолітками та батьком. Вони відрізняються від однолітків із біологічних сімей більш негативним ставленням до себе, що може негативно позначатися на розвитку самоповаги, прийняття себе як особистості. У підлітків із біологічних сімей позитивне ставлення пов'язано з родиною, матір'ю, батьком, з бажаннями й інтересами, одноліт-

Таблиця 2

**Усереднені показники проявів депресивних станів у підлітків у залежності від соціальних умов виховання**

Т-показник CDI	ПП		ПС		t-критерій Стьюдента
	Сеп.	SD	Сеп.	SD	
CDI загальний	55,94	5,32	49,24	7,03	2,63*
Негативний настрій	58,43	6,33	49,57	4,97	3,24**
Міжособистісні проблеми	52,68	8,64	53,7	6,75	1,93
Неефективність у школі	56,13	9,63	48,42	5,24	2,61*
Ангедонія	57,54	5,97	43,43	6,07	3,07**
Негативна самооцінка	56,14	8,18	47,38	7,44	2,15*

Примітки: \*розрізнення на рівні  $p \leq 0,05$ ; \*\* – на рівні  $p \leq 0,01$ .

ками. У них кількість позитивних ставлень значно більше. Лише позитивне ставлення до матері у підлітків обох груп подібне, що може свідчити й про ідеалізацію образу матері.

У ході проведеного кореляційного аналізу були виявлені наступні взаємозв'язки: між висотою самооцінки та особистісної тривожності для прийомних підлітків і підлітків із сприятливих сімей існує обернений кореляційний зв'язок ( $r=-0,393$  і  $r=-0,435$ ), тобто чим вища самооцінка, тим нижча тривожність. З підвищенням самооцінки знижується рівень особистісної тривожності. Водночас підвищена тривожність призводить до формування заниженою самооцінки як компоненту самопізнання та усвідомлення своїх можливостей, свого місця в соціумі.

Не виявлений зв'язок між самооцінкою та ситуативною тривожністю у підлітків обох груп.

У підлітків обох груп відмічається позитивний зв'язок між рівнем особистісної тривожності та вираженням прояву депресивної симптоматики ( $r=0,375$  і  $r=0,412$ ). Відповідно формування тривожності як особистісної якості призводить до розвитку депресії у прийомних підлітків і підлітків із біологічних родин.

Між висотою самооцінки підлітків обох груп і рівнем вираження депресії у них виявлений обернений кореляційний зв'язок ( $r=-0,472$  і  $r=0,521$ ), тобто зниження самооцінки призводить до виникнення симптоматики депресивного розладу.

**Висновки.** Найбільш ефективною формою життєвлаштування дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування є прийомна родина. Процес входження прийомної дитини в нову родину складається з етапів: адаптація до дитини

прийомної родини; індивідуалізація нового члена родини; інтеграція дитини-сироти в нову сім'ю. Важливо підготувати дітей до прийому в нову родину, що сприятиме успішній їх адаптації.

Для дітей, які були влаштовані в прийомній родині в підлітковому віці, характерними є високий рівень загальної і особистісної тривожності, низька самооцінка, зниження настрою, відчуття неефективності у школі, негативне ставлення до себе, настороженість, ангедонія, суїцидальні думки, недовіра по відношенню до інших людей на відміну від підлітків, які з народження виховувалися в батьківській родині. Прийомні підлітки відрізняються негативним і нейтральним ставленням до себе, що може негативно впливати на розвиток самоповаги до себе, прийняття себе як особистості.

У прийомних підлітків позитивне ставлення пов'язане з родиною, матір'ю, а негативне – зі школою, собою, однолітками та батьком. У підлітків із батьківських сімей позитивне ставлення пов'язано з родиною, матір'ю, батьком, із бажаннями й інтересами, однолітками.

Виявлено, що з підвищенням тривожності особистісної і ситуаційної підвищується вираження депресивної симптоматики у підлітків обох груп; з підвищенням самооцінки покращується психологічне благополуччя у прийомних підлітків і підлітків із соціально сприятливої родини, що виражається у зниженні рівня прояву симптомів депресії.

Перспективою подальших досліджень є вивчення динаміки розвитку психологічних особливостей і адаптації прийомних дітей різних вікових періодів, у залежності від специфіки дитячо-батьківських стосунків.

#### Список літератури:

1. Бевз Г.М. Прийомна сім'я: соціально-психологічні виміри. Монографія. Київ.: Слово, 2010. 352 с.
2. Гошовська Д.Т., Гошовський Я.О. Основні типологічні параметри феноменології психічної депресії. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія Психологічна.* № 1. 2016. С. 218–228.
3. Демірджі Т.В. Аналіз психологічної діяльності з розвитку ідентичності дітей в умовах заміної сім'ї. *Освіта та розвиток обдарованої особистості.* №4(47). 2016. С. 41–45.
4. Лисиця Ю.М. Клініко-патогенетичні особливості формування і перебігу соматоформних розладів у підлітків, асоційованих з афективними станами : дис.... докт.філос. : 228. Вінниця, 2021. 185 с.
5. Лук'яненко Н.М. Гармонійне виховання дитини у прийомній сім'ї. *Актуальні проблеми психології.* Т. 1. Вип. 27. 2010. С. 131–137.
6. Нестеренко М.О., Гребенюк Н.С. Прийомна сім'я: специфіка, ризики розвитку особистості у дітей-сиріт у підлітковому віці. *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей) : збірник наукових праць за матеріалами VII Всеукраїнської наук.-практ. конф., м. Харків. 26-28 жовтня 2023 р.* Харків: Діса плюс. 2023. С. 326–329.
7. Приходько Т.В., Товстоп'ят Я.Ф. Особливості соціально-психологічної адаптації дитини-сироти до життя у прийомній сім'ї. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право: збір. наук. праць.* № 3(7). 2010. С. 96–100.

8. Сафонова С.Б. Компоненти психологічної готовності дітей-сиріт до переходу в різні форми життєвлаштування. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. Вип. 63. 2017. С. 35–38.
9. Синянова В. Соціалізація підлітків в умовах прийомної сім'ї. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. Вип. 10. 2021. С. 153–158.
10. Слабковська А.І. Періодизація входження дитини в прийомну родину (на прикладі усиновлення дітей іноземцями). *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2012. Вип. 14. С. 217–225. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp\\_2012\\_14\\_32](http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2012_14_32)
11. Ярошенко А.А. Замісна сім'я: від мотивації до успішного виховання дітей. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського*. Вип. 1 (130). 2020. С. 161–171.
12. Bowlby J. *Child Care and Growth of Love*. N.Y. : Penguin Book, 1961. 250 p.

#### **Nesterenko M.O., Hrebeniyk N.S. FEATURES OF PERSONALITY DEVELOPMENT AND PSYCHO-EMOTIONAL STATES OF ADOLESCENTS IN A FOSTER FAMILY**

*The article examines the peculiarities of the foster family as one of the forms of life arrangement of orphans and children deprived of parental care, the stages of adaptation of an adopted child to living conditions in a new family, specific problems faced by foster parents (adults' lack of knowledge of the features of the age-related development of deprived children; changes in family relationships; inability to respond adequately to the adopted child's neurotic reactions; misunderstandings with one's own children due to the adoption of a non-blood child; family upbringing conditions and guidance; motives, personal qualities of parents, etc.), psychological factors that complicate social and psychological adaptation as well as personal development of adopted children. Personal characteristics of the child and foster parents, their motivation and attitude towards the child, the length of stay in the new family, constructive interaction with the foster parents and other members of the new family are significant conditions for the successful adaptation of adolescents to the conditions of the foster family.*

*In the course of an empirical study of personality traits and psycho-emotional states of adopted children of adolescent age, it was discovered that previous psycho-traumatic experiences and living in deprived upbringing conditions cause the formation of specific traits of deprived adolescents. Unlike their peers from biological families, they are characterized by a higher level of personal and general anxiety, low self-esteem, aggressiveness, depressed mood, a feeling of loneliness, dissatisfaction with life, awareness of inefficiency at school, and conflictuality in relationships with others. It was discovered that the majority of adopted adolescents have a negative and neutral attitude towards themselves which can negatively affect the development of self-esteem as an individual. Anxiety, low self-esteem, and the development of depressive symptoms among adopted adolescents are related to school, experience of living in deprived conditions, and the nature of relationships with blood children of the new family. On the other hand, among adolescents from biological families, they are related school and acceptance among peers. Pupils from substitute families do not feel the need for knowledge. They lack the value of education.*

**Key words:** foster family, foster parents, deprivation, child-parent relationships, psychotraumatic experience, adolescents.

*Періг І.М.*

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я

*У статті піднімається проблема психологічного супроводу учасників освітнього процесу у закладах вищої освіти. Проаналізовано публікації вітчизняних і зарубіжних науковців про дослідження важливості психологічного забезпечення навчальної діяльності здобувачів вищої освіти та професіогенезу професорсько-викладацького складу. На основі аналізу психолого-педагогічних підходів було висвітлено значимість психологічної підтримки, а також визначено напрямки роботи практичного психолога з учасниками освітнього процесу в стресогенних умовах життєдіяльності.*

*Відзначено, що надання психологічної допомоги включає три ключові етапи: діагностика об'єктивного стану клієнта, психологічний вплив і психологічний супровід (виконання рекомендацій психолога). Наголошується, що головними завданнями фахівців психологічної служби у вищих навчальних закладах в цей період є розвиток емоційної компетентності, конструктивних методів вирішення складних життєвих ситуацій, формування позитивного бачення майбутнього та запобігання емоційному та професійному вигоранню. Підкреслюється, що психологічний супровід – це комплекс заходів, спрямованих на діагностику і профілактику можливих соціальних і психологічних проблем, а також надання психологічної підтримки, а також є одним з видів психологічної допомоги, який спрямований на створення сприятливих умов для ефективної адаптації до навчального середовища, взаємодії між усіма учасниками навчально-виховного процесу, пристосування до умов інтенсивного інформаційного потоку, а також покращення засвоєння знань, навичок і вмінь.*

*Розглядаючи моделі комплексного підходу до психологічної допомоги та інтегративні моделі збереження психічного здоров'я, виділено напрямки підтримки та відновлення психічного здоров'я, а саме: когнітивний, емоційний, поведінковий, ціннісно-мотиваційний та відповідні способи психологічного супроводу.*

**Ключові слова:** психологічний супровід, ментальне здоров'я, освітній процес, психологічна служба.

**Постановка проблеми.** Сьогодні українського суспільства наповнене великою кількістю стресогенних факторів, пов'язаних з війною (загроза життю, безпеці, втрата рідних та близьких, зміна місця проживання, розлука з рідними, скрутне матеріальне становище тощо). Тому особливо актуальними питаннями є турбота про ментальне здоров'я, зокрема, набуття психологічної стійкості, адаптивності та гнучкості на часто змінні та непередбачувані обставини життя. Як зазначає перша леді України Олена Зеленська, ментальне здоров'я – це найбільш глобальний виклик майбутнього [3].

Особливо важливо створити безпечний простір для учасників освітнього процесу, зокрема у закладах вищої школи, оскільки професійна

підготовка сучасного покоління вимагає використання значних когнітивних, емоційних, особистісних та духовних ресурсів як здобувачів вищої освіти, так і науково-педагогічних фахівців. Від ментального здоров'я залежить якість освітнього процесу, здатність опанувати нові сучасні знання, мотивація професійного розвитку, бажання практикувати, здійснювати безперервний науковий пошук, генерувати нові ідеї, реалізовувати цікаві проекти, відчувати власну ефективність.

Саме завдяки належному психологічному супроводу як комплексу та системи заходів кваліфікованої психологічної допомоги можна запобігти надмірній психоемоційній напрузі, дезадаптаційним процесам, емоційному та професійному вигоранню, сприяти особистісному зростанню та

професійній самореалізації, розвитку резильєнтності та життєстійкості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У психологічній науці різні аспекти ментального здоров'я вивчали В. Кеннон, Г. Сельє, Г.В. Ложкін, О.С. Васильєва, Ф.Р. Філатов, Г.С. Нікіфоров, Н.М. Шустров, І.Н. Гурвіч. Такі дослідники як, Дорфман, О.В. Корнієнко, Є.Р. Калітеєвська, Ю.М. Орлов, В.П. Петренко й ін. указують на необхідність використання комплексного підходу до вивчення людини і підкреслюють значимість духовних, моральних та ціннісно-сміслових детермінант психічного здоров'я особистості.

Теоретико-методологічною основою написання даної статті є ідеї українських сучасних психологів та науковців: І.А. Власенко, Л.М. Карамушка, Т.М. Чепелева, В.В. Фурман, О.М. Рева, І.О. Канюка, О.П. Саннікова (з проблем ментального здоров'я), В.І. Лазаренко, П.В. Лушин, Т.В. Дуткевич, В.Г. Панок, В.В. Рибалка, О.В. Савицька, О.А. Деркач, А.О. Маковський, М.Ю. Литвинчук, С.С. Хоружий, Н.В. Чепелева, О.Р. Ткачишина, Л.В.Пляка, О.О. Герасимова (аспекти психологічного супроводу учасників освітнього процесу в контексті психологічної служби).

На сьогоднішній день активно впроваджується психологічне забезпечення освітнього процесу, проте воно носить епізодичний та вибірковий характер. Зокрема більша увага приділяється студентству, хоча психологічна підтримка професорсько-викладацького та допоміжного складу, керівників різних рівнів, гарантів освітніх програм вкрай необхідна [2].

**Метою даної статті** є висвітлення проблеми ментального здоров'я учасників освітнього процесу закладів вищої освіти, його збереження та підтримки та визначення шляхів психологічного супроводу сучасного студентства та професорсько-викладацького складу в контексті роботи психологічної служби навчального закладу.

**Виклад основного матеріалу.** Психічне (ментальне) здоров'я є важливою частиною загального здоров'я і самопочуття. За визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, при якому людина може реалізувати власні здібності, протистояти значним життєвим стресам, продуктивно працювати і робити внесок у суспільне життя [2].

Ментально здорова людина: 1) розпізнає свої емоційні стани і може керувати ними; 2) здатна налагоджувати стосунки з іншими; 3) відкрита для навчання та розвитку; 4) самостійно приймає рішення; 5) адаптується до нових умов життя та

викликів сьогодення; 6) отримує відчуття радості та задоволення від життя.

Ознаками погіршення ментального здоров'я є: порушення сну та харчування, уникнення спілкування, апатія, втрата інтересу, відчуття безпорадності, понаднормове вживання алкоголю, куріння, відчай, нав'язливі думки, розгубленість, забудькуватість тощо.

Саме психологічний супровід є одним з видів психологічної допомоги, який спрямований на створення сприятливих умов для ефективної адаптації до навчального середовища, взаємодії між усіма учасниками навчально-виховного процесу, пристосування до умов інтенсивного інформаційного потоку, а також покращення засвоєння знань, навичок і вмінь.

Важливими ознаками психологічного супроводу є: гуманістична орієнтація спілкування, недирективна форма впливу, яка зорієнтована на розвиток і саморозвиток особистості, її самоусвідомлення та спрямована на пошук ресурсів.

Психологічний супровід студентів у вищих навчальних закладах – це комплекс заходів, спрямованих на діагностику і профілактику можливих соціальних і психологічних проблем, а також надання психологічної підтримки. Така підтримка підвищує якість освіти.

Наприклад, першокурсники на початку навчання часто переживають стрес та емоційне навантаження. Це може призводити до скарг на зниження настрою, порушення сну та апетиту, дратівливість, невпевненість у собі та тривожність, що, у свою чергу, може спричинити невротичні та депресивні стани, які негативно впливають на навчальний процес.

За таких обставин значно підвищується важливість психологічної служби у вищому навчальному закладі. Вона повинна забезпечувати психологічну підтримку освітнього процесу, відповідно до цілей і завдань навчання, а також досягати визначених результатів. Це включає створення психолого-педагогічних умов, необхідних для досягнення навчальних результатів студентами, підтримку ефективної роботи науково-педагогічних працівників, сприяння всебічному розвитку студентів, реалізації їхнього потенціалу і захисту їхнього психічного здоров'я під час освітнього процесу.

Психологічний супровід освітнього процесу в Тернопільському національному технічному університеті імені Івана Пулюя здійснюється психологічною службою університету та є суттєвим чинником успішності педагогічної діяльності

викладачів та професійної підготовки майбутніх фахівців різних професій. Психологічна допомога або підтримка учасників освітнього процесу здійснюється викладачами з психологічною освітою відповідно до Положення про психологічну службу в системі освіти України (розпорядження МОН України, 2018 р.; положення про психологічну службу ТНТУ 2024 р.).

Слід розуміти, що психологічний супровід дуже тісно пов'язаний із іншими видами допомоги в перебуванні людини в кризових станах, а саме: соціальна та психологічна реабілітація, психологічна корекція, психологічна терапія, психологічне консультування, психологічна корекція, психологічна профілактика, психологічна адаптація, психологічна підтримка.

Надання психологічної допомоги складається з трьох основних етапів: діагностики об'єктивного стану клієнта, психологічного впливу та психологічного супроводу (дотримання рекомендацій психолога). Важливо відзначити, що виникнення і переживання стресів, страхів і панічних настроїв у учасників освітнього процесу залежать більше від суб'єктивних психологічних особливостей особистості та її оцінки стресової ситуації, ніж від об'єктивних чинників. Будь-яка несподіванка, яка порушує звичний перебіг діяльності, може спричинити стрес і емоційне вигорання, впливаючи на педагогічну та навчальну діяльність і стан здоров'я. Тому важливим завданням психологічної допомоги в умовах пандемії є формування емоційної компетентності у учасників освітнього процесу закладів вищої освіти.

Як зазначає Лазаренко В.І., головним принципом психологічного супроводу виступає визнання права суб'єкта самому приймати рішення щодо шляхів свого професійного становлення та нести відповідальність за їх наслідки. Тобто формування і підтримання суб'єктності є пріоритетним принципом психологічного супроводу у закладах вищої освіти під час фахової підготовки молоді [4, с. 73].

Як зауважує Предко В.В. у педагогічній практиці відзначається необхідність посилення процесу психологізації освітнього процесу. В організаційному плані в умовах закладу освіти це вимагає спільного планування, координації та реалізації системи психолого-педагогічної взаємодії психолога і педагогів протягом навчального року. Елементом цієї системи можуть бути семінари-практикуми, вебінари, тренінги особистісного зростання для педагогів, в тому числі і з розвитку емоційної саморегуляції як складової

емоційної компетентності. Практична складова взаємодії психолога та педагогів передбачає системну психоедукацію з оволодіння ними психологічними техніками емоційної саморегуляції та попередження професійного вигорання, які допоможуть викладачу самому бути в ресурсному стані [7, с. 55].

Розглядаючи моделі комплексного підходу до психологічної допомоги та інтегративні моделі збереження психічного здоров'я, колективом науковців Власенко І.А., Фурман В.В., Рева О.М., Канюка І.О. було виділено такі напрямки підтримки та відновлення психічного здоров'я: когнітивний, емоційний, поведінковий, ціннісно-мотиваційний [1] (див. рис. 1).

Когнітивний компонент збереження психічного здоров'я студентів включає проведення психоедукаційних зустрічей для підвищення обізнаності про важливість рівної турботи як про фізичне, так і про психічне здоров'я. Ці зустрічі супроводжуються наочними матеріалами у вигляді відео, фотографій та ілюстрацій, що демонструють зв'язок між роботою нервової системи та поведінкою. Важливо також інформувати про доступні інформаційні ресурси, літературу та психологічні платформи для підтримки. Когнітивний компонент передбачає розвиток рефлексивних здібностей особистості та оцінку загроз для життя і безпеки.

Рефлексивність розглядається як здатність індивіда спрямовувати свою пізнавальну діяльність на себе, досліджуючи власні особливості для активізації процесів саморозвитку, самоконструювання та самоактуалізації. Це один із аспектів рефлексії, що дозволяє усвідомлювати об'єктивну та суб'єктивну реальність і супроводжується розумовими діями.

Емоційна складова психологічної програми включає розвиток навичок самоаналізу власних почуттів, уміння розпізнавати, ідентифікувати

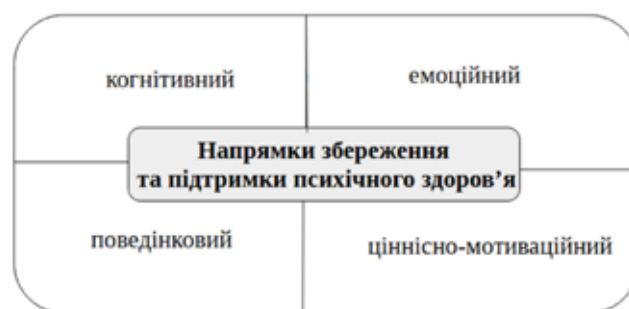


Рис. 1. Напрямки збереження та підтримки психічного здоров'я



та приймати емоції, а також застосування методів їх вивільнення та контролю психоемоційних станів. Інтегративна програма повинна включати практику м'язової релаксації, заземлення, аутогенного тренування та вивільнення емоцій через арт-терапевтичні техніки тощо. Цей компонент програми спрямований на розвиток емоційного інтелекту як інтегративної особистісної властивості, що обумовлюється динамічною єдністю афекту та інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, конативних, мотиваційних особливостей. Він сприяє розумінню власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, і сприяє самопізнанню та самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду (Гоулмен, 2009).

Поведінковий аспект психологічної підтримки та збереження психічного здоров'я спрямований на формування адаптивних ресурсів для подолання стресових факторів і подій, розвиток особистісної активності, стійкості до стресу, гнучкості, соціальної компетентності тощо. Поведінковий компонент психічного здоров'я відображає, як людина адаптується до різних життєвих факторів, включаючи стресові, через зміну своєї поведінки. Він характеризується усвідомленням необхідності змін у взаєминах із середовищем. Показниками цього компонента є здатність адаптуватися, тобто узгоджувати вимоги соціального середовища з особистими тенденціями; реалістична оцінка себе і оточуючої дійсності, активність, гнучкість, соціальна компетентність та високий рівень стійкості до стресу.

Ціннісно-мотиваційна складова психічного здоров'я студентської молоді забезпечує наявність смисложиттєвих орієнтирів, які включають цілісне бачення світу, своє місце в ньому, встановлення значущих цілей та планування життєвої перспективи. Ціннісно-мотиваційний аспект психологічного здоров'я студентів включає показники смисложиттєвих орієнтацій, такі як усвідомлення власного життя, наявність важливих цілей, здатність досягати цих цілей, а також рівень психоемоційної напруги, пов'язаної з реалізацією основних мотивів студентів.

Тому, ми вважаємо за необхідне реалізовувати інтегративну програму збереження і розвитку ментального здоров'я здобувачів вищої освіти, організовувати психоедукаційні зустрічі зі студентами

та іншими учасниками освітнього процесу задля інформування про особливості забезпечення психічного здоров'я, застосування методів та технік психічної саморегуляції, здійснення психологічної самопомоги в екстрених випадках.

Основними принципами профілактичного компоненту інтегративної програми збереження та розвитку психологічного здоров'я студентів є просвітництво та психоедукація. Психоедукація полягає в поясненні та передачі інформації про психічне здоров'я, психологічні проблеми та їх вплив на особистість.

Основні напрями та рекомендації щодо реалізації психолого-педагогічного супроводу в закладах вищої освіти наступні: 1) доцільно впроваджувати навчальні курси, спрямовані на поглиблення самопізнання, розширення самосвідомості, розвиток індивідуальності студентів; 2) поширювати ідеї про екопсихологічні принципи життя і спільної діяльності серед молоді; 2) проводити комплексні заходи з метою розвитку психологічної культури студентської молоді; 3) сприяти діалогізації навчального процесу; 4) заохочувати міжособистісну комунікацію між студентами, студентами і викладачами, студентами і громадою; 5) розвивати інститут наставництва, що сприятиме самовизначенню і формуванню власних цілей, мети в житті студентами, 6) систематично проводити заходи для зміцнення психологічного здоров'я викладачів ЗВО, відновлення балансу робота – особисте життя; 7) оптимізувати студентське самоврядування і волонтерську діяльність студентської молоді [1, с. 22–40].

**Висновки із цього дослідження і далі перспективи в цьому напрямку.** Ментальне здоров'я виступає обов'язковою умовою повноцінного функціонування суспільства, розвитку кожної особистості, досягнення нею успіху в професійній діяльності та навчанні, здатності протистояти негативним впливам тощо. Реалізація психологічного супроводу та комплексної програми збереження і підтримки психічного здоров'я у вищих закладах освіти в контексті психологічної служби має носити комплексний та систематичний характер, передбачає когнітивний, емоційний, поведінковий та ціннісно-мотиваційні рівні та спрямована на забезпечення розвитку життєстійкості, формування адаптаційних навичок, застосування методів самовладання та сприяє формуванню психологічної культури українського студентства та освітян.

**Список літератури:**

1. Власенко І.А., Фурман В.В., Рева О.М., Канюка І.О. Психологічне здоров'я студентської молоді. Вінниця: ТВОРИ, 2022. 224 с.
2. Дуткевич Т.В., Савицька О.В. Психологічний супровід професійної діяльності викладача вищої школи (з досвіду роботи соціально-психологічної служби університету). *Проблеми сучасної психології*, 2011. Випуск 11. С. 381–392.
3. Зеленська О. Ментальне здоров'я – один із найбільших глобальних викликів майбутнього. URL: <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenskamentalne-zdorovya-odin-iz-najbilshih-globalni-85665> (дата звернення 20.09.2023).
4. Лазаренко В.І. Психологічний супровід особистісного та професійного зростання майбутніх фахівців під час навчання в університеті. *Актуальні проблеми напрямків психологічної роботи в закладах вищої освіти* / Матеріали Всеукраїнського круглого столу Дніпро: ВВПЗ «ДГУ», 2021. С. 70–78.
5. Періг І.М. Пошук ресурсів як умова підтримки ментального здоров'я особистості // *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки*: Збірник тез IV Міжнародної наукової конф. Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2024. С. 32–33.
6. Періг І.М. Психологічне здоров'я здобувачів вищої освіти в умовах війни: напрями підтримки і збереження // *Акціопсихологічні вектори розвитку сучасної освіти*: зб. матеріалів Міжнародної науково-практичної конф. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2023. С. 254–256.
7. Предко В.В. Психотехнологія розвитку життєстійкості особистості вчителя. *Науково-методичні основи психологічного супроводу діяльності вчителя в умовах реформування освіти (діагностика і корекція)*. Практичний посібник / за наук. ред. В. Панка. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України, 2022. С. 69–104.
8. Ткачишина О.Р. Проблема ментального здоров'я в Україні: психологічний аналіз. *Габітус*. 2023. Випуск 53. С. 207–211.

**Perig I.M. PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION IN THE CONTEXT OF MENTAL HEALTH SUPPORT**

*The article raises the problem of psychological support of participants in the educational process in institutions of higher education. The publications of domestic and foreign scientists on the study of the importance of psychological support of educational activities of higher education applicants and the professional development of professors and teaching staff were analyzed. Based on the analysis of psychological and pedagogical approaches, the importance of psychological support was highlighted, as well as the directions of the practical psychologist's work with the participants of the educational process in stressful life conditions were determined.*

*It was noted that the provision of psychological assistance includes three key stages: diagnosis of the client's objective condition, psychological influence and psychological support (fulfillment of the psychologist's recommendations). It is emphasized that the main tasks of psychological service specialists in higher educational institutions during this period are the development of emotional competence, constructive methods of solving difficult life situations, the formation of a positive vision of the future, and the prevention of emotional and professional burnout.*

*It is emphasized that psychological support is a set of measures aimed at diagnosing and preventing possible social and psychological problems, as well as providing psychological support, and is also one of the types of psychological assistance aimed at creating favorable conditions for effective adaptation to the educational environment, interaction between all participants of the educational process, adaptation to the conditions of intensive information flow, as well as improvement of the assimilation of knowledge, skills and abilities.*

*Considering the models of the integrated approach to psychological care and the integrative models of maintaining mental health, the areas of support and recovery of mental health are highlighted, namely: cognitive, emotional, behavioral, value-motivational and appropriate methods of psychological support.*

**Key words:** *psychological support, mental health, educational process, psychological service.*

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

## ПСИХОЛОГІЧНА ЕКСПЕРТИЗА ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

*У статті розглядається актуальна проблема психологічної експертизи освітнього середовища, актуальність якої обумовлена змінами у соціальній та освітній сфері. Підкреслюється необхідність психологічної оцінки якості умов, у яких здійснюється навчання та виховання, з метою виявлення їх впливу на особистісний розвиток учнів. Експертиза нині стає своєрідним способом психологічного аналізу умов навчання та виховання. Соціальним завданням є створення механізму експертизи якості освіти, та розвиток у зв'язку з цим професійної компетентності фахівців у галузі експертної діяльності. Актуальність розробки концепції психологічної експертизи освітнього середовища визначається потребою вивчення впливу умов освітнього середовища на особистісний розвиток її суб'єктів, на формування таких якостей особистості, які б забезпечували випускникам шкіл успішне функціонування в суспільстві. Метою будь-якої експертизи є відповідь на поставлене питання, яке оформляється у вигляді експертного висновку. Питання, запропоновані для експертного розгляду, визначаються на основі реальних потреб освітньої практики, що розвивається. Виходячи з аналізу практики проведення експертизи в освіті, можна виокремити такі основні її функції: прогностичну, нормативну, оцінну, дослідницьку, розвивальну. До типових недоліків при визначенні та формулюванні експертних завдань належать такі: проблемні питання ставляться або в занадто загальному вигляді, або некоректно і тому не мають вирішення. Ці труднощі пов'язані з тим, що нині теорія експертизи в освіті перебуває лише на стадії становлення, відсутня загальноприйнята типологія експертних завдань. Розвивальна функція експертизи є системоутворюючою. Експертиза, як метод гуманітарного розуміння інноваційної освіти, створює умови для взаємодії освітньої практики та теорії.*

**Ключові слова:** експертиза, освітнє середовище, освіта, функції експертизи, особистісний розвиток.

**Постановка проблеми.** Актуальність розробки психологічної експертизи освітнього середовища обумовлена радикальними змінами, що відбулися як у соціальній сфері, так і у сфері освіти, і призвели до неузгодженості цілей навчання та вимог, що висувуються до сучасних випускників. Для усунення цього неузгодження потрібна психологічна оцінка якості умов, у яких здійснюється навчання та виховання, з метою виявлення характеру їхнього впливу на особистісний розвиток учнів. Важливим стає створення в закладах освіти такого освітнього середовища, яке виступить як розвивальний та підтримуючий ресурс особистісного потенціалу учнів. Об'єктивна необхідність в експертизі виникає щоразу, коли людина та соціальні інститути стикаються з дилемою, невирішеною колишніми або стандартними засобами. Причинами звернення до процедури експертизи є багатогранність оцінюваної ситуації та необхідність отримання комплексної характеристики досліджуваного явища.

Методологічним орієнтиром у модернізації системи освіти сучасної України, інтегрованою ідеєю оновлення її змісту стала гуманітарна парадигма. Об'єктом гуманітарного пізнання є соціокультурна реальність, яка потребує переосмислення з позиції інтересів людства у нових соціально-історичних умовах його існування.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У вітчизняній психології нині приділяється велика увага питанням психологічної експертизи освіти. Вагомий внесок у вирішення завдання психологічного аналізу навчального посібника зробили співробітники Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України – Г. Костюк, Ю. Гільбух, М. Ричик, І. Синиця, Ю. Швалб та ні [1; 3; 5; 6]. Нині в Інституті психології проблему психологічного аналізу та експертизи навчальної книги досліджують наукові співробітники лабораторії психології навчання імені І. О. Синиці (Л. Дзюбо та Л. Шатирко) [1; 5].

**Мета статті** полягає у теоретичному дослідженні значення психологічної експертизи для розвитку та удосконалення освітнього середовища.

**Виклад основного матеріалу.** Розвиток психологічного ресурсу людини та збільшення психологічних внесків в освітній простір мають нині не меншу значущість, ніж економічні внески. Перед сучасною школою стоять завдання підготовки особистості, яка вміє орієнтуватися в соціальному середовищі, що стрімко змінюється, проте школи продовжують випускати молодих людей, психологічно не готових успішно включитися в сучасне життя і брати активну участь в ній.

Дослідники зазначають, що експертиза освіти є порівняно новим видом експертизи, необхідність у якій детермінована підвищенням ролі освіти в соціальній практиці, ускладненням самих соціальних процесів, підвищенням рівня складності усіх сфер людського життя, зростанням його невизначеності та неоднозначності [6, с. 23].

Поняття експертизи в останнє десятиліття набуло досить широкого поширення в освітній практиці: «експертиза уроку», «експертиза інноваційного проекту», «експертиза дослідно-експериментальної роботи», «експертиза авторських програм», «експертиза навчально-методичних матеріалів».

Експертна діяльність розглядається і як важлива складова професійної діяльності – експертні функції вводяться в посадові обов'язки низки фахівців, які працюють в освіті: педагогів-психологів, методистів, заступників директорів з наукової роботи, співробітників, відповідальних за атестацію педагогічних працівників. Розробляються та реалізуються навчальні програми професійної підготовки експертів освіти.

Введення в освітню практику нових понять може мати конструктивне значення, якщо воно дозволяє по-новому побачити та осмислити існуючі та відомі явища. Проте з експертизою в освіті справа, на наш погляд, набагато складніша. Тут маємо справу з новою реальністю, а не просто іншим способом опису відомого явища. Як показує наш досвід, експертиза – один із найбільш актуальних видів професійної діяльності в освіті.

С. Гончаренко вважає, що об'єктом психологічної експертизи, може бути усе педагогічне середовище, усе різноманіття педагогічної реальності. Основою систематизації об'єктів експертизи, на думку автора, може бути уявлення про те, що об'єктами можуть бути елементи педагогічної системи, а саме ті, хто навчаються (учні, сту-

денти), викладачі, навчально-виховний процес, уклад життя навчального закладу, середовище та оточення. При цьому науковець підкреслює, що головний об'єкт – дитина, її життя у школі та її розвиток. Інші компоненти можуть бути проаналізовані у двох аспектах : як умови та чинники впливу на дитину, або як самостійні об'єкти гуманітарної експертизи освіти» [2, с. 35].

Суспільство вступило в історично новий стан, коли головним ресурсом у суспільному розвитку стає людина, її освіченість і професійна компетентність, моральні та особисті якості, суб'єктна активність. Перед сучасною школою стоять завдання підготовки особистості, яка вміє орієнтуватися в соціальному середовищі, що стрімко змінюється. Психологічні закономірності розвитку дітей можуть обговорюватися лише з урахуванням тієї реальності, що склалася у конкретному освітньому середовищі, тому експертиза нині стає свого роду способом психологічного аналізу умов навчання та виховання. Актуальність досліджень у галузі експертизи діяльності освітніх установ пов'язана зі становленням її та як засобу управління станом освітньої сфери.

Важливим соціальним завданням є створення механізму експертизи якості освіти та розвиток у зв'язку з цим професійної компетентності фахівців у галузі експертної діяльності. Оцінка якості освіти та умов шкільного освітнього середовища є невід'ємною складовою модернізації системи освіти та реалізації інноваційних процесів у сучасній школі.

Актуальність розробки концепції психологічної експертизи освітнього середовища також визначається потребою вивчення впливу умов освітнього середовища на особистісний розвиток її суб'єктів, на підтримку та формування таких якостей особистості, які, як включені до суспільних відносин, забезпечували б випускникам шкіл успішне функціонування в ній. У цих умовах об'єктивно необхідним став перехід до нової системи оцінки діяльності освітніх установ.

Отже, один із значних напрямів вирішення цієї проблеми лежить в галузі оцінки ефективності якості освіти, зокрема психологічної характеристики умов, в яких вона здійснюється. Саме освітнє середовище, як сукупність умов та можливостей для розвитку зазначених психологічних якостей людини, стає об'єктом уваги дослідників, а система психологічної експертизи виступає затребуваним інструментом визначення її якості. У цьому контексті психологічну експертизу слід розглядати як найважливішу умову, яка дає змогу

оптимізувати ресурсний потенціал освітнього середовища [7, с. 56].

Призначення експертизи в освіті нерозривно пов'язане з якісними змінами, які вона зазнає. Факт розвитку освіти не вимагає спеціальних доказів, проте зауважимо при цьому, що природа цього процесу, механізми та засоби, можливості управління ним залишаються поки що маловивченими.

Існує досить велика невизначеність у змістовному наповненні та співвідношенні таких близьких понять, як «розвиток», «зміна», «еволюція», «трансформація», «вдосконалення», «становлення», «рух». Залежно від специфіки об'єкта вивчення (живі, неживі, технічні, соціальні та інші системи), приналежності до тієї чи іншої наукової школи, характеру дослідницьких завдань, що вирішуються, широко використовуються будь-які з них (або їх комбінації).

Кінцевою метою будь-якої експертизи у найзагальнішому вигляді є відповідь на поставлене питання (чи питання), яка оформляється як експертний висновок. Питання, запропоновані для експертного розгляду, визначаються на основі реальних потреб освітньої практики, що розвивається.

Типовими недоліками при визначенні та формулюванні експертних завдань є такі: проблемні питання ставляться або у занадто загальному вигляді, або некоректно і тому не мають рішення. Ці труднощі пов'язані з тим, що нині теорія експертизи в освіті перебуває лише на стадії становлення, відсутня загальноприйнята типологія експертних завдань. Подібна типологія існує, наприклад, у сфері судово-психологічної експертизи, в рамках якої виокремлено та описано принципові питання, що підлягають експертному вирішенню. Вона склалася, з одного боку, внаслідок багаторічної практики судово-психологічної експертизи, а з іншого – є результатом наукового осмислення цієї практики вченими-психологами та юристами [8, с. 340].

Аналогічне завдання стоїть нині перед теорією експертизи в освіті. Розробка типології експертних завдань дозволить упорядкувати всі питання, що нею вирішуються. Одночасно це дасть змогу по-новому поглянути і на проблему підготовки експертів, оцінку рівня їхнього професіоналізму та їхню спеціалізацію.

Виходячи з аналізу практики, що склалася проведеної експертизи в освіті, можна виокремити такі її основні функції: прогностичну; нормативну; оцінну; дослідницьку; розвивальну [6, с. 25].

*Прогностична* функція виступає на перший плані насамперед при експертизі різноманітних програм розвитку, комплексних цільових програм, концепцій, інноваційних проектів. Спільним для них є те, що всі вони містять опис майбутнього результату – цілі та способи його досягнення. Експертиза таких матеріалів зводиться, по суті, до прогнозу їх реалізованості. При прогностичній експертизі оцінюються, з одного боку, актуальність і обґрунтованість поставлених цілей, а з іншого – можливість їх досягнення за допомогою механізмів і ресурсів, що пропонуються в проекті. Прогностична експертиза має бути безперервною і включати оцінку не лише проекту, а й ходу його реалізації відповідно до заданих у ньому проміжних етапів.

*Нормативна* функція чітко виокремлюється при експертизі нормативно-правових документів та матеріалів. У першу чергу йдеться про документи, що забезпечують змістовно-процесуальну сторону розвитку освіти. До них можна віднести: нормативи, що регламентують інноваційну діяльність; матеріали, що сприяють професійному зростанню педагогів (механізми та критерії атестації педагогічних та керівних працівників).

*Оцінна* функція пов'язана переважно з експертизою освітніх та навчальних програм, навчально-методичних та дидактичних матеріалів. Значне оновлення змісту шкільної освіти, особливо у сфері гуманітарних дисциплін, та активне впровадження нових засобів та освітніх технологій ініціювало створення нових навчальних програм, навчально-методичних та дидактичних матеріалів, що підлягають експертній оцінці. При аналізі цього великого та різноманітного масиву навчально-методичних матеріалів можна виокремити два досить самостійні експертні завдання.

Перша з них передбачає експертне оцінювання авторських навчально-методичних розробок, що є результатом педагогічної творчості вчителів. В основному ці розробки охоплюють окремі теми або розділи навчального плану та відображають знайдені та успішно апробовані вчителем підходи, засоби, прийоми у рамках уже існуючих програм. Подібний педагогічний досвід свідчить про творче ставлення автора до педагогічної праці, але найчастіше він не відрізняється принциповою новизною і не потребує широкого тиражування. Головною метою експертизи у цьому випадку є оцінка допустимості використання самим автором розроблених ним матеріалів у навчальному процесі. При цьому слід зазначити, що у спільній діяльності експерта та вчителя з доопрацювання

таких матеріалів чітко проявляється ще одна суттєва функція експертизи, що підтримує.

Інше завдання вирішується при експертному оцінюванні навчальних програм, підручників, навчально-методичних комплексів, створених, як правило, авторами-науковцями. При цьому розглядається можливість тиражування та широкого впровадження цих матеріалів у практику освітніх установ регіону та країни.

Дослідницька функція експертизи найповніше виявляється при експертизі дослідно-експериментальної та інноваційної діяльності. При всьому різноманітті її завдань і форм вона має головною метою створення достатнього різноманіття моделей освітньої практики для подальшого їх відбору та вдосконалення. При такому розумінні предметом експертизи є не стільки визначення відповідності результатів дослідно-експериментальної та інноваційної діяльності зазначеним зразкам, скільки сам по собі експериментальний процес. У центрі уваги експерта у цьому випадку виявляється не саме опис результатів експериментальної інноваційної діяльності (тексти), а безпосередньо практична діяльність освітнього закладу. Дослідницький характер експертизи проявляється при цьому і в розробці адекватних критеріїв оцінювання, і в теоретичній реконструкції та осмисленні досвіду практичної діяльності, що спостерігається, і у виявленні принципово нових моделей (або елементів) освітньої діяльності, і у визначенні перспектив розвитку експерименту. Загалом подібна експертиза є спільною дослідно-пошуковою діяльністю експертів та учасників педагогічного експерименту.

Усі перелічені функції експертизи: прогностична, нормативна, оцінна та дослідницька – реалізуються більшою чи меншою мірою залежно від того, які складові освітньої практики є об'єктами. На відміну від них розвивальна функція експертизи є системоутворюючою. Це означає, що в ході експертизи проводиться не лише дослідження того чи іншого об'єкта, а й здійснюються осмислення та підтримка перспектив його подальшого розвитку. При цьому слід зазначити, що розвиток отримує не лише сам по собі інноваційний проєкт – участь в експертних процедурах є потужним імпульсом для професійного розвитку всіх його учасників.

Інноваційна освіта, як об'єкт експертного вивчення, є явищем багатоплановим і багатоаспектним. Вона є предметом уваги цілої низки галузей наукового знання, серед яких слід назвати насамперед психологію, педагогіку, філософію,

соціологію та економіку освіти. В цей час чітко усвідомлюється необхідність інтеграції знань про освіту, накопичених у різних галузях науки. Зумовлено це цілісною природою самої освіти як гуманітарної системи, яка зумовлює необхідність міждисциплінарного, комплексного дослідження [4, с. 38].

За всього різноманіття існуючих підходів дослідниками одноставно визнається, що міждисциплінарний, комплексний підхід до вивчення освіти найбільше відповідає його цілісній природі. Отже, експертне вивчення освітніх процесів має бути міждисциплінарним, а саме експертне знання інтегрованим. На наш погляд, інтеграція може здійснюватися навколо психологічного знання як актуального для вивчення сучасної освіти [8, с. 339].

У реальній практиці проведення експертизи в освіті, міждисциплінарність експертного дослідження досягається включенням до складу експертних груп фахівців різних профілів: психологів, педагогів, соціологів, вчителів-предметників. При цьому, як правило, кожен з них вивчає «свій аспект» і складає «свою» частину висновку, які зводяться в єдиний експертний висновок.

Подібна «мозаїчність» лише частково відповідає вимогам інтегральності експертного знання. В ідеалі кожен експерт має бути носієм такого знання про освітній процес, у якому цілісно, а не ізольовано мають існувати психологічна, дидактична, соціологічна та інші складові. Зрозуміло, що реалізація цієї вимоги передбачає, з одного боку, формування самого наукового інтегрального знання про освіту, з другого – вирішення проблеми відповідної професійної підготовки експерта [8, с. 339].

**Висновки.** Отже, експертиза спирається на відповідні методологічні засади, маючи об'єктом свого вивчення гуманітарну за своєю природою систему інноваційної освіти. На цьому рівні експертне дослідження як один із загальних методів гуманітарного пізнання характеризується такими властивостями як суб'єктивність, міждисциплінарність, діалогічність, відкритість, переважання методів якісного вивчення.

Експертиза як метод гуманітарного розуміння інноваційної освіти, створює умови для взаємодії освітньої практики та освітньої теорії.

Основний зміст експертного дослідження пов'язаний з теоретичним осмисленням природи інноваційного явища. У цієї ролі експертиза є не стільки способом виміру, скільки способом рефлексивного мислення.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо у обґрунтуванні концепції гуманітарної експертизи, спрямованої на виявлення реального або потенційного впливу соціальних подій та навчаль-

ної продукції на психологічні процеси, властивості та стани учнів. Розвиток гуманітарної експертизи обумовлено необхідністю гуманізації суспільних відносин, захисту прав дітей та підлітків.

#### Список літератури:

1. Дзюбко Л. В., Шатирко Л. О. Проблеми психологічного аналізу інноваційних проєктів та навчальних матеріалів в системі шкільної освіти в контексті реалізації положень нової української школи. Формування позитивної громадської думки щодо освітніх інновацій: підсумки IV етапу експерименту : матеріали круглого столу (м. Київ, 13 червня 2019 р.). *Вісник психології і педагогіки*. Вип. 24, 2019.
2. Гончаренко С. У. Педагогічні дослідження: методологічні поради молодим науковцям. Київ-Вінниця : ДОВ Вінниця, 2008. 278 с.
3. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості К.: Радянська школа, 1989. 608 с.
4. Савченко О. Я. Уміння вчитися як ключова компетентність загальної середньої освіти. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: *Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О. В. Овчарук*. К.: «К.І.С.», 2004. 112 с.
5. Шатирко Л. О. Теоретичне осмислення та практика психологічного аналізу підручника для початкових класів «Нової української школи». Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми : *матеріали II всеукр. конф. з міжн. участю* (Київ, 21 березня 2019 р.). Міжн. видавнича платформа «Fundamental And Applied Researches In Practice Of Leading Scientific Schools».
6. Швалб Ю. М. Принципи та моделі психологічної експертизи. *Практична психологія та соціальна робота*, 2000. № 1. С. 22–28.
7. Клименюк О. В. Методологія та методи наукового дослідження : навчальний посібник. Київ : Міленіум, 2005. 186 с.
8. Чепан М.-Л. А. Психологічна експертиза освіти. *Зб. наукових праць. Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. Т. XII. Ч 5, 2011. С. 337–341.

#### Fedko V.V. PSYCHOLOGICAL EXPERTISE OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

*The article is dedicated to the actual problem of psychological expertise of the educational environment. The need for a psychological assessment of the quality of the conditions in which education and training are carried out is emphasized, in order to identify their impact on the personal development of students. Expertise is now becoming a peculiar method of psychological analysis of the conditions of education and upbringing. The social task is to create a mechanism for expertise of the quality of education, and in connection with this, the development of the professional competence of specialists in the field of expert activity. The relevance of the development of the concept of psychological expertise of the educational environment is determined by the need to study the influence of the conditions of the educational environment on the personal development of its subjects, on the formation of such personality qualities that would provide school graduates with successful functioning in society. The purpose of any expertise is an answer to the question posed, which is drawn up in the form of an expert opinion. Questions proposed for expert consideration are determined based on the real needs of educational practice. Based on the analysis of the practice of expertise in education, it is possible to single out the following main functions: prognostic, normative, evaluative, research, developmental. Typical shortcomings in the definition and formulation of expert tasks include the following: problematic questions are posed either in a too general form, or incorrectly and therefore have no solution. These difficulties are related to the fact that the theory of expertise in education is still in its infancy, and there is no generally accepted typology of expert tasks. The developmental function of expertise is system-forming.*

**Key words:** *expertise, educational environment, education, functions of expertise, personal development.*

**Чумак О.О.**

ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

**Богач О.В.**

ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОЯВІВ ІРАЦІОНАЛЬНОГО МИСЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМОЕФЕКТИВНОСТІ

Стаття присвячена психологічному аналізу такого когнітивного феномену як відчуття самоефективності та його емпіричному дослідженню. Ідея дослідження базується на припущенні про те, що існує певний взаємозв'язок між іраціональними формами мислення та відчуттям здатності впоратися із завданням. Робота базується на класичному поняття самоефективності Альбера Бандури та конкретизується у поняттях предметної, міжособистісної та особистісної самоефективності. А також на понятті іраціональних установок Альберта Елліса серед яких катастрофізація, повинність стосовно себе, повинність стосовно інших, низька фрустраційна толерантність та схильність до глобальної самооцінки. Для досягнення мети дослідження було використано методу вивчення самоефективності особистості (Р. Шварцер, М. Єрусалем в адаптації В. Ромека) та тест визначення рівня предметної та міжособистісної самоефективності (Дж. Маддукс, і М. Шеєр, модифікація Л. Бояринцевої). Для визначення наявності у випробованих іраціонального мислення використовувався тест іраціональних установок А.Елліса. Серед використаних методів математичної статистики є такі як описативна статистика, кореляційний аналіз, критерій Колмогорова-Смірнова, Шапіро-Уїлка. У підсумку аналізу було отримано результати, що свідчать про переважання над нормою у даній вибірці низького рівня міжособистісної самоефективності, що пояснюється переважанням дистанційного навчання; про домінування у здобувачів вищої освіти таких іраціональних настанов як катастрофізація та повинність стосовно себе. Значущі коефіцієнти кореляції ми отримали між предметною самоефективністю та низькою фрустраційною толерантністю, між міжособистісною самоефективністю та низькою фрустраційною толерантністю, схильністю до глобальної самооцінки та загальним показником іраціональності мислення; а також між показниками особистісної самоефективності та схильністю до глобальної самооцінкою. Результати даного дослідження будуть корисні практичним психологам при роботі з проблемою самоефективності та кураторам академічних груп здобувачів вищої освіти при наданні психологічної допомоги та психологічної підтримки своїм підопічним.

**Ключові слова:** самоефективність, предметна самоефективність, міжособистісна самоефективність, особистісна самоефективність, іраціональні настанови, здобувачі вищої освіти.

**Постановка проблеми.** В сучасний час глобальних соціальних та політичних змін, світової глобалізації та науково-технічного прогресу все більш високого технологічного рівня перед людиною постають досить трудомісткі завдання по адаптації до навколишньої дійсності. Дана ситуація ускладнюється тим, що в соціальному просторі домінує культ успішності і вимагає від кожної людини максимальної відповідності його критеріям. Ці високі стандарти успіху, жорстка конкуренція, великий рівень соціальної та матеріальної нерівності призводить до значних емоційних та особистісних порушень. Таким чином перед наукою постає питання вивчення факторів, що впливають на функціонування людини в навчальній та трудовій діяльності та на збереження достатнього рівня психологічного благополуччя. Особливо актуально дана проблема проявилася в період

ріям. Ці високі стандарти успіху, жорстка конкуренція, великий рівень соціальної та матеріальної нерівності призводить до значних емоційних та особистісних порушень. Таким чином перед наукою постає питання вивчення факторів, що впливають на функціонування людини в навчальній та трудовій діяльності та на збереження достатнього рівня психологічного благополуччя. Особливо актуально дана проблема проявилася в період



масового переходу на дистанційного навчання, яке вимагає значно більше зусиль для самостійної організації з навчальної діяльності. Аналіз наукової літератури показав, що досить дійовим феноменом, що сприяє повноцінній і результативній діяльності особистості є поняття самоефективності – когнітивній властивості людини, що відображає її відчуття про те, чи впорається вона з тим завданням, що перед нею ставиться. На даний час проведено достатня кількість досліджень стосовно впливу самоефективності на різноманітні особистісні сфери, серед яких кар'єрні домагання [15], самоефективність як фактор адаптації [2, 4], самоефективність як поведінковий аспект самосвідомості [5], стосовно ролі самоефективності в формуванні психологічного здоров'я особистості [11], роль самоефективності у продуктивності діяльності [12] та подібне. Але існує значно менше робіт, які б були присвячені дослідженню тих факторів, що сприяють підвищенню самого рівня самоефективності (або навпаки є фактором її зниження) [17, 13]. Проаналізувавши поняття самоефективності як когнітивного феномену та тих факторів, які мають до нього відношення за думкою основоположника даного поняття А. Бандури ми припускаємо, що вона може мати залежність від здатності особистості раціонально оцінювати свої можливості та умови реалізації діяльності. Саме дані міркування стали основою для проведення відповідного дослідження.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

А. Бандурі, представнику когнітивно-поведінкового напрямку, належить теорія реципрокного детермінізму, згідно з якою діяльність людини є результат взаємодії трьох провідних факторів. А саме особистісного фактору, фактору навколишнього середовища і власної поведінки людини. Перераховані фактори мають перемінний вплив на поведінку людини залежно від їх сили в кожному окремий момент. У межах першого фактору – особистісного – автор особливого значення надає двом таким властивостям як самоефективність та мислення [19].

Поняття самоефективності розуміється як переконаність особистості в тому, що вона здатна здійснити певні дії, що мають значення для поліпшення її життя. Відчуття самоефективності має вплив на те, які засоби досягнення мети вибере людина, наскільки потужні зусилля буде прикладати, як довго проявлятиме наполегливість при подоланні перешкод, наскільки буде вважати доцільним максимально викладатися для вирішення поставлених задач. Також на нашу думку

і думку інших дослідників відчуття самоефективності також може допомогти прийняти рішення відмовитися від виконання завдання, якщо це буде пов'язане із занадто високими та недоречними зусиллями. І після відмови від досягнення даної мети в свою чергу зберегти відчуття того, що людина здатна пережити дану невдачу. Або навіть так обробити дану інформацію, що вона не буде розумітися як невдача, а лише як певний крок у загальній діяльності [20].

Значення даної концепції для людини полягає в тому, що навіть при загальних сприятливих факторах відсутність віри в здатність впоратися із завданням часто призводить до реальних невдач у житті та певних психологічних проблем. А саме А. Бандура перераховує наступні можливі наслідки відсутності відчуття самоефективності. Очікувано, що поєднання достатнього рівня самоефективності із сприятливими умовами оточуючого середовища призводить до успішного результату. Коли низький рівень самоефективності поєднується з несприятливими умовами, то це приводить до неможливості осилити завдання, що стоїть перед особистістю. Такий варіант розвитку подій може призводити до депресії на фоні розуміння того, що інші люди досить успішно досягають бажаного, на відміну від самої особистості. При поєднанні високого рівня самоефективності з несприятливими умовами відбувається посилення зусиль спрямованих на досягнення мети або зміну способу її досягнення та пошук більш сприятливих умов. Низький рівень самоефективності та сприятливі умови формують у людини відчуття апатії, безпомічності, нерішучості і у підсумку до неможливості досягти хоч якогось успіху у досягненні мети [19]. Ми припускаємо, що незважаючи на те, що відчуття самоефективності не є властивістю особистості, а лише ситуаційно специфічною змінною, пов'язаною з конкретною діяльністю, багаторазове переживання певного негативного стану може призвести до певного узагальнення переживання та переформування у сталу характеристику людини. Тому є актуальним завданням вивчення факторів, що сприяють підвищенню рівня самоефективності.

Серед факторів, що впливають на формування самоефективності А. Бандура виділяє власний досвід особистості, непрямий досвід, думку суспільства, а також фізичний та емоційний стан особистості [20]. Переживання особистістю самоефективності формується під впливом тієї інформації, що вона отримує з перерахованих вище джерел. Ця інформація, що надходить з різ-

номанітних джерел, певним чином обробляється і засвоюється. Саме на даному етапі обробці інформації, на нашу думку, має значення ефективність функціонування мислення.

Саме мисленню у теорії А. Бандури приділяється значна увага, на відміну від його колег біхевіористичного напрямку. А саме за допомогою мислення людина визначає, з якими умовами середовища доведеться зустрітися на шляху досягнення мети, залежно від здатності раціонально мислити залежить адекватність оцінки цих умов і адекватного та раціонального розуміння того, чи зможу я виконати дії, що приведуть мене до отримання потрібного результату в цих умовах та подібне [16].

На нашу думку порушення механізмів мислення, викривлення інформації, що сприймається, може бути причиною зниження рівня самоефективності. Причиною подібного викривлення може стати наявність у особистості так званих ірраціональних установок.

Поняття ірраціональних установок належить А. Еллісу – теж представнику когнітивного напрямку психології, а саме напрямку раціонально-когнітивної-поведінкової терапії. На самому початку він визначив аж дванадцять основних ірраціональних установок. Надалі він прийшов до висновку, що їх всіх можна згрупувати до трьох основних категорій: я повинен досягати успіху і отримувати схвалення оточуючих, а якщо це не так, то я нікчемність; люди (рідні та просто знайомі), з якими я маю справу, зобов'язані ставитися до мене добре і бути справедливими; оточуюче мене середовище повинно бути влаштоване так, щоб я не докладаючи зусиль, отримував все, що мені необхідно [21].

Дані установки мають формат «повинності». Проявляються у людини автоматично і не контролюються свідомо. Істинність даних «знань» ніколи не перевіряється. Формуються у дитинстві, під впливом батьків та особливостей родинного виховання. Відповідно до когнітивних теорій подібні установки (або переконання, або ідеї) призводять до неадекватного сприйняття подій та своєї ролі в них та своїх можливостей впоратися з ними; і відповідно до негативних емоцій стосовно даних подій та навіть певних неадекватних фізіологічних та поведінкових реакцій [22]. А як ми зазначали вище, саме власний досвід особистості, непрямий досвід, думка суспільства, а також фізичний та емоційний стан особистості є одним з факторів, що сприяє усвідомленню особистісної самоефективності.

**Мета дослідження** – визначити взаємозв'язок між рівнем самоефективності та вираженістю ірраціональних установок у здобувачів вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу.** В процесі проведення дослідження ми використали наступні методики. З метою діагностики рівня відчуття самоефективності ми обрали методику вивчення самоефективності особистості (Р. Шварцер, М. Єрусалем в адаптації В. Ромека) та тест визначення рівня предметної та міжособистісної самоефективності (Дж. Маддукс, і М. Шеєр, модифікація Л. Бояринцевої). Для визначення наявності у випробованих нераціонального мислення використовувався тест ірраціональних установок А. Елліса.

Вибірка дослідження становить 82 здобувача вищої освіти ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» спеціальності «Психологія» та «Соціальна педагогіка». Кількість дівчат становить 46, хлопців – 36. Вік обстежених від 17–21 року.

Математико-статистичні процедури з аналізу результатів дослідження проводилися з використанням програми STATISTICA 10 (дескриптивна статистика, кореляційний аналіз). Перевірка нормальності розподілу даних здійснювалася на основі критерію Колмогорова-Смірнова, Шапіро-Уїлка та кількох непрямих методів.

Розподіл даних за результатами дослідження відповідно до критерію Колмогорова-Смірнова за всіма шкалами є нормальним. А ось критерій Шапіро-Уїлка показав наявність ненормального розподілу даних за шкалою міжособистісної самоефективності методики Дж. Маддукс, М. Шеєр, модифікація Л. Бояринцевої з невеликим переважанням низьких балів. Додаткова перевірка непрямими методами (такими як діаграма розмаху, нормально імовірнісні графіки) дала нам право вважати розподіл нормальним.

Перейдемо до опису отриманих нами результатів дослідження. Першим етапом нашої роботи було визначення рівня самоефективності здобувачів освіти. Результати діагностики рівня відчуття самоефективності за допомогою методики Р. Шварцера, М. Єрусалема в адаптації В. Ромека та за методикою Дж. Маддукса, і М. Шеєра, модифікація Л. Бояринцевої представлені в таблиці 1.

У представленій таблиці відображений аналіз рівнів відчуття самоефективності. Більша частина нашої вибірки характеризується середнім рівнем самоефективності, як предметної, так і міжособистісної та особистісної. Співвідношення між

Таблиця 1

## Рівні вираженості самоефективності у здобувачів вищої освіти

	Предметна самоефективність	Міжособистісна самоефективність	Особистісна самоефективність
Високий	18,3	11,26	8,69
Середній	67,6	64,78	78,26
Низький	14	23,94	13,04

низьким та високим рівнем особистісної самоефективності (за методикою Р. Шварцера, М. Ерусалема в адаптації В. Ромека) таке, що кількість респондентів з низьким рівнем перевищує кількість респондентів з високим рівнем самоефективності. Дані висновки співпадають з тими, які ми можемо спостерігати у роботах наших колег. Також звертає на себе увагу значно вищий відсоток здобувачів освіти з низьким рівнем міжособистісної самоефективності порівняно з дослідженнями наших колег [1, 3, 13, 14, 18]. Ми припускаємо що відчуття неспроможності подолати труднощі комунікативного характеру пов'язані з відсутністю подібних навичок внаслідок переважання у даних здобувачів дистанційного навчання через пандемію та військовий стан.

Наступним кроком нашого дослідження є аналіз ірраціональних установок за методикою Альберта Елліса. Даний етап показав які з них властиві здобувачам освіти і наскільки яскраво виражені. Результати діагностики настанов представлений у таблиці 2. Представлені дані вказують на те, що найбільш вираженою установкою у здобувачів вищої освіти є катастрофізація та повинність стосовно себе. Також при аналізі отриманих даних можна помітити, що більшість здобувачів освіти характеризуються високим та середнім рівнем вираженості ірраціональних установок і майже повною відсутністю випробованих, яким би не були вони властиві. Подібні результати стосовно домінуючих ірраціональних установок були отримані також і іншими дослідниками, наприклад Г.М. Дубчак, О. Журавльової [7, 8]. Майже всі обстежені характеризуються

яскраво вираженими та наявними ознаками нерационального мислення. А саме яскраво виражена катастрофізація властива 71%, а повинність стосовно себе аж 72,46% обстежених здобувачів. Наявністю цих установок на середньому рівні характеризуються 28,98% і 27,53% обстежених відповідно. І зовсім не вдалося виявити людей з відсутністю даних установок.

Тобто більшість обстежених нами здобувачів характеризуються схильністю перебільшувати негативні наслідки будь-яких подій та схильністю пред'являти до себе надмірно високі вимоги у будь-яких ситуаціях. Згідно теорії А. Елліса ключовою характеристикою особистості з установкою щодо повинності до себе є переконаність в тому, що «Я повинен бути компетентним і успішним у всьому і завжди. Інакше я нікчема і моє життя нічого не варте». Саме така невідповідність образу Я тому ідеалу, що формується через соціальні стереотипи та стандарти культу успіху та «американської мрії» на нашу думку може бути причиною відчуття своєї неефективності.

Шкала повинності щодо інших має трохи інший розподіл результатів – 28,98% випробованих мають яскраво виражену установку, а 71 відсоток характеризуються лише наявністю. І також спостерігаємо відсутність таких здобувачів, яким не була б властива дана характеристика.

Результати по шкалам самооцінки та низької фрустраційної толерантності розподілилися приблизно порівну між яскраво вираженим рівнем та наявністю у особистості установки. В даному разі ми спостерігали наявність поодиначних випадків з відсутністю даних установок. Особис-

Таблиця 2

## Рівні вираженості ірраціональних установок у здобувачів вищої освіти

	Яскраво виражена %	Виражена %	Відсутня %
Катастрофізація	71	28,98	0
Повинність стосовно себе	72,46	27,53	0
Повинність стосовно інших	28,98	71	0
Низька фрустраційна толерантність	40,57	57	1,44
Оціночна установка	40,57	52,17	7,24
Загальна раціональність мислення	63,76	36,23	0

тості з низькою фрустраційною толерантністю за думкою А. Елліса переживають негативні емоції стосовно того, що їм доведеться миритися з ситуацією дискомфорту в якій вони опинилися через неспроможність досягти бажаного. А подібний емоційний стан як ми вже знаємо може стати причиною відчуття своєї не ефективності.

Узагальнений показник раціональності мислення теж підтверджує вже описану закономірність, а саме таку, що переважна більшість здобувачів характеризується яскраво вираженим ірраціональним мисленням і відсутністю випробованих яким би вони не були властиві зовсім.

Порівнюючи отримані нами результати з роботами інших дослідників, ми відзначаємо як схожість наших результатів з дослідженнями інших, так і деяку відмінність. В дослідженнях Г.М. Дубчак, О. Журавльової [7, 8] можна спостерігати переважання середнього рівня вираженості ірраціональних установок та невеликої кількості, але все ж наявність випробованих з відсутністю викривлень у мисленні. Наших піддослідних даний факт характеризує не найкращим чином. Ми можемо припустити, що причиною цього може бути специфічність нашої вибірки, а саме те, що більшість здобувачів освіти даного часу прибули із сільської місцевості. Можливо особливості світогляду могли накласти певну специфічність на особливості установок мислення.

Перейдемо до основного завдання нашої роботи – розгляду взаємозв'язку між відчуттям самоефективності та особливостями ірраціонального мислення здобувачів вищої освіти. Спираючись на дані про нормальність розподілу даних за нашими шкалами для визначення коефіцієнтів кореляції ми використовували для визначення

коефіцієнтів кореляції метод Пірсона, що викладені у таблиці 3.

На наш подив ми отримали обмежену кількість значущих коефіцієнтів кореляцій між показниками самоефективності та ірраціональними установками. Детальний аналіз показав що найбільш тісний взаємозв'язок ми можемо спостерігати між предметною та міжособистісною самоефективністю та високим рівнем фрустраційної толерантності. Тобто підвищенню відчуття предметної та міжособистісної самоефективності може сприяти здатність стійко переживати реальні та уявні перешкоди на шляху досягнення мети. Логічним являється зв'язок міжособистісної самоефективності з підвищенням схильності оцінювати в цілому особистість людей, а не окремі її якості. Також схильність оцінювати особистість в цілому, а не окремими якостями може впливати на зниження особистісної самоефективності (діагностована за методикою Р. Шварцера, М. Ерусалема в адаптації В. Ромека). Загальний показник ірраціональності мислення має лише один значущий показник кореляції, а саме з відчуттям міжособистісної самоефективності. Тож гіпотеза про зв'язок самоефективності з ірраціональними установками підтвердилася лише частково.

**Висновки** На основі узагальнення результатів проведеного дослідження ми можемо зробити висновки про те, що у більшості випадків самоефективність здобувачів вищої освіти відповідає середнім показникам. Виключенням є значно нижчий показник міжособистісної самоефективності, що ми пояснюємо відсутністю достатнього досвіду міжособистісного спілкування внаслідок переважно дистанційного навчання. Частотний аналіз даних підтвердив дані висновки про

Таблиця 3

**Коефіцієнти кореляції між показниками ірраціональних установок мислення та показниками самоефективності**

	Предметна самоефективність	Міжособистісна самоефективність	Особистісна самоефективність
Катастрофізація	r = -0,021573, p = 0,862431	r = 0,190984 p = 0,121589	r = -0,078117 p = 0,529779
Повинність стосовно себе	r = 0,023442 p = 0,850644	r = 0,182141 p = 0,140158	r = 0,135699 p = 0,273555
Повинність стосовно інших	r = 0,108952 p = 0,380136	r = 0,063832 p = 0,607824	r = 0,139440 p = 0,260421
Низька фрустраційна толерантність	r = 0,292411* p = 0,016342	r = 0,354948* p = 0,003205	r = 0,239013 p = 0,051424
Самооцінка	r = 0,214450 p = 0,081395	r = 0,439256* p = 0,000200	r = 0,286782* p = 0,018628
Загальний показник раціональності мислення	r = 0,120039 p = 0,333257	r = 0,333411* p = 0,005832	r = 0,172116 p = 0,163701

переважання середнього рівня самоефективності у здобувачів вищої освіти. При перевірці нашої основної гіпотези про зв'язок відчуття самоефективності з ірраціональними установками були встановлені значущі коефіцієнти кореляції з такими настановами як низька фрустраційна толерантність, самооцінка та загальний показник раціональності мислення. Отримані дані свідчать про те, що рівень самоефективності підвищується одночасно із зменшенням вираження ірраціональних установок. Тобто відчуття здатності впоратися із виконанням завдань пов'язане із здатністю не перебільшувати майбутній дискомфорт, який нібито може виникнути; із здатністю оцінювати особистість за окремими якостями, а не в цілому;

а також загальним рівнем раціональності мислення.

У перспективі нашого дослідження ми плануємо здійснити спробу встановити причинно-наслідковий зв'язок самоефективності та зазначених змінних за допомогою регресійного та дисперсійного аналізу. Дані методи дозволять нам визначити саме ту долю дисперсії самоефективності яка обумовлюється кожною з ірраціональних установок чи загальною ірраціональністю мислення.

Таким чином реалізоване нами дослідження лише частково підтвердило нашу гіпотезу про взаємозв'язок самоефективності та особливостей мислення особистості та потребує подальшої розробки теми.

### Список літератури:

1. Балашов Е.М. Самоефективність як когнітивна складова саморегульованого навчання студентів. *Освіта та соціалізація особистості*: Матеріали VII Всеукраїнської інтернет-конференції (Одеса, 24–25 квітня 2020 р.). Львів. 2020. С. 43–56.
2. Брунова-Калісецька І.В. Психологічна самоефективність як фактор крос-культурної адаптації: дис... канд. психол. наук: 19.00.05. Київ. 2009. 196 с.
3. Вовк О. М. Самоефективність : сутність, структура та особливості розвитку в студентському віці. *Вісник психології і соціальної педагогіки* : зб. наук. пр. 2010. № 3.
4. Вовк, О. М. Самоефективність: сутність, структура та особливості розвитку в студентському віці. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. 2010. № 3.
5. Галецька І. І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Філософські науки. Психологія*. 2003. Вип. 5. С. 433–441.
6. Гресько І.М., Бацилева О.В. Самоефективність як поведінковий аспект Я-концепції особистості. *Досягнення сучасної психологічної науки та практики: Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів і молодих вчених*. 2020. 132 с.
7. Гуменюк У. І. Ірраціональні вірування людини як когнітивні утворення. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія: Психологія і педагогіка. 2010. № 14. С. 120–131.
8. Дубчак Г.М. Емпіричне вивчення ірраціональних установок в контексті стресостійкості студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2016. Випуск 2. Том 2. С. 41–46.
9. Журавльова О. Особливості взаємозв'язку прокрастинації та ірраціональних переконань особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2020. № 1 (19), С. 26–35. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2020.1.19.3> (дата звернення 18.05.2024)
10. Коқун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Копаниця О. В., Малхазов О. Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів. Київ. 2011. 197 с.
11. Кривська, О. В. Мотиваційні чинники професійної самоефективності особистості: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Луцьк, 2018. 218 с.
12. Креденцер О. Професійна самоефективність та її роль у забезпеченні психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій в умовах війни та повоєнного відродження: теоретичний аналіз проблеми. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. № 2-3 (29).
13. Круглов К. Ю. Самоефективність співробітників організації як чинник професійної продуктивності. *Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості* : зб. наук. праць за матер. II Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон. 2019. С. 137–138.
14. Лук'яненко В. В. Психологічні особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ, 2011. 269 с.
15. Онопрієнко-Капустіна Н. В. Зміст і складові самоефективності майбутніх фахівців соціальних служб. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2020. № 9 (13), С. 540–549.

16. Татарінов Є.В. Психологічні особливості розвитку кар'єрних домагань офіцерів Збройних сил України: дис.... канд. психол. наук: 19.00.09. Київ. 2011. 234 с.
17. Шапошник Д. О., Луценко О. Л. Самоефективність в системі когнітивних, емоційних та психобіографічних якостей особистості. *Соціальна психологія*. 2012. № 4 (54). С. 25–35.
18. Шапошник-Домінська Д. О. Психологічні особливості розвитку самоефективності особистості : автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. психол. наук : 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Київ, 2015. 20 с.
19. Шпортун О. М., Савчук З. С. Психологічні особливості самоефективності осіб юнацького віку. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. Острог*. 2020. № 11. С. 88–99.
20. Bandura A. Self-efficacy: Toward to unifying theory of behavioral changes. *Psychological review*. 1997. № 84 (2), С. 191–205.
21. Bandura, A. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. The State of New Jersey, 1986. 214 с.
22. Ellis, A. The Biological Basis of Human Irrationality. The Albert Ellis reader: a guide to well-being using rational emotive behavior therapy / ed. by Albert Ellis and Shawn Blau. Secaucus, N.J. 286 с.
23. Ellis A. The revised ABC's of rational-emotive therapy. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*. 1991. № 9. С. 139–172.

**Chumak O.O. Bogach O.V. PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF MANIFESTATIONS OF IRRATIONAL THINKING HIGHER EDUCATION APPLICANTS WITH DIFFERENT LEVELS OF SELF-EFFICACY**

*The article is devoted to the psychological analysis of such a cognitive phenomenon as a sense of self-efficacy and its empirical research. The idea of the study is based on the assumption that there is a certain relationship between irrational forms of thinking and a sense of ability to cope with a task. The work is based on the classical concept of self-efficacy by Albert Bandura and is concretized in the concepts of subject, interpersonal and personal self-efficacy. And also on the concept of irrational attitudes of Albert Ellis, including catastrophization, duty to oneself, duty to others, low frustration tolerance and a tendency to global self-esteem. To achieve the goal of the study, we used the method of studying the self-efficacy of the individual (R. Schwarzer, M. Jerusalem in the adaptation of V.Romek) and the test of determining the level of subject and interpersonal self-efficacy (J. Maddux, and M. Scheer, modification by L.Boyarintseva). To determine the presence of irrational thinking in the subjects, the test of irrational attitudes of A.Ellis was used. Among the methods of mathematical statistics used are descriptive statistics, correlation analysis, the Kolmogorov-Smirnov criterion, and the Shapiro-Wilk criterion. As a result of the analysis, results were obtained indicating the predominance of a low level of interpersonal self-efficacy over the norm in this sample, which is explained by the predominance of distance learning; the dominance of such irrational attitudes as catastrophization and self-responsibility among higher education applicants. Among the significant correlation coefficients, we obtained between subject self-efficacy and low tolerance to frustration, interpersonally. self-efficacy and low frustration tolerance, a tendency to global self-esteem and a general indicator of irrational thinking; and between indicators of personal self-efficacy and a tendency to global self-esteem. The results of this study will be useful for practical psychologists when working with the problem of self-efficacy and curators of academic groups of higher education applicants in providing psychological assistance and psychological support to their wards.*

**Key words:** self-efficacy, subject self-efficacy, interpersonal self-efficacy, personal self-efficacy, irrational attitudes, higher education applicants.

# ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 343.1:159.9:34.05

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/22>**Дроздова Л.В.**

Харківський національний університет внутрішніх справ

## ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ В МОТИВАЦІЇ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ПРИ ДОПУЩЕННІ ПОМИЛОК

У статті розглядається проблема мотивації поліцейських при допущенні помилок, зокрема вивчення гендерних відмінностей у тривожності, ставленні до винесення уроків та схильності до приховування помилок. В юридичній психології проблеми мотивації поліцейських при допущенні помилок свідчать про те, що різні підходи до тривожності, рефлексії та приховування помилок можуть бути зумовлені глибинними психологічними та соціальними чинниками, що потребують комплексного підходу для оптимізації професійної діяльності та підтримки правоохоронців. В дослідженні основну увагу приділено аналізу мотиваційних аспектів у контексті гендерних особливостей, що дозволяє краще зрозуміти, як чоловіки та жінки реагують на власні помилки в професійній діяльності. Метою дослідження є вивчення гендерних відмінностей у мотивації поліцейських при допущенні помилок, зокрема, аналіз тривожності, ставлення до винесення уроків та схильності до приховування помилок. Вибірка дослідження включала 238 поліцейських, які були розподілені на дві групи за гендерною ознакою: чоловіки (126 осіб) та жінки (112 осіб). Для оцінки мотиваційних аспектів використовувався опитувальник «Шкала спрямованості мотивації при здійсненні помилки (EOMS)». Отримані результати були проаналізовані за допомогою t-критерію Стьюдента.

Емпіричні результати показали, що чоловіки значно частіше винесуть уроки зі своїх помилок порівняно з жінками, що вказує на більшу схильність чоловіків до рефлексії та самовдосконалення. Жінки виявляють значно більшу тривожність з приводу помилок порівняно з чоловіками, що підкреслює необхідність адресної психологічної підтримки для зменшення стресу та покращення професійної впевненості. Схильність до приховування помилок у жінок децю вище, ніж у чоловіків, але ця різниця не є статистично значущою, що може свідчити про загальні професійні норми. Отримані результати дозволяють виявити важливі аспекти для вдосконалення навчальних програм та підтримки поліцейських, враховуючи їх гендерні особливості. Це допоможе створити сприятливі умови для професійного розвитку та зменшення рівня стресу серед співробітників правоохоронних органів.

**Ключові слова:** гендерні відмінності, мотивація, мотиваційні аспекти, психологічна підтримка, поліцейські, професійне навчання, помилки, стрес, тривожність.

**Постановка проблеми.** Проблема мотивації та ставлення до помилок серед працівників правоохоронних органів є критично важливою для ефективного виконання їхніх професійних обов'язків. Поліцейські часто стикаються з високими вимогами та стресовими ситуаціями, де допущення помилок може мати серйозні наслідки. У цьому контексті важливим є розуміння, як саме представники різних гендерних груп реагують на власні помилки, а також які чинники впливають на їхню тривожність, ставлення до винесення уроків та схильність до приховування помилок. Актуальність проблеми

підсилюється недостатністю досліджень, які враховують гендерні відмінності в цій сфері. Гендерні стереотипи та соціальні очікування можуть впливати на те, як чоловіки та жінки сприймають власні помилки, оцінюють свої професійні якості та реагують на критичні ситуації. Відсутність адекватної підтримки та розуміння цих аспектів може призводити до негативних наслідків, таких як зниження професійної впевненості, підвищення рівня стресу та емоційного виснаження.

Таким чином, дослідження цієї проблеми має важливе значення не тільки для наукового розу-

міння психологічних аспектів роботи поліцейських, але й для практичного застосування результатів у розробці програм професійного розвитку, психологічної підтримки та покращення робочого середовища в правоохоронних органах. Виявлення гендерних відмінностей у мотивації та ставленні до помилок може сприяти створенню більш індивідуалізованих підходів до навчання та підтримки, що, своєю чергою, підвищить ефективність роботи поліцейських та знизить рівень стресу та ризику професійного вигорання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психологічні джерела у сфері мотивації поліцейських демонструють активний інтерес до цієї проблеми в контексті сучасних психологічних та соціальних теорій, однак вивчення мотивації при допущенні помилок, зокрема з урахуванням гендерних відмінностей є мало. Наукові здобутки вчених вказують на те, що чоловіки та жінки можуть по-різному реагувати на помилки, що впливає на їхню професійну діяльність та особистісний розвиток

Зокрема, у роботах, присвячених мотивації та професійній стійкості правоохоронців, підкреслюється важливість гендерних відмінностей у сприйнятті помилок та стресових ситуацій. Дослідження, проведене закордонними вченими, виявило, що жінки в правоохоронних органах частіше демонструють вищий рівень тривожності щодо помилок, що може впливати на їхню професійну впевненість та стратегії адаптації [16]. Водночас чоловіки, згідно з дослідженням А. Сміт, більш схильні до саморефлексії та використання помилок як можливості для навчання та самовдосконалення [14]. Я. Пономаренко досліджувала рівні тривожності у професійному спілкуванні патрульних поліцейських, зокрема, як тривожність впливає на їхню здатність ефективно взаємодіяти з громадянами та колегами. Її дослідження підкреслило, що високий рівень тривожності може призводити до комунікаційних бар'єрів, зниження впевненості у своїх діях і, відповідно, впливати на якість виконання службових обов'язків [5].

Дослідження Дж. Лі у співавторстві показало, що поліцейські, попри гендер, мають тенденцію приховувати помилки, але гендерні відмінності у рівні тривожності та мотивації впливають на ступінь цього приховування [12]. Інші роботи, такі як дослідження М. Моращ, підтверджують, що індивідуальні стилі управління стресом та мотивацією можуть значно варіюватися між чоловіками й жінками, що вказує на необхідність розробки специфічних стратегій психологічної підтримки для кожної групи [13]. Дослідження впливу стресу та

тривожності на ефективність поліцейської роботи та механізми адаптації до стресових ситуацій були дослідженні Н. Боннер та А. Брімхолл [7]. Аналіз мотиваційних аспектів та професійної стійкості поліцейських з акцентом на гендерні відмінності в сприйнятті й адаптації до помилок представлені М. Копер [11].

Р. Ді Нота з колегами розглядають психологічні аспекти управління помилками в правоохоронних органах, приділяючи особливу увагу впливу тривожності та стресу на професійну діяльність поліцейських. У своїй роботі вчені аналізують, як ці психологічні фактори можуть знижувати ефективність виконання обов'язків, впливати на прийняття рішень та стосунки з колегами й громадськістю. Вони також досліджують методи та стратегії зниження тривожності й управління стресом, що можуть покращити психологічну стійкість поліцейських та підвищити їхню ефективність у роботі [8].

М. Фрезе та Н. Кіт досліджували гендерні відмінності у способах реагування на помилки та їхній вплив на мотивацію та професійний розвиток поліцейських. У своїх дослідженнях науковці виявили, що чоловіки і жінки можуть по-різному сприймати та реагувати на помилки, що впливає на їхню самооцінку, професійне самовдосконалення й підхід до навчання. Виявлені відмінності в мотиваційних стимулах та стилях управління помилками підкреслюють необхідність врахування гендерних особливостей у програмах професійного навчання та підтримки поліцейських [10]. Група дослідників на чолі з Р. Андерс також досліджували стратегії психологічної підтримки поліцейських та їхні реакції на помилки, враховуючи гендерні особливості. У своїх роботах автори підкреслюють важливість розробки індивідуалізованих програм підтримки, які враховують специфічні потреби та реакції чоловіків й жінок на помилки в професійній діяльності. Дослідження показують, що жінки можуть потребувати більшої емоційної підтримки та визнання, тоді як чоловіки можуть більше зосереджуватися на раціональних стратегіях розв'язання проблем. Врахування цих факторів може допомогти у створенні більш ефективних програм психологічної підтримки для поліцейських різної статі [6].

Особи з негативною орієнтацією сприймають помилки як загрозу, що спонукає їх до заперечення або приховування таких помилок, йдеться у статті Ф. Држенські зі співавторами. Така негативна оцінка помилок зазвичай викликає зниження продуктивності, що, своєю чергою, сприяє появі нових помилок. Причиною цього є негативні емоції, такі як тривога, страх та занепокоєння, які негативно



впливають на ресурси, необхідні для подолання стресових наслідків помилок. Негативний характер цієї орієнтації також ускладнює процес прийняття відповідальності за помилки, перешкоджає впровадженню змін та гальмує оновлення знань, необхідних для покращення ефективності дій [9].

J. Turner з колегами аналізують вплив мотиваційних та тривожних факторів на ефективність роботи поліцейських, а також їхню схильність до приховування помилок. У своїх дослідженнях науковці розглядають, як рівень мотивації та тривожності впливає на здатність поліцейських ефективно виконувати службові обов'язки та приймати рішення. Вони також вивчають, як ці фактори можуть призводити до приховування помилок, що може бути пов'язане з бажанням уникнути покарання або зберегти позитивний імідж серед колег. Дослідження підкреслює важливість управління стресом та мотивацією для підвищення професійної компетентності та прозорості в роботі правоохоронних органів [15].

С. Бойчук виявив, що для поліцейських з низьким та середнім рівнями життєздатності, помилки мають більш виражене негативне емоційне забарвлення. Це сприйняття помилок як недоліків, які неможливо уникнути, сприяє тенденції приховування своїх недоліків. Для цих осіб, пише автор, на відміну від респондентів з високою життєздатністю, приховування помилок є більш ефективним способом зменшення негативних емоцій, збереження позитивного іміджу та підтвердження своїх можливостей [1]. Після детального аналізу наукової літератури, І. Клименко дійшов висновку, що здатність поліцейських ефективно вирішувати складні ситуації в їхній професійній діяльності пов'язана з їхнім вмінням приймати результативні рішення та з їхніми особистісно-професійними якостями. Це, своєю чергою, впливає як на якість виконання функціональних обов'язків, так і на зростання довіри громадськості до поліцейських органів [3]. О. Коқун займається дослідженням професійного самоздійснення та психологічних аспектів професійної діяльності поліцейських. В його працях

розглядаються питання мотивації, стресу та професійного розвитку [4]. Р. Задорожня зі співавторами провели дослідження в галузі психології правоохоронної діяльності, зокрема вивчали вплив стресу та тривожності на професійну діяльність поліцейських [2].

Розглянути наукові джерела підкреслюють необхідність глибшого розуміння гендерних особливостей у мотивації поліцейських та впливу цих відмінностей на їх професійну діяльність. Здобуті знання можуть допомогти у розробці ефективних програм навчання та підтримки, що враховують специфічні потреби та мотиваційні аспекти різних груп поліцейських.

**Мета дослідження** – вивчення гендерних відмінностей у мотивації поліцейських при допущенні помилок, зокрема, аналіз тривожності, ставлення до винесення уроків та схильності до приховування помилок.

**Виклад основного матеріалу.** Вибірка дослідження складається з 238 поліцейських, які були поділені на дві групи відповідно до гендерної ознаки: Перша група – чоловіки, що налічує 126 осіб. Друга група – жінки, що становить 112 осіб. Для збору даних використовувався опитувальник «Шкала спрямованості мотивації при здійсненні помилок (EOMS)», що дозволяє оцінити мотиваційні аспекти, пов'язані з помилками, такі як тривожність, схильність до винесення уроків та приховування помилок [1]. Для аналізу отриманих даних застосовувався метод математичної статистики – t-критерій Стьюдента, який дозволяє порівнювати середні значення між двома незалежними групами та визначати статистичну значущість виявлених відмінностей. Загальна вибірка є достатньо репрезентативною, що забезпечує надійність результатів дослідження. Важливо зазначити, що вибірка представлена рівномірно за кількістю чоловіків та жінок, що дозволяє здійснювати ефективний гендерний аналіз. Отримані результати представлені у таблиці 1.

Аналіз даних, представлений у таблиці 1 щодо показників мотивації поліцейських при допу-

Таблиця 1

**Гендерний аналіз особливостей мотивації поліцейських при допущенні помилок ( $M \pm \sigma$ )**

Шкали	Перша група (чоловіки)	Друга група (жінки)	t	P
Винесення уроків з помилок	32.45 ± 1.25	27.51 ± 1.31	2.73	0.001
Тривожність з приводу допущення помилок	11.13 ± 1.17	15.52 ± 1.21	2.61	0.001
Приховування помилок від оточуючих	14.49 ± 1.30	16.78 ± 1.19	1.30	-

щенні помилок з урахуванням їх гендерних відмінностей, показав наступне.

За шкалою «Винесення уроків з помилок» отримані результати свідчать, що чоловіки ( $32.45 \pm 1.25$ ) значно більше схильні винести уроки зі своїх помилок порівняно з жінками ( $27.51 \pm 1.31$ ), при статистичній значущості  $p \leq 0.001$ . Це може вказувати на те, що чоловіки більше сприймають помилки як можливість для навчання та особистісного зростання. Цей результат може свідчити про більш виражену рефлексивність і готовність до самовдосконалення серед чоловіків, що є важливими характеристиками для ефективної професійної діяльності. Такий підхід до помилок дозволяє краще адаптуватися до нових ситуацій, підвищувати професійну компетентність та уникати повторення тих самих помилок у майбутньому.

За шкалою «Тривожність з приводу допущення помилок», жінки ( $15.52 \pm 1.21$ ) виявляють значно більшу тривожність щодо допущення помилок порівняно з чоловіками ( $11.13 \pm 1.17$ ), де  $p \leq 0.001$ , що підтверджує значущість цієї різниці. Цей результат може свідчити про те, що жінки більш схильні до тривоги та емоційного переживання у зв'язку з помилками, що може впливати на їхню професійну впевненість. Це може бути пов'язано з культурними або соціальними факторами, які змушують жінок відчувати більший тиск щодо необхідності уникати помилок. Підвищена тривожність може впливати на їх здатність приймати ризики або виявляти ініціативу, що в свою чергу може обмежувати їх професійний розвиток. Така емоційна реакція також може призводити до більш частих випадків самокритики та зниженої самооцінки, що може мати негативні наслідки для їхньої ефективності на роботі та загального психічного благополуччя.

За шкалою «Приховування помилок від оточуючих» результати показують, що жінки ( $16.78 \pm 1.19$ ) дещо більше приховують свої помилки від оточуючих, ніж чоловіки ( $14.49 \pm 1.30$ ). Проте, значення  $t = 1.30$  не досягає статистично значущого рівня, що може свідчити про те, що різниця між групами є незначною або випадковою. Можливо, як чоловіки, так і жінки вважають за краще приховувати помилки з однаковою частотою, що може бути пов'язано зі страхом осуду або потенційними негативними наслідками для кар'єри. Це також може свідчити про певний рівень професійної культури, де визнання помилок може не заохочуватися або вважатися недоліком. Важливо зазначити, що такий підхід може призводити до

недостатнього аналізу помилок та відповідного навчання, що може обмежувати професійний розвиток та вдосконалення навичок.

**Висновки.** Отже, на підставі аналізу гендерних відмінностей у мотивації поліцейських при допущенні помилок було виявлено кілька важливих аспектів, які варто враховувати для ефективної організації навчального процесу та підтримки поліцейських. За результатами емпіричного дослідження, чоловіки виявилися більш схильними до винесення уроків з помилок порівняно з жінками. Це може свідчити про більш розвинену здатність до рефлексії та самовдосконалення серед чоловіків. Такі результати підкреслюють важливість стимулювання конструктивного підходу до помилок, щоб розглядати їх як можливість для особистісного та професійного зростання. Запровадження програм підтримки та навчання, спрямованих на розвиток цього підходу, може допомогти підвищити ефективність роботи поліцейських та сприяти їхньому професійному розвитку.

Жінки виявили значно вищий рівень тривожності щодо допущення помилок, що може негативно впливати на їхню впевненість та професійний розвиток. Це вказує на необхідність підтримки жінок у подоланні страху перед помилками та розвитку здорового підходу до їх сприйняття. Психологічні тренінги та програми емоційної підтримки можуть бути корисними для зменшення тривожності та підвищення самооцінки, що сприятиме більш ефективному виконанню професійних обов'язків.

Хоча жінки демонструють дещо більшу схильність до приховування помилок від оточуючих, різниця між групами не є статистично значущою. Це свідчить про те, що загальна тенденція до приховування помилок може бути характерною для обох груп. Така поведінка може бути пов'язана з острахом негативних наслідків або осуду, що, у свою чергу, може обмежувати можливості для навчання та професійного зростання. Важливо створювати умови, в яких поліцейські відчують себе безпечно, щоб визнавати помилки та навчатися на них без страху за кар'єрні наслідки. Це може сприяти створенню культури відкритості та підтримки, що позитивно вплине на загальну ефективність роботи.

Загалом, результати дослідження підкреслюють важливість врахування гендерних аспектів у підходах до навчання та підтримки поліцейських. Розвиток індивідуальних підходів до роботи з помилками, емоційною підтримкою та стимулюванням конструктивної критики може

допомогти поліпшити професійне середовище та сприяти кращій адаптації та ефективності співробітників.

Перспективним напрямком є дослідження впливу різних форм професійної підтримки на

ставлення до помилок й тривожність серед поліцейських. Вивчення ефективності наставництва, тренінгів з управління стресом та інших методів підтримки може сприяти покращенню робочого середовища та професійного розвитку.

#### Список літератури:

1. Бойчук С.С. Саморегуляція як чинник життєздатності особистості поліцейських «Корпусу оперативно-раптової дії» (КОРД): дис. ... д-ра філос.: 053(05). Харків, 2023. 302 с.
2. Задорожня Р.В., Фісун Н.О., Тимофєєв В.П. Вплив стресу на професійну діяльність працівників Національної поліції. *Аналітично-порівняльне правознавство*. 2023. № 3(49). С. 270–273.
3. Клименко І.В. Взаємозв'язки факторів прийняття рішень та життєстійкості у курсантів – майбутніх правоохоронців. Актуальні проблеми психології. Т. VI: *Психологія обдарованості*. 2017. Вип. 13. С. 57–66.
4. Кохун О.М. Опитувальник професійного самоздійснення. *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. № 7. С. 35–39.
5. Пономаренко Я.С. Тривожність у професійному спілкуванні патрульних поліцейських. *III International scientific conference «Modernization of the educational system: word trends and national peculiarities»*: Conference proceedings (February 21 th, 2020). Kaunas, Lithuania: Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2020. P. 114–118.
6. Anders R., Willemin-Petignat L., Rolli Salathé C., Samson A.C., Putois B. Profiling Police Forces against Stress: Risk and Protective Factors for Post-Traumatic Stress Disorder and Burnout in Police Officers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022 №28;19(15). P. 9218.
7. Bonner H.S., Brimhall A. Gender Differences in Law Enforcement Officer Stress and Coping Strategies. *Police Quarterly*. 2022. № 25(1). P. 59–89.
8. Di Nota P.M., Scott S.C., Huhta J.M., Gustafsberg H., Andersen J.P. Physiological Responses to Organizational Stressors Among Police Managers. *Appl Psychophysiol Biofeedback*. 2024. №49(1). P. 85–102.
9. Drzensky F., Egold N., van Dick R. Ready for a Change? A Longitudinal Study of Antecedents, Consequences and Contingencies of Readiness for Change. *Journal of Change Management*. 2012. Vol. 12, № 1. P. 95–111.
10. Frese M., Keith N. Action errors, error management, and learning in organisations. *Annual Review of Psychology*. 2015. Vol. 66, P. 661–687.
11. Koper C.S., Lum C., Woods D.J., Hibdon J. Realizing the Potential of Technology in Policing. A Multisite Study of the Social, Organizational and Behavioural Aspects of Implementing Policing Technologies, 2015. 336 p.
12. Lee J.K., Choi H.G., Kim J. Y., Nam J., Kang H.T., Koh S. B., Oh S. S. Self-resilience as a protective factor against development of post-traumatic stress disorder symptoms in police officers. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*. 2016. № 28 (58). P. 1–7.
13. Morash M., Kwak D. Haarr R. Gender differences in the predictors of police stress. *Policing: An International Journal*. 2006. Vol. 29, № 3. P. 541–563.
14. Smith J. Experiences, Reflections, and Applications of Service-Learning Among Rookie Police Officers. *Walden Dissertations and Doctoral Studies*, 2020. 129 p.
15. Turner E., Brown G., Medina-Ariza J. Predicting Domestic Abuse (Fairly) and Police Risk Assessment. *Psychosocial Intervention*. 2022. № 31(3). P. 145–157.
16. Vadvilavičius T., Varnagirytė E., Jarašiūnaitė-Fedosejeva G., Gustainienė L. The Effectiveness of Mindfulness-Based Interventions for Police Officers' Stress Reduction: a Systematic Review. *Journal of Police and Criminal Psychology*. 2023. № 38(1). P. 223–239.

#### **Drozdova L.V. GENDER DIFFERENCES IN POLICE OFFICERS' MOTIVATION WHEN MAKING MISTAKES**

*This article addresses the issue of police officers' motivation when making mistakes, specifically examining gender differences in anxiety, attitudes toward learning from mistakes, and tendencies to conceal errors. In legal psychology, the issues surrounding police officers' motivation when making mistakes indicate that different approaches to anxiety, reflection, and error concealment may be influenced by underlying psychological and social factors, which require a comprehensive approach to optimize professional activity and support law enforcement personnel. The study focuses on analyzing motivational aspects in the context of gender characteristics, which helps to better understand how men and women react to their own mistakes in professional activities. The goal of the study is to investigate gender differences in police officers' motivation when making mistakes, specifically analyzing anxiety, attitudes toward learning from mistakes, and tendencies to conceal errors. The study sample included 238 police officers, divided into two gender-based groups: men*

*(126 individuals) and women (112 individuals). The motivational aspects were assessed using the «Error Motivation Orientation Scale (EOMS).» The results were analyzed using Student's t-test.*

*Empirical results showed that men are significantly more likely to learn from their mistakes compared to women, indicating a greater tendency among men for reflection and self-improvement. Women exhibit significantly higher anxiety regarding mistakes compared to men, highlighting the need for targeted psychological support to reduce stress and improve professional confidence. Women also show a slightly higher tendency to conceal mistakes than men, although this difference is not statistically significant, which may suggest general professional norms. The results reveal important aspects for improving training programs and supporting police officers, considering their gender-specific characteristics. This will help create favorable conditions for professional development and reduce stress levels among law enforcement personnel.*

**Key words:** *gender differences, motivation, motivational aspects, psychological support, police officers, professional training, mistakes, stress, anxiety.*

# ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

УДК 159.923:616.89

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/23>

**Крамар Т.В.**

Державний торговельно-економічний університет

**Склярєнко О.Є.**

ВНПЗ «Університет сучасних знань»

## СВІТОВИЙ ДОСВІД РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ

*Проблема реабілітації та адаптації військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) є надзвичайно важливою в контексті сучасних військових конфліктів, оскільки ці ситуації мають значний вплив на психічне здоров'я військових по всьому світу. Враховуючи, що різні країни мають унікальні культурні, соціальні та економічні контексти, підходи до реабілітації та адаптації військових з ПТСР суттєво варіюються. У статті представлений детальний огляд основних практик та досягнень у цій сфері на прикладі США, Великої Британії, Ізраїлю та інших країн, що дозволяє зрозуміти, як різні країни вирішують ці складні питання.*

*Система реабілітації військовослужбовців з ПТСР охоплює широкий спектр заходів, зокрема психотерапію, медикаментозне лікування, соціальну інтеграцію та підтримку через спеціалізовані програми. Важливим аспектом є комплексний підхід, що передбачає інтеграцію різних видів допомоги для досягнення максимального ефекту. Незважаючи на позитивні тенденції, такі як розширення громадських і міжнародних ініціатив і програм для ветеранів, існують значні виклики, включаючи нестачу фінансових ресурсів, недостатню кваліфікацію фахівців у галузі психологічної допомоги та нестабільність фінансування програм реабілітації.*

*Стаття також розглядає переваги та недоліки різних підходів, порівнює їх ефективність та виявляє успішні практики, які можуть бути адаптовані або покращені в інших країнах. Окрему увагу приділено інноваційним методам, таким як використання технологій для дистанційного лікування та підтримки, а також розвитку спеціалізованих програм, які орієнтовані на специфічні потреби ветеранів. Важливими є також рекомендації щодо поліпшення системи реабілітації, що включають необхідність покращення міжсекторальної співпраці, підвищення кваліфікації фахівців та забезпечення стабільного фінансування.*

*Стаття підкреслює важливість міжнародного обміну досвідом у сфері реабілітації військових з ПТСР і надає цінні висновки та рекомендації, які можуть допомогти в розробці ефективних стратегій і програм підтримки на національному та глобальному рівнях.*

**Ключові слова:** військовослужбовці, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), адаптація, реабілітація, світовий досвід, психічне здоров'я, соціальна інтеграція, психологічна підтримка, міжнародні практики, військові конфлікти.

**Постановка проблеми.** На сьогоднішній день проблема реабілітації військовослужбовців, які приймають участь у війні Росії з Украї-

ною, залишається невирішеною. Актуальність цього питання обумовлена тим, що у більшості військовослужбовців, на тлі отриманих травм,

поранень та супутніх соматичних захворювань, спостерігається посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). У статті проведено аналіз даних щодо організації реабілітації військовослужбовців з ПТСР у різних країнах світу, таких як США, Велика Британія, Франція, Німеччина, Китай, Ізраїль та деякі країни СНД. Цей аналіз показує, що реабілітаційні програми в основному спрямовані на вирішення проблем психічного здоров'я. Лише незначна кількість фахівців наголошує на необхідності комплексного підходу до таких пацієнтів, враховуючи всі порушені функції, спричинені багатокомпонентним комплексом впливів. Адже ПТСР і різні соматичні наслідки військових подій перебігають за принципом взаємозалежності та взаємообтяження. Автори підкреслюють доцільність медико-психологічної реабілітації військовослужбовців у санаторно-курортних умовах, використовуючи природні лікувальні ресурси, комплексний та індивідуальний підхід, що включає медичну, психологічну і фізичну складові реабілітації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженням даного питання займалися такі вчені як І. Бабова, В. Березовець, І. Заболотна, В. Знаков, В. Лесков, В. Ковтун, А. Маклаков, В. Попов, О. Сафін, Д. Шпігель та багато ін.

**Мета статті** полягає у дослідженні та теоретичному аналізі організації реабілітації військовослужбовців з ПТСР у закордонних країнах.

**Виклад основного матеріалу.** Сьогодні більшість дослідників вважають ПТСР станом, що виникає у відповідь на сильний психоемоційний стресовий подразник. Цей синдром проявляється дезадаптацією, порушеннями поведінки, амнезією, підвищеною тривожністю та депресивними реакціями. Вперше подібні психоемоційні розлади спостерігалися у солдатів під час Першої світової війни та називалися легкою контузією, викликаною вибуховою хвилею. З часом, коли вибух перестав бути обов'язковою умовою для таких порушень, синдром почали називати синдромом хронічної втоми, а сьогодні він відомий як ПТСР. Психотравмуючі фактори для військовослужбовців включають психічне напруження, картини руйнувань, вигляд поранених, людські жертви та тривале охолодження.

В умовах війни та постійної загрози тероризму українські військові переживають надзвичайно інтенсивні емоції. Відчуття тривоги, гніву та суму, які відзначаються у більшості людей, є нормальною реакцією на бойові події. Проте деякі

військовослужбовці можуть переживати значно глибші психологічні реакції на бойові дії, які можуть серйозно порушити їх психічне здоров'я.

Тривале перебування в зоні бойових дій пов'язане з підвищеним ризиком розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Серед факторів, що впливають на розвиток ПТСР, є використання військовослужбовцем зброї, яка має летальні наслідки для ворога, або свідчення загибелі товаришів по службі чи мирних жителів [5, с. 27].

Після першого перебування в зоні бойових дій багато військовослужбовців можуть проявляти симптоми депресії, тривоги, гострої реакції на бойовий стрес або бойову травму, включаючи депресивні реакції та генералізований тривожний розлад. Велика кількість з них потребує допомоги фахівців, таких як психологи, психіатри та психотерапевти, оскільки мають підвищений ризик розвитку ПТСР. Дослідження показують, що від 20% до 40% військовослужбовців потребують психологічної підтримки. Симптоми гострої травми виявляються у 60–80% військовослужбовців, які були свідками загибелі товаришів або мирного населення, або бачили тіла померлих. Ризик виникнення симптомів психічних порушень особливо високий серед молодих військових віком 18–24 років, у яких вже є симптоми депресії або проблеми з алкоголем.

ПТСР розвивається у приблизно 12–20% військовослужбовців, які пережили бойову травму, але не звернулися за психологічною допомогою через страх бути осудженими за прояви слабкості, боягузтва чи загрози для кар'єри. Серед типових симптомів ПТСР можна виділити надмірний контроль, такий як компульсивне перевіряння дверей, вікон та транспортних засобів, щоб переконатися в їх безпеці. Цей симптом може свідчити про підвищений ризик розвитку ПТСР. Військовослужбовці, які особливо уразливі до ПТСР, включають тих, хто має попередні психічні травми, особливо пов'язані з насильницькими подіями. Ризик розвитку ПТСР удвічі зростає, якщо між попередньою травмою та бойовою є проміжок менше п'яти років.

Як самостійна клінічна форма, ПТСР вперше був включений у класифікаційний психіатричний стандарт (DSM-III) американськими дослідниками у 1980 році після аналізу психічних розладів у ветеранів війни у В'єтнамі. До недавнього часу цей діагноз, як клінічний різновид у групі «тривожних розладів», існував лише у США.

У 1995 році описи ПТСР були введені до редакції МКХ-10 і з того часу стали основним діагностичним стандартом у європейських країнах.

Система реабілітаційних заходів у Збройних Силах США здійснюється під керівництвом начальників медичних управлінь Військово-повітряних Сил і Військово-морського флоту, а також командувача медичним командуванням сухопутних військ у рамках програми «повернення на військову службу» («return to duty»). Вона включає профілактичні, соціальні та реабілітаційні технології для військовослужбовців та членів їхніх сімей. У структурі медичної служби Збройних сил США передбачені курортні центри, пансіонати та центри відпочинку, зокрема розташовані за кордоном, для організованого відпочинку військовослужбовців і їхніх сімей. Реабілітаційні заходи проводяться в госпіталях і спеціалізованих відділеннях великих медичних організацій. Згідно з літературою, у командуванні матеріально-технічного забезпечення корпусу морської піхоти США є полк реабілітації військовослужбовців, який включає штаб, батальйон реабілітації військовослужбовців «Захід» (Кемп-Пендлтон, Каліфорнія) та батальйон реабілітації військовослужбовців «Схід» (Кемп-Леджен, Кароліна). Особовий склад цих батальйонів розміщений у медичних організаціях у місцях постійної дислокації військ і реабілітаційних центрах Міністерства у справах ветеранів [1].

У Збройних Силах Великої Британії та Ізраїлю централізована система курортного лікування відсутня. У Великій Британії медична реабілітація проводиться в спеціалізованих функціональних підрозділах цивільних лікарень (близько 75 відділень з термінами перебування на реабілітації до 10 днів), клінічних центрах (з термінами до 90 днів) та в 15 регіональних реабілітаційних відділеннях, створених у місцях дислокації медичних полків і медичних центрів різних видів військ (терміни перебування до 21 дня). Також існує спеціалізований реабілітаційний центр у графстві Суррей на 144 місця, де проводиться медична реабілітація найтяжчих пацієнтів з термінами перебування до 12 місяців.

В Ізраїлі військовослужбовці мають медичне страхування через національну страхову службу, і реабілітація проводиться в державних цивільних медичних установах, таких як реабілітаційний центр «Льовінштейн», центри «Шпіцер» та «Шіба».

Україна проявляє інтерес до адаптації та застосування ізраїльського досвіду в області медичної

та психологічної реабілітації ветеранів війни, їх родин та сімей загиблих військовослужбовців. У статті підкреслюється необхідність залучення фахівців та впровадження інноваційних підходів для створення подібної системи в Україні, що враховуватиме специфіку регіону і сприятиме комплексній реабілітації та допомозі постраждалим від російської агресії. Впровадження ізраїльських практик може значно поліпшити якість життя постраждалих осіб та сприяти їх соціальній адаптації [6, с. 13].

Посттравматичні стресові розлади (ПТСР) і інші психологічні проблеми, пов'язані з переживаннями військовослужбовців бойового стресу, стають все більш актуальними. Україна переживає складну ситуацію через повномасштабну війну, розв'язану Російською Федерацією, і вже стикається з проблемами, що виникають через психологічні наслідки війни для військових, ветеранів, їхніх родин. Психологічна реабілітація та супровід є критично важливими не лише для психофізичного та емоційного відновлення ветеранів, але й для успішної реалізації їх життєвих проєктів після повернення з бойових дій. Відповідно до світової статистики, кожен третій учасник бойових дій страждає на нервово-психічні розлади і потребує комплексної медичної та психологічної реабілітації.

На жаль, в Україні немає спеціалізованих військових психологів-реабілітологів. Існуючі психологи, які працюють в органах МВС та СБУ, часто самостійно перекваліфікуються або адаптуються до військової тематики, але часто їм не вистачає практичного досвіду роботи з військовими, які брали участь у бойових діях.

Ізраїль має багаторічний досвід у вирішенні проблем психологічної реабілітації ветеранів війни. Відомо, що під час війни з Ліваном у 1982 році ізраїльські військові психологи застосовували принципи підтримки постраждалих, що відомі як «VISED». Для цього були створені підрозділи відновлення боєздатності, до складу яких входили психіатри, соціальні працівники, клінічні психологи, інструктори з фізичної та бойової підготовки. Важливою умовою було те, що фахівці, які надавали допомогу, мали бойовий досвід, що сприяло встановленню довірливих відносин у процесі терапії.

Методологія «VISED», розроблена в Ізраїлі, охоплює кілька ключових принципів, які сприяють ефективній психологічній реабілітації військових, які пережили бойовий стрес. Ці принципи допомагають структурувати підхід до підтримки вете-

ранів війни, забезпечуючи комплексний підхід до їхнього відновлення.

По-перше, принцип Валідації (Validation) передбачає визнання і прийняття емоцій і досвіду постраждалих. Це включає створення безпечного простору, де військовослужбовці можуть вільно проявляти свої почуття та переживання без страху бути засудженими. Психологи забезпечують середовище, в якому учасники можуть відверто говорити про свої емоції, що допомагає зменшити відчуття ізоляції та невизначеності [2, с. 41–50].

Другим принципом є Інформування (Information). Це передбачає надання постраждалим чіткої та об'єктивної інформації про те, що сталося, про причини і наслідки подій. Інформування допомагає розібратися в контексті подій, що, в свою чергу, знижує рівень невизначеності і тривоги.

Принцип Підтримки (Support) передбачає надання емоційної та практичної підтримки. Психологи створюють атмосферу, де постраждалі відчувають прийняття та розуміння. Це включає допомогу в спілкуванні з іншими, хто пережив подібні ситуації, що сприяє формуванню підтримуючої спільноти.

Принцип Експресії (Expression) акцентує увагу на важливості вираження емоцій. Постраждалі заохочуються до відкритого висловлювання своїх почуттів, таких як страх, гнів, сум чи горювання. Психологи допомагають знайти здорові способи вираження цих емоцій, що є ключовим аспектом для психологічного відновлення.

Останнім принципом є Розробка (Development), який фокусується на розвитку нових ресурсів і стратегій для подолання травматичного досвіду. Психологи підтримують постраждалих у пошуку нових навичок і ресурсів, які допоможуть їм справитися з травмою та відновити нормальне функціонування.

Аналіз ефективності застосування цих принципів показав значні результати. У підрозділах, де дотримувались принципів «VISED», близько 60% військових змогли повернутися до виконання професійних обов'язків, у порівнянні з лише 22% в тих, де ці принципи не використовувались. Крім того, рівень розвитку ПТСР у військовослужбовців, які пережили бойовий стрес, був нижчий на 30% у підрозділах, де дотримувались методології «VISED».

В Ізраїлі сьогодні працює понад 2500 спеціалістів з військової психології, але під час активізації військових дій до служби залучаються також резервісти. У таких умовах кількість фахівців на

кожного військовослужбовця складає приблизно 70–90 осіб. Ізраїльські військові психологи, що також відомі як «офіцери зі здоров'я душі», грають важливу роль у зниженні стигматизації психологічних проблем серед військових.

Ізраїльські військові психологи проводять посткризове тестування для всіх учасників бойових дій, здійснюють діагностику бойових психічних травм і ПТСР. Підрозділи психологічної підтримки військовослужбовців займаються як поточним психологічним супроводом, так і розвитком стійкості до стресу, формуванням психологічної готовності до службових завдань і наданням допомоги сім'ям постраждалих.

Програми реабілітації в Ізраїлі включають підготовку родин демобілізованих військових до їхнього повернення, підтримку спеціальних центрів анонімної допомоги, супровід військовослужбовців з інвалідністю та надання соціальної допомоги. Ізраїль має розвинену систему реабілітаційних послуг, що включає п'ять основних підрозділів: діагностика та профорієнтація, психологічна підтримка, реабілітація і робота з демобілізованими, підтримка цивільного населення в кризових ситуаціях та робота з родинами постраждалих.

Завдяки розробленим методикам, які сприяють як фізичному, так і психологічному відновленню ветеранів, Ізраїль забезпечує комплексну допомогу у подоланні ПТСР та інших проблем, що виникають після бойового стресу. Вивчення ізраїльського досвіду може стати цінним ресурсом для України в розробці та вдосконаленні системи допомоги військовослужбовцям, ветеранам та їх родинам.

Система відновного лікування в Німеччині була розроблена з урахуванням досвіду медичних служб країн НАТО і Варшавського договору. Вона відрізняється високим рівнем соціальної підтримки, і військовослужбовці направляються в спеціалізовані цивільні курортні організації, з якими укладено контракт Міністерства оборони на термін не менше 21 дня. Медико-психологічна реабілітація здійснюється після завершення спеціальних завдань.

У Збройних силах Франції реабілітаційні заходи в першу чергу орієнтовані на військовослужбовців, які брали участь у спеціальних операціях. В структурі медичної служби відсутні вузькопрофільні реабілітаційні центри; медична реабілітація проводиться в спеціалізованих відділеннях дев'яти клінічних госпіталів або інших медичних центрах.



Військовослужбовці Китаю регулярно, не рідше ніж раз на 2–3 роки, направляються в військові курортні установи, розташовані переважно в прибережних та внутрішніх кліматичних зонах Китаю, де є відповідні курортні ресурси та інфраструктура. Окремі категорії військовослужбовців після виконання службових завдань також обов'язково відправляються в військові курортні установи на термін до 14 діб. Медична реабілітація для військовослужбовців з порушеннями функцій проводиться на базі спеціалізованих військових реабілітаційних центрів у великих гарнізонах, призначених для реабілітації як військовослужбовців, так і осіб, звільнених з військової служби, на термін до 6 місяців [3, с. 559].

Аналіз міжнародного досвіду реабілітації військовослужбовців показує, що використання курортних ресурсів є характерним лише для кількох країн, таких як США, Німеччина та Китай. У той же час країни, як-от Бельгія, Нідерланди, Ірландія, Латвія та Чехія, також приділяють значну увагу реабілітації учасників бойових дій.

У країнах СНД медична та медико-психологічна реабілітація військовослужбовців в основному проводиться в санаторно-курортних закладах охорони здоров'я, що відповідає принципам, розробленим ще в радянський період, а також активно функціонують відомчі санаторії «силових» структур. Історично, відновлення здоров'я військових у 19 столітті проводилося на курортах, таких як Куяльник (Одеса, Україна), де М.І. Пирогов здійснював реабілітацію після Кримської війни. Сьогодні Куяльник залишається одним з провідних курортів України.

Санаторно-курортна справа в Україні є важливою складовою національної системи охорони здоров'я, що забезпечує ефективну профілактику, лікування та реабілітацію. Ця система спрямована не тільки на лікування захворювань, але й на відновлення втрачених або порушених функцій організму [4, с. 130–140]. Вона також допомагає виявити та активізувати компенсаторні можливості організму для створення умов, які сприяють поверненню людини до нормального життя, а також у попередженні ускладнень і рецидивів захворювань. Реабілітація включає не лише фармакотерапію, психотерапію та фізичну терапію, а й використання природних лікувальних факторів.

**Висновки.** Світовий досвід реабілітації та адаптації військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) демонструє різноманітні підходи, що враховують культурні, соціальні та економічні особливості країн. Аналіз практик у США, Великій Британії, Ізраїлі, Китаї та інших країнах показує, що успішна реабілітація військових з ПТСР вимагає комплексного підходу, що включає медичну, психологічну та соціальну підтримку.

Країни, такі як США та Велика Британія, демонструють значні досягнення у розвитку програм психологічної допомоги та реабілітації, впроваджуючи інноваційні методики, включаючи когнітивно-поведінкову терапію та групові терапії. Ізраїль, зокрема, реалізує методологію «VISED», що охоплює валідацію, інформування, підтримку, експресію та розробку, що довела свою ефективність у відновленні військових після бойових стресів.

Китай і деякі інші країни використовують унікальні підходи, такі як регулярні курортні реабілітаційні програми, які сприяють фізичному та психологічному відновленню військовослужбовців. Це демонструє важливість інтеграції природних ресурсів та спеціалізованих центрів у реабілітаційні стратегії.

В Україні, незважаючи на наявність деяких фахівців у психологічній сфері, існує потреба в удосконаленні системи реабілітації військових з ПТСР. Важливо створити спеціалізовані підрозділи та програми, що враховують специфіку бойового досвіду та індивідуальні потреби ветеранів.

Система реабілітації повинна бути мультидисциплінарною, включаючи медичні, психологічні та соціальні аспекти, а також забезпечувати доступ до якісної підтримки для військовослужбовців і їхніх сімей. Важливим є також розвиток громадських та міжнародних ініціатив, що підтримують ветеранів, допомагають у фінансуванні і вдосконаленні програм реабілітації.

Вивчення міжнародного досвіду показує, що ефективність реабілітаційних програм залежить від інтеграції різних підходів і адаптації їх до національних контекстів. Тому Україні слід зосередити увагу на вдосконаленні своєї системи допомоги, черпаючи досвід з інших країн і враховуючи власні реалії для забезпечення найкращих результатів у підтримці військових, які пережили бойовий стрес.

**Список літератури:**

1. Посттравматичний стресовий розлад: адаптована клінічна настанова, заснована на доказах. Державний експертний центр Міністерства Охорони Здоров'я України. 2016. URL: [https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2016\\_121\\_akn\\_ptsr.pdf](https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2016_121_akn_ptsr.pdf) (дата звернення 25.07.2024)
2. Якимець В.М. Гарантована психологічна допомога та реабілітація військовослужбовців – складова національної безпеки. Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. 2023. № 3. С. 41–50.
3. Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб: дис. д-ра педагогічних наук за спеціальністю соціальна педагогіка. Хмельницький. 2018. 559 с.
4. Моркляник О., Паляниця Х. Модель функціональної організації багатофункційного реабілітаційного центру для військовослужбовців. Вісник Національного університету «Львівська політехніка». 2023. № 2. С. 130–140.
5. Godoy LD, Rossignoli MT, Delfino-Pereira P, Garcia-Cairasco N, de Lima Umeoka EE. A Comprehensive Overview on Stress Neurobiology: Basic Concepts and Clinical Implications. Front Behav Neurosci. 2018. p. 127.
6. Kim HD, Park SG, Won Y, Ju H, Jang SW, Choi G, Jang HS, Kim HC, Leem JH. Longitudinal associations between occupational stress and depressive symptoms. Ann Occup Environ Med. 2020. p. 13.

**Kramar T.V., Skliarenko O.E. WORLD EXPERIENCE IN REHABILITATION AND ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL WITH POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER**

*The issue of rehabilitation and adaptation of military personnel with post-traumatic stress disorder (PTSD) is extremely important in the context of contemporary military conflicts, as these situations have a significant impact on the mental health of soldiers worldwide. Considering that different countries have unique cultural, social, and economic contexts, approaches to the rehabilitation and adaptation of military personnel with PTSD vary significantly. This article provides a detailed review of key practices and achievements in this field, using the examples of the USA, the United Kingdom, Israel, and other countries, to understand how different nations address these complex issues.*

*The system for rehabilitating military personnel with PTSD encompasses a wide range of measures, including psychotherapy, medication, social integration, and support through specialized programs. An important aspect is the comprehensive approach, which involves integrating different types of assistance to achieve the maximum effect. Despite positive trends, such as the expansion of public and international initiatives and programs for veterans, significant challenges remain, including a lack of financial resources, insufficient qualification of mental health professionals, and instability in the funding of rehabilitation programs.*

*The article also examines the advantages and disadvantages of various approaches, compares their effectiveness, and identifies successful practices that could be adapted or improved in other countries. Special attention is given to innovative methods, such as the use of technology for remote treatment and support, as well as the development of specialized programs tailored to the specific needs of veterans. Important recommendations for improving the rehabilitation system include the need for enhanced intersectoral cooperation, increased qualification of specialists, and ensuring stable funding.*

*The article emphasizes the importance of international exchange of experiences in the field of PTSD rehabilitation for military personnel and provides valuable conclusions and recommendations that can assist in the development of effective strategies and support programs at both national and global levels.*

**Key words:** military personnel, post-traumatic stress disorder (PTSD), adaptation, rehabilitation, global experience, mental health, social integration, psychological support, international practices, military conflicts.

**Поліщук Л.М.**

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

**Радаєва І.М.**

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

## СУЧАСНИЙ СТАН НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ВОЄННОГО ХАРАКТЕРУ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ПСИХІКУ ЛЮДИНИ

*У роботі розглянуто проблеми надзвичайних ситуацій воєнного характеру. Під час війни надзвичайні ситуації викликають у людини особливий психофізіологічний стан – стрес. Розкривається вплив надзвичайних ситуацій на психологічний стан біженців і переселенців, які через несприятливі обставини залишають своє постійне місце проживання у певному регіоні або виїждять за кордон. Проаналізовано причини погіршення психологічного стану мирного населення, які загострюють розвиток стресу у переселенців, а саме: коли люди стають свідками нанесення іншому тілесних пошкоджень, свідками вбивств, фізичних поранень, сильних шумових ефектів (вибухи снарядів, гул техніки, крики людей), напруження близьких й оточуючих; втрата житла, родичів чи близьких; нестерпні житлові умови. Виокремлено, що у ході проведення військових дій можуть виникнути вторинні ознаки небезпеки для населення: травмування або загибель людей, руйнування осель тощо. Такі стресові ситуації негативно впливають на стан здоров'я дорослих і дітей із катастрофічними психологічними наслідками на тривалий час. Встановлено, що головний акцент ставиться на визначенні поняття «психічний стан людей під час та після надзвичайної ситуації воєнного характеру» у контексті безпеки життєдіяльності. Визначено, що прогрес у відновленні психічного стану вдасться досягнути у випадку взаємодії громадян, держави, громадських і благодійних організацій. Самостійно, без звернення за кваліфікованою допомогою неможливо повернутися до звичайного життя. Обґрунтовано корисність підвищення кваліфікації знань щодо доцільності удосконалення аспекту психологічної допомоги та порятунку. Запропоновано розширення та збільшення кількості реабілітаційних центрів і центрів психологічної підтримки населення по Україні, а також рекомендовано вчасно звертатися за психологічною допомогою в центри соціально-психологічної підтримки для переселенців і біженців, та всіх хто їй потребує, які знаходяться в багатьох містах України.*

**Ключові слова:** безпека, війна, психічний стан, порятунок, надзвичайна ситуація, біженці, переселенці, психологічна допомога.

**Постановка проблеми.** У сучасних умовах надзвичайні ситуації (НС) викликають у людини особливий психофізіологічний стан – це стрес, який в цілому забезпечує захист організму від загрозливих і руйнівних впливів, як психічних, так і фізичних. Але здатність організму до адаптації не безмежна.

Безпека – це відсутність загроз життю і належить до базових людських потреб. Протягом століть люди вивчають небезпечні ситуації як їх уникати і запобігати. Коли це неможливо, намагаються діяти так, щоб врятувати себе та оточуючих. Одна із таких ситуацій, що може загрожувати здоров'ю це воєнна надзвичайна ситуація.

За даними досліджень ВООЗ, які проведені у 39 країнах, серед людей, які пережили війну чи інший конфлікт в попередні 10 років, кожна п'ята особа (22%) страждає від депресії, посттравматичного стресу, біполярного розладу чи шизофренії. Згідно даних огляду ВООЗ, оціночний рівень психічних розладів в популяції людей, втягнутих у конфлікт у різний момент часу складає 13% – це легка стадія, 4% – середня ступінь важкості. Оціночний рівень моментальної розповсюдженості тяжких розладів (шизофренія, тяжкий депресивний стан) складає 5%. Кожна одинадцята особа (9%), яка мешкає в місцевості, де у попередні 10 років мав місце конфлікт, страждає психічним розладом середнього чи тяжкого ступеню.

У місцевості де відбулася НС депресія і тривожні розлади зустрічаються у людей все частіше. Загалом, за статистичними даними, психічні розлади виникають більш ніж у 70% військових, задіяних в активних боях. Кількість військовослужбовців, які перебували у зоні військових дій, та які потребують психіатричної, медико-психологічної допомоги, стрімко зростає і сягає приблизно 90% [2].

У ході проведення військових дій можуть виникнути вторинні ознаки небезпеки населення. Травмування або загибель людей, руйнування осель тощо – все це призводить до порушення психічного стану населення. Варто відмітити, що за останні декілька років тема убезпечення себе та рідних від військових дій стала занадто актуальною. Найбільша проблема подібних ситуацій така, що невелика кількість людей може зберегти спокій та все ж більшість отримують травми фізичного або ментального характеру. Фахівці рекомендують, що під час небезпеки потрібно не панікувати та зберігати холоднокровність, але у більшості випадків порада не буде працювати через різний психічний стан кожної окремої людини. Тому і вплив надзвичайної ситуації на окрему людину різний.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Війна є значним стресовим фактором, що здатен викликати різноманітні психічні розлади. Серед найбільш розповсюджених проявів варто відзначити посттравматичний стресовий розлад, депресію, тривожні розлади та соматоформні розлади. Особи, які проживають в умовах конфліктних зон, постійно перебувають у стані підвищеної тривоги, що негативно впливає на їхнє психічне та фізичне здоров'я. У дослідженні Н. Москаленко та співавторів розглядався вплив воєнних дій на психологічний стан студентів вищих навчальних закладів в Україні. Аналіз результатів виявив, що переважна частина респондентів, які зазнали впливу війни, демонстрували симптоми посттравматичного стресового розладу і депресії, а також відзначали суттєве погіршення якості життя.

Мурті та Лакшмінараяна (2006) здійснили комплексний аналіз наукових досліджень, що стосуються психічного здоров'я дітей, які перебувають у зонах збройного конфлікту, таких як Афганістан, Балкани, Камбоджа, Чечня, Ірак, Ізраїль, Ліван, Палестина, Руанда, Шрі-Ланка, Сомалі та Уганда. Їхні висновки свідчать про те, що психічні травми, викликані війною, мають тривалий вплив на дитячу психіку: тривалість конфлікту прямо пропорційно корелює із серйозністю симптомів.

Яцина О.Ф. (2022) показала що віковий фактор визначає особливості нервово-психічної реакції. Хоча симптоми гострих стресових розладів і посттравматичного стресового розладу (ПТСР) можуть бути подібними у дітей і дорослих, їх клінічні прояви демонструють суттєві вікові відмінності.

Вивчення впливу воєнних конфліктів на психічне здоров'я також є предметом досліджень українських науковців, серед яких П. Горностаї, В. Климчук, О. Кочубейник, О. Романчук, Т. Титаренко та Л. Царенко.

**Мета роботи** – доведення ефективності психологічної допомоги на зменшення та нейтралізацію негативних психічних станів і реакцій у населення в разі виникнення надзвичайних ситуацій.

**Виклад основного матеріалу.** При будь-якій широкомасштабній надзвичайній ситуації зустрічається низка соціальних (викликані втратою засобів існування, відсутністю санітарно-гігієнічних умов, розривом соціальних зв'язків тощо) і психічних (створені при надзвичайних ситуаціях, наприклад страждання, депресія, тривожний стан, посттравматичний стресовий розлад і т.п.) проблем різного характеру.

Відтак, у більшості людей, які постраждали від НС, з'являється почуття тривожності, болу і страждання, безнадійності, безсоння, втомленості, дратівливості тощо. Це нормальна реакція і у більшості людей її прояви слабшають під впливом часу. Однак в умовах війни і гуманітарної кризи розповсюдження депресії та тривожного стану може стрімко зростати.

Американські психологи поділили на групи такі фактори, які травмують психіку військового:

– перша група (найбільший ступінь впливу): коли існує загроза життю чи поранення, вбивство противника чи мирного населення, загибель побратимів;

– друга група (середній ступінь): тяжкі кліматичні умови, ізоляція від рідних і близьких, суспільства, вірогідність потрапляння в полон.

– третя група: зростання страху за життя, усвідомлення беззмістовності військових дій [1].

Варто зазначити, що військові, без попередньої психологічної підготовки можуть провести в зоні бойових дій 30–45 днів. Згодом найчастіше у військових, які повернулися з зони бойових дій, спостерігаються такі психологічні проблеми: кардинальна зміна оцінки реальності, зміна ієрархії цінностей і самосвідомості; відчуття самотності. В домашньому середовищі «військова поведінка» шокує оточуючих, спостерігаються часті прояви

агресії, незгода чи конфліктність з принципами мирного життя, прагнення повернутися в колишні умови чи зловживання спиртними напоями [1].

Розглянемо вплив НС на психологічний стан біженців і переселенців. Це особи, які через несприятливі обставини залишають постійне місце проживання у певному регіоні або виїждять за кордон. Різниця в тім, що у біженців переміщення пов'язане з утиском, насиллям над особистістю або порушенням його прав. Переселенець же той, хто частково випробував наслідки війни і вимушений покинути територію бойових дій, передбачаючи погіршення свого життя [1, с. 19].

Фактори, які запобігають розвиток стресу у біженців і переселенців, подібні до тих, що викликають стрес у військових, але на мою думку мають і відмінності, а саме: ситуації, коли люди стають свідками нанесення іншому тілесних пошкоджень, свідками вбивства, фізичних поранень, сильних шумових ефектів (вибухи снарядів, гул техніки, крики людей), напруження близьких і оточуючих людей; втрата житла, родичів чи близьких; нестерпні житлові умови. Такі стресові ситуації негативно впливають на стан здоров'я дорослих та дітей з катастрофічними психологічними наслідками на довгий час. По шкалі важкості психосоціальних стресів, усі психосоціальні фактори, які призводять до стресу і сприяють розвитку психічних і поведінкових розладів, розбиті на шість ступенів. Згідно цієї шкали, стреси, які переживають учасники бойових дій, біженці і переселенці, належать до важких, надмірно важких та катастрофічних [1, с. 22]. Але вважаю, що стресові розлади стосуються не тільки вищезазначених категорій людей, від них також страждають члени їх сімей, сусіди та навіть випадкові пересічні громадяни.

Однак, особливо негативний вплив на психічний стан здоров'я з такою незахищеною категорією як діти, бо у них є дуже важливий додатковий стресовий фактор – втрата батьків. В нашій країні, особливо на сході та півдні, постійну загрозу для життя і здоров'я дітей створюють некоординовані обстріли жилих кварталів, міни та інші боеприпаси, які не розірвалися. Ця конкретна надзвичайна ситуація лишає дітей почуття захищеності – головного компоненту дитячого світовідчуття, особливо коли вони переживають події, які б не повинні були б відбуватися з дитиною взагалі. Їхні перспективи руйнуються за відсутності доступу до освіти, медичної допомоги, економічних можливостей та звичайних базових потреб. Слід згадати, що лікарі, волонтери, громадськість та держава повинні першочергово надавати допо-

могу молодому поколінню, бо це наше майбутнє і майбутнє країни. Незначні кроки відбуваються в державі. В цивільному кодексі України за статтею 87 зазначено, що постраждали, неповнолітні особи, особи, які залучалися до виконання аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт, повинні отримувати психологічну допомогу і реабілітацією [5].

Варто відмітити, що починають роботу громадські організації, реабілітаційні центри. Держава разом із міжнародними організаціями відкриває безкоштовні літні табори, де вчать дітей жити без стресу, без надзвичайних ситуацій. Так, Ольга Омельяничук в виданні «REPORTERS» пише про Музей воєнного дитинства. З перших строк описую приклад завмирання, коли молоду дівчину, що не могла поворухнутись від страху, рятує крик тринадцятилітнього хлопця. Інша історія піднімає тему агентності – механізм, що визначає соціальну поведінку людини, передбачає «автоматизовану» схильність діяти певним чином [6].

Проблемою дітей воєнного часу є також те, що вони не впливають ні на що. Вчителі та психологи повідомляють про ознаки важкого психосоціального стресу у дітей, включаючи нічні кошмари, соціальну самоізоляцію та панічні атаки, викликані гучними звуками. За підрахунками експертів, більше ніж кожна четверта дитина, яка проживає на небезпечних територіях потребує психосоціальної підтримки. Однак мало хто отримує таку підтримку, оскільки наявні служби перевантажені та не отримують достатнього фінансування [10]. З роками діти навчаються жити за правилами: повертатися додому до настання сутінків, дзвонять батькам або довіреним особам, коли починається обстріл, щоб вони відвезли їх в безпечне місце. З інформації, що надає ЮНІСЕФ, багато молоді звикли до обстрілів. Практично кожен з них знає норми і правила поведінки під час, вже звичних для них, військових дій [9].

Загалом, сімейна взаємодія та допомога є одним із виходів в ситуації повної невизначеності. Взаємовигідні відносини між старшим та молодшим поколіннями можуть спрацювати як процес прямого чи непрямого впливу членів сім'ї один на одного в якому кожна дія викликана попередньою дією і очікуваний результат іншого [7, 101–103 с.]. Наприклад, батьки, бабусі та дідусі в змозі посприяти спокійній поведінці дітей під час НС, а діти – швидше зреагувати на подію, за умовою, що в сім'ї буде панувати відносно здорова атмосфера та молодші будуть добре знати як діяти під час НС.

З 2016 року відкрито центр психологічної допомоги для переселенців та учасників бойових дій в Одесі. В команді працюють психологи, які в місті та області надають консультації, сімейні психотерапевти, дитячі психологи, логопеди. В центрі проводяться особисті психологічні консультації, групові тренінги, арт – терапевтичні заняття, семінари по коучингу, дитячі розвиваючі заходи, творчі майстер класи для дітей, пісочна терапія. Всі ці заходи спрямовані на зняття психологічного навантаження і стресу, покращенню психологічного та емоційного стану, розширенню соціальних контактів, новим знайомствам, обміну цікавою та корисною інформацією [3]. В грудні 2023 року в Одесі відкрито центр соціально-психологічної підтримки для переселенців. У травні поточного року в Кропивницькому на Кіровоградщині відкрили Центр допомоги врятованим. За час повномасштабного вторгнення запрацювала Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». Подібні центри по всій країні підтримують людей, які виїхали із зони активних бойових дій та/або тимчасово не підконтрольних територій, утім працівники кажуть, що до них можуть звертатись усі охочі. Вони можуть отримати безоплатні консультації соціальних працівників, психологів та юристів.

Виходячи з зазначеної інформації можемо стверджувати, що для вирішення проблем соціальної адаптації в нових умовах проживання, розпочинають створюватися певні умови по всій країні. Потрібно мати тільки бажання та бути готовими до змін.

**Висновки.** Психічне здоров'я – важлива складова всебічного, соціального і економічного відновлення окремих людей, членів їх родин, суспільних груп і навіть країни в цілому, після надзвичайної ситуації. Цим питанням переймається весь світ. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ), рекомендує включати питання охорони психічного здоров'я в національні плани готовності до надзвичайних ситуацій. Також дана організація є передовою у наданні рекомендацій з питань охорони здоров'я в умовах надзвичайних ситуацій. У 2019–2020 роках брала участь у сфері охорони психічного здоров'я в країнах і територіях, які були охоплені масштабними надзвичайними ситуаціями, таких як Бангладеш, Ірак, Йорданія, Ліван, Нігерія, Південний Судан, Сирійська Арабська Республіка, Туреччина, Україна, Західний берег

і сектор Газу [2].

За визначенням ВООЗ, психічне здоров'я – це стан добробуту, при якому кожна людина може реалізувати свій власний потенціал та впоратися із життєвими стресами, продуктивно і плідно працювати, а також робити внесок у життя своєї спільноти (травень 2023 р.). Також потрібно усвідомлювати, що прогрес у відновленні психічного стану вдасться досягнути в разі взаємодії громадян, держави, громадських і благодійних організацій. Самотужки, без звернення до кваліфікованої допомоги неможливо повернутися до звичайного життя.

Заходи психологічної допомоги мають бути спрямовані на зменшення та нейтралізацію негативних психічних станів і реакцій серед населення всіх вікових категорій. Люди, при спілкуванні з психологами, мають відчувати необхідну підтримку, емоційний захист, розділяти біль втрати, зменшувати прояви негативного психоемоційного стану. Психологічний захист повинен забезпечити зниження емоційного напруження людини, яке може спричинити психічну травму та розвиток більш складних станів та психічних захворювань.

Громадяни мають усвідомлювати, що вчасно отримана психологічна допомога буде сприяти: профілактиці гострих панічних реакцій, психогенних нервових порушень; регуляції морального і психологічного стану; розвитку здібностей керувати власними психічними процесами; актуалізації адаптивних і компенсаторних ресурсів особливості; стабілізації психоемоційного стану; підвищенню працездатності; мобілізації психологічного потенціалу для подолання негативних наслідків; попередження розвитку посттравматичних розладів.

На превеликий жаль, в нашій країні відсутня культура звернення до психолога. Звернення за психологічною допомогою вважається чимось неадекватним. На державному рівні потрібно розвинувати міфи про роботу психологів, а українцям потрібно ментально перебудуватися і брати приклад з інших країн світу – де подібне звернення вважається звичайним в повсякденному житті. Тоді можливо зміниться загальний «індекс щастя» українців, який з року в рік тільки знижується (наприклад у 2019 році він складав 33%, а вже у 2020 році лише 14%) [4]. У 2024 році, Україна в рейтингу щастя займає 105 позицію, що на 13 місць гірше ніж у 2023, коли Україна була на 92 позиції. Серед 142 країн, які потрапили у світовий рейтинг щастя, на останньому місці опинився Афганістан з 1,721 балами [8].

**Список літератури:**

1. Діагностика, корекція і профілактика кризових станів у учасників воєнних конфліктів. *Учбовий посібник для лікарів – психіатрів, сімейних лікарів та медичних психологів/* під редакцією професора Л.Н. Юрїєвої. Київ, 2017. 204 с.
2. Інформація ВОЗ Психічне здоров'я в надзвичайних умовах. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies>.
3. Інформація реабілітаційного центру Святого Павла. URL: <https://www.facebook.com/PsyServiceOdessa/>
4. Інформація Фонду «Демократичні ініціативи». URL: <https://hromadske.ua-posts-ukraine-voshla-v-ruater>
5. Кодекс цивільного захисту України: Закон України від 02.10.2012 р. № 5403-VI.
6. Ольга Омелянчук. Сформовані війною (30 Червня 2021). URL: <https://www.reporters.media/sformovani-vijnoyu/>
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. *Навчальний посібник /* уклад: Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович, Л. Гриценко, В. Кочубей, Л. Гридковець. Т. 2. Київ: ОБСЄ, 2018. 36–40, 49–57 с.
8. Світовий рейтинг щастя 2024: на якому місці Україна (20 березня 2024). URL: <https://www.unian.ua/society/nazvano-nayshchaslivishi-krajini-u-sviti-ukrajina-za-mezhami-pershoji-sotni-12578715.html>
9. UNICEF. The long road to education for children in eastern Ukraine URL: <https://www.unicef.org/ukraine/en/stories>
10. UNICEF. A lifetime under fire for seven year old in eastern Ukraine URL: <https://www.unicef.org/ukraine/stories>

**Polishchuk L.M., Radaieva I.M. THE CURRENT STATE OF EMERGENCIES OF A MILITARY CHARACTER AND THEIR EFFECTS ON THE HUMAN PSYCHOLOGY**

*The article deals with the problems of military emergencies. During the war, emergencies cause a special psychophysiological state in a person – stress. The author reveals the impact of emergencies on the psychological state of refugees and IDPs who, due to unfavourable circumstances, leave their permanent place of residence in a particular region or go abroad. The author analyses the reasons for the deterioration of the psychological state of the civilian population, which exacerbate the development of stress in IDPs, namely: when people witness bodily harm to another; witness murders, physical injuries, strong noise effects (explosions of shells, the hum of machinery, people's screams), tension of relatives and others; loss of housing, relatives or friends; unbearable living conditions. It is noted that in the course of hostilities, secondary signs of danger to the population may arise: injury or death of people, destruction of houses, etc. Such stressful situations negatively affect the health of adults and children with catastrophic psychological consequences for a long time. It is established that the main emphasis is placed on defining the concept of 'mental state of people during and after a military emergency' in the context of life safety. It is determined that progress in restoring the mental state will be achieved in the case of interaction between citizens, the State, public and charitable organisations. It is impossible to return to normal life on one's own, without seeking professional help. The author substantiates the usefulness of advanced training in the expediency of improving the aspect of psychological assistance and rescue. The author suggests expanding and increasing the number of rehabilitation centres and psychological support centres across Ukraine, and recommends timely seeking psychological assistance at the centres of social and psychological support for IDPs and refugees and all those in need, which are located in many cities of Ukraine.*

**Key words:** security, war, mental state, rescue, emergency, refugees, displaced persons, psychological assistance.

## ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9:616.89]:355.01(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/25>

**Клименко І.С.**

ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

### АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА МЕДИЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПОСТРАЖДАЛИХ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ В УКРАЇНІ

*У статті проведено аналіз психологічних та медичних характеристик військовослужбовців, військовополонених, осіб що перебували на окупованих територіях та ВПО. Окреслено основні напрямки медико-психологічної роботи з цією категорією громадян, спрямовані на подолання негативних наслідків війни. Проведено детальний аналіз осіб, які зазнали прямих фізичних ушкоджень в результаті воєнних дій, таких як поранення та травми (наприклад від катувань) або інші ушкодження, психічні травми та стресові реакції, які отримали постраждалих внаслідок війни.*

*У структурі психічної патології найбільшу увагу приділяли невротичним, пов'язаним зі стресом та соматоформним розладам, з меншим акцентом на афективні розлади, розлади зрілої особистості та поведінці, а також на поведінкових аспектах, що пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами у психічних травмах та стресових реакціях. Аналізуючи зміну поширення психічних травм та стресових реакцій за різних вікових груп, виявлено, що найвищий рівень спостерігався у 36–45 річних військовослужбовців – 24,2%, тоді як найнижчий – у військовополонених старше 56 років – 2%. Особи з обмеженими фізичними можливостями внаслідок воєнних ушкоджень у кожній категорії інвалідності свідчать про значний вплив війни на здоров'я військовослужбовців та цивільних осіб, в тому числі військовополонених та осіб, що проживають на тимчасово окупованих територіях. Найбільша кількість постраждалих серед ВПО (2,2%) мали порушення роботи внутрішніх органів та діти ВПО А категорії інвалідності (2,2%).*

*Отже, дослідження виявило суттєві психологічні та медичні проблеми у постраждалих внаслідок війни в Україні, зокрема високий рівень ПТСР, депресії та фізичних травм. Аналіз отриманих даних підкреслює необхідність комплексного підходу до надання медико-психологічної допомоги, що включає як лікування, так і реабілітацію. Результати дослідження стануть основою для розробки ефективних програм підтримки та відновлення здоров'я постраждалих.*

**Ключові слова:** ПТСР, депресія, тривожні розлади, фізичні травми, медико-психологічна допомога, реабілітація, психологічне здоров'я.

**Постановка проблеми.** Російська агресія проти України та повномасштабна війна, що почалася у лютому 2022 року, мають величезний вплив на здоров'я, як фізичне так і психологічне та працездатність усього українського населення. Відзначається постійне зростання кризових ситуацій у житті кожного українця, що ставить під загрозу їх життя, соціальне функціонування і може призвести до стійких змін у особистості. Тому на сьогоднішній день проблема аналізу психологічних та медичних характеристик постраждалих внаслідок війни в Україні є критично важливою через значні

фізичні та психічні травми, завдані війною, яка спричиняє глибокі зміни у здоров'ї та психіці військовослужбовців, військовополонених, цивільних осіб, що перебували на окупованих територіях, та внутрішньо переміщених осіб (ВПО) [1, с. 13–16]. З метою вивчення та оцінки рівня травматичного досвіду осіб, які пережили фізичні ушкодження внаслідок воєнних дій проведено детальний аналіз ефективних підходів до реабілітації, спрямовані на полегшення психологічних труднощів та покращення якості життя постраждалих. Тому необхідним є проведення глибокого аналізу психологічних



і медичних аспектів постраждалих, щоб забезпечити розробку та впровадження ефективних стратегій підтримки, лікування і реабілітації для покращення загального здоров'я та якості життя постраждалих.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На сьогоднішній день існують різні наукові дослідження і публікації, що аналізують групи населення, вразливі в умовах повномасштабної війни, і вказують на необхідність медико-психологічної підтримки. Зокрема, дані Л. М. Карамушка [3, 52 с.] відображають ці групи, які включають евакуйовані особи, залишившихся на територіях з активними бойовими діями, під окупацією Росії, а також різні категорії військовослужбовців, військовополонених [5, 1068 с.], які потребують спеціалізованої допомоги та ВПО. Також аналіз впливу війни на психологічне та фізичне здоров'я досліджували наступні вчені, Т. Титаренко, Л. Коробка, Н. Гусак, В. Чернобровкіна, А. Мас-тен, Е. Вернер, В. Мосс, Н. Гармезі [7; 4, с. 46–56; 9, с. 56].

Останні дослідження підтверджують, що медична та психологічна характеристика постраждалих має певну структуру, що включає аналіз постраждалих, які отримали поранення та травми. Особистісна медична та психологічна стійкість охоплює широкий спектр характеристик, таких як винахідливість, спритність, міцність характеру та гнучкість у функціонуванні в різних умовах [11, с. 39–101.].

**Метою статті** є проведення аналізу психологічних та медичних характеристик постраждалих внаслідок війни в Україні, включаючи військовослужбовців, військовополонених, осіб, що перебували на окупованих територіях, та ВПО.

**Виклад основного матеріалу.** Рівень травматичного досвіду є важливим аспектом психічного здоров'я осіб, які пережили фізичні травми,

такі як поранення та інші ушкодження внаслідок воєнних дій. Визначення та розуміння цього рівня є ключовим кроком у розробці ефективних підходів до психологічної підтримки та реабілітації постраждалих [7, 224 с.].

Особи, які зазнали фізичних травм, стикаються не лише з фізичними викликами, але й із значними психологічними наслідками травматизації. Поранення та травми можуть призводити до стресових реакцій, тривожності, депресії та інших психічних станів, для управління якими необхідний кваліфікований психологічний супровід [2, 16 с.].

Опитування проводили серед 572 осіб, після проведеного анкетування було використано фактично 550 анкети з 572, які були заповнені респондентами. 22 анкет (5,1%) залишились за межами дослідження через низьку якість заповнення. Вибіркова група дослідження включала такі категорії осіб: військовослужбовці ЗСУ та ТрО – 200 осіб (112 – військовослужбовці ЗСУ та 78 військовослужбовці ТрО), військовополонені – 50 осіб, особи із тимчасово окупованих територій – 80 осіб, ВПО – 120 осіб, діти ВПО – 100 осіб.

Провели детальний аналіз осіб, які внаслідок воєнних дій зазнали прямих фізичних ушкоджень, таких як поранення та травми (наприклад, від катувань) або інші ушкодження (див. таблицю 1).

Дані у таблиці показують кількість осіб у кожній групі та розподіл їхніх травм за видами. Всі значення представлені як абсолютні числа і відсотки від загальної кількості постраждалих у кожній групі. У військовослужбовців ЗСУ найбільший відсоток постраждалих (78,5%) отримав бойові поранення. У військовослужбовців ТрО майже половина постраждалих (48,8%) отримала бойові поранення. Понад 78% військовополонених зазнали травм під час перебування у полоні. До полону 16% військовослужбовців отримали бойові поранення. Серед дорослих та дітей з тим-

Таблиця 1

**Аналіз постраждалих внаслідок війни в Україні, які отримали поранення та травми**

Група постраждалих	Отримані поранення, абс., (%)			Всього	p	
	бойове поранення	травма	інше			
Військовослужбовці ЗСУ	88 (78,5)	7 (6,25)	3 (2,75)	98/112	0.3557	
Військовослужбовці ТрО	43 (48,8)	5 (5,6)	1 (1)	49/88		
Військовополонені	8 (16)	39 (78)	0	47/50		
Особи з тимчасово окупованих територій	Дорослі	0	38 (47,5)	5 (6,5)	43/80	0.0224
	Діти	0	3 (10)	3 (10)	6/30	
ВПО	Дорослі	0	14 (11,7)	34 (28,3)	48/120	0.1389
	Діти	0	3 (3,75)	15 (18,75)	18/80	
Всі респонденти	139 (25,3)	109 (20)	61 (11)	309/550	-	

часово окупованих територій переважали травми, не пов'язані з бойовими діями (відповідно 47,5% та 10%). Частка дорослих, які отримали інші травми, становить 6,5%, а дітей – 10%. У групі ВПО більшість травм (28,3%) стосується осіб, які зазнали інших травм, не пов'язаних з катуваннями або бойовими діями.

Отримано об'єктивний огляд розподілу травм серед різних груп постраждалих унаслідок воєнних дій.

З нашого дослідженого контингенту, що складався з 550 військовослужбовців та цивільних осіб (дорослих та дітей), психічні травми та стресові реакції були виявлені у 387 осіб (70,2%), тоді як 163 досліджуваних (29,8%) були практично здоровими.

У структурі психічних травм та стресових реакцій ми виявили наступне: афективні розлади настрою (L1-6A6) були виявлені у 71 (12,9%) військовослужбовців та 46 (8,4%) цивільних осіб, що становить 21,2% від загальної кількості досліджуваних із психічними травмами та стресовими реакціями. Тривожні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади (L1-6B0) та обсесивно-компульсивні розлади (L1-6B2) були виявлені у 63 (11,5%) військовослужбовців та 63 (11,5%) цивільних осіб. Поведінкові розлади, пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами (6B8, MG41), були виявлені у 43 (7,8%) військовослужбовців та 39 (7%) цивільних осіб. Розлади зрілої особистості та поведінки у дорос-

лих (6D10, 6D11) були діагностовані у 21 військовослужбовця (3,8%) та у 41 цивільної особи (7,5%). Структуру психічних травм та стресових реакцій наведено на рисунку 1.

Також, проведено глибокий аналіз психічних травм та стресових реакцій, що виникли у постраждалих через воєнні події. Досліджено вплив воєнних дій на психічне здоров'я різних груп населення, що сприяє визначенню ключових аспектів, які потребують уваги та подальших наукових досліджень. Результати аналізу будуть корисні для розробки ефективних програм психологічної підтримки та реабілітації для тих, хто страждає від травм та психологічного стресу. У структурі психічних патологій особлива увага була приділена невротичним розладам, пов'язаним зі стресом та соматоформним розладам, з меншою акцентуацією на афективних розладах, розладах зрілої особистості та поведінкових аспектах, що пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами у психічних травмах та стресових реакціях. Детальну структуру психічних травм та стресових реакцій за класифікацією МКХ-11 можна знайти у таблиці 2.

Клінічні прояви психічних травм та стресових реакцій у досліджених пацієнтів повністю відповідали діагностичним критеріям МКХ-11. Однак спостерігалися особливості клінічної типології цих розладів, які проявлялися наявністю певних ознак та відсутністю інших при загальному відповіданні критерію.

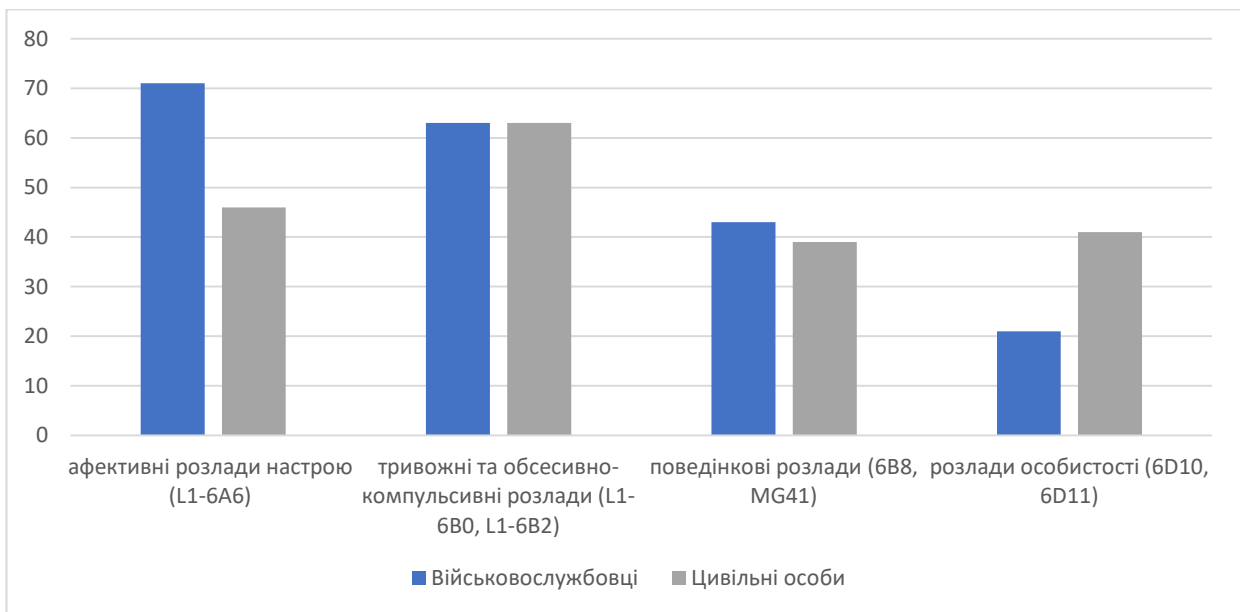


Рис. 1. Структура психічних травм та стресових реакцій у військовослужбовців та цивільних осіб (осіб з тимчасово окупованих територій та ВПО)

**Структура психічних травм та стресових реакцій у військовослужбовців та цивільних осіб (осіб з тимчасово окупованих територій та ВПО) (абс., %)**

Психічних травм та стресових реакцій (шифр за МКХ-11)	Військовослужбовці		Цивільні особи (особи з тимчасово окупованих територій та ВПО)	
	абс.	%	абс.	%
1	2	3	4	5
Афективні розлади (L1-6A6)	71	12,9	46	8,4
Тривожні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади (L1-6B0)	40	7,22	37	6,6
Обсесивно-компульсивний розлад (L1-6B2)	23	4,18	26	4,74
Поведінкові розлади, пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами (6B8, MG41)	43	7,8	39	7,1
Розлади зрілої особистості та поведінки у дорослих (6D10, 6D11)	40	7,24	61	11,4
Разом	217	39,34	209	38,2

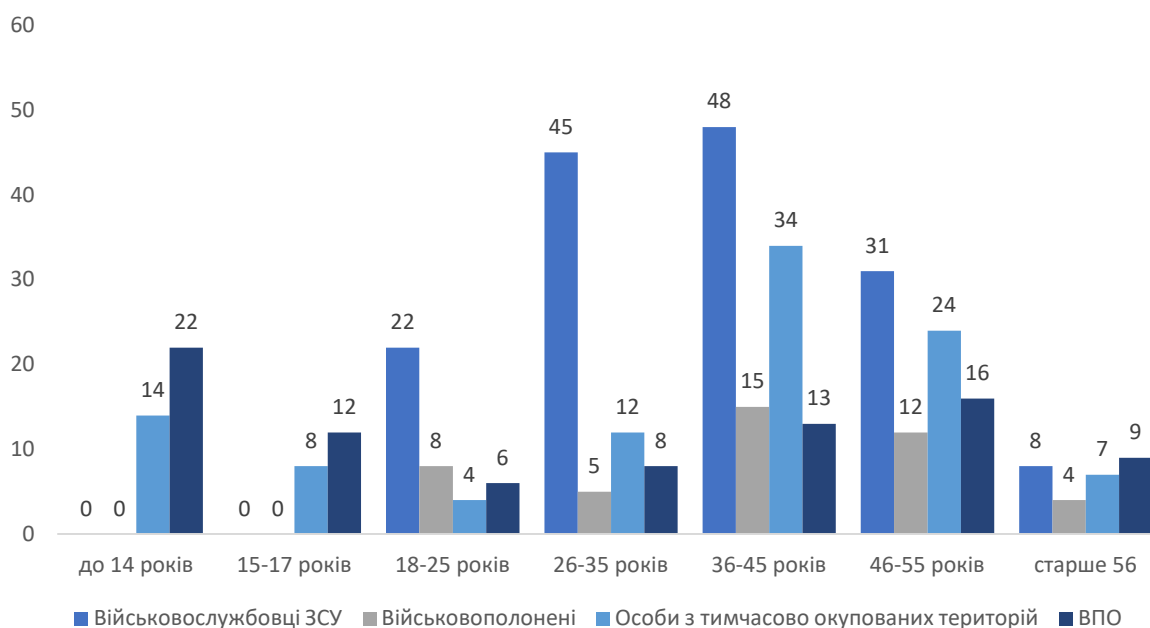
Клінічні прояви психічних травм та стресових реакцій у досліджених пацієнтів описані по вікових групах і представлені на рисунку 2.

Аналізуючи зміну поширення психічних травм та стресових реакцій у різних вікових групах, виявлено, що найвищий рівень спостерігався серед військовослужбовців віком 36–45 років – 24,2%, тоді як найнижчий показник був у військовополонених старше 56 років – 2%.

Розглянемо розподіл діагностичних категорій серед різних груп населення, які пов'язані з військовою діяльністю та конфліктними ситуаціями.

Дослідження включає військовослужбовців ЗСУ, ТрО, військовополонених, осіб, що проживають на тимчасово окупованих територіях, а також ВПО. В таблиці 3 представлена структура та розподіл діагностичних категорій серед зазначених груп осіб, що дозволяє краще зрозуміти психічний стан та специфіку проблем, з якими стикаються досліджувані внаслідок війни в Україні.

Аналізуючи розподіл показників діагностичних рубрик L1-6B0 та L1-6B2, з'являється, що найвищі значення, а саме 67,5%, виявлені серед осіб у віковій категорії 26–35 років. Натомість,



**Рис. 2. Ознаки психічних травм та стресових реакцій у військовослужбовців ЗСУ, ТрО, військовополонених, осіб з тимчасово окупованих територій, ВПО по вікових групах**

Розподіл діагностичних рубрик між постраждалими залежно від віку

Діагностична рубрика МКХ 11	10-14	15-17	18-25	26-35	36-45	46-55	Старше 55
	%	%	%	%	%	%	%
L1-6A6	7,3	25,8	23,5	21,5	32,5	25,4	66,9
L1-6B0, L1-6B2	64,5	56,2	52,9	67,5	47,5	51,8	21,5
6B8, MG41	11,6	7,9	12,7	6,2	3,6	5,7	2,1
6D10, 6D11	16,6	10,1	10,9	4,8	16,4	17,1	9,5
Всього	100	100	100	100	100	100	100

найнижчі показники, що становлять 2,1%, спостерігаються у віковій групі старше 55 років.

Розглянемо категорії за ступенем фізичної та психічної непридатності військовослужбовців та цивільних осіб, які постраждали внаслідок війни в Україні. Існує п'ять категорій інвалідності, які описуються наступним чином: фізичні вади, включаючи ураження опорно-рухового апарату; порушення інтелекту та психічні захворювання; порушення слуху, такі як глухота та приглухуватість; порушення зору, які охоплюють сліпоту та слабозорість; та порушення функціонування внутрішніх органів, такі як цукровий діабет, бронхіальна астма, онкозахворювання та інші [10, с. 207–227].

Залежно від величини втрати здоров'я у дорослих, встановлюється одна з трьох категорій інвалідності:

I група: тяжкі фізичні ураження або хвороби, які повністю або практично повністю унеможливають виконання будь-яких обов'язків. Група I інвалідності поділяється на підгрупи А і Б згідно з величиною втрати здоров'я та потребою у постійному зовнішньому догляді, підтримці або нагляді. У підгрупі А основними критеріями є висока міра втрати здоров'я, що призводить до повної залежності від інших осіб для задоволення базових потреб та потреби у постійному зовнішньому нагляді, допомозі або догляді. У підгрупі Б основними критеріями є значна міра втрати здоров'я, що призводить до втрати можливості самостійно задовольняти базові потреби, за умов наявності технічних засобів та відповідного обладнання для забезпечення більшості життєво важливих фізіологічних та побутових потреб.

II група представляє собою категорію осіб з помірними фізичними ураженнями або хворобами. Основним критерієм для призначення до II групи є наявність стійких серйозних порушень функціонування організму, спричинених захворюванням, травмою або вродженою вадою, які значно обмежують життєдіяльність особи. Однак при цьому особа

здатна до самообслуговування і не потребує постійного зовнішнього нагляду, допомоги або догляду.

III група охоплює осіб зі стійкими помірно важкими порушеннями функціонування організму, що виникли внаслідок захворювання, травми або вродженої вади. Ці порушення призводять до помірно вираженого обмеження життєдіяльності особи, включаючи працездатність, і потребують соціальної допомоги та соціального захисту [6].

Щодо дітей-інвалідів, більшість з них потребують постійного догляду та нагляду, тому їм призначається лише одна категорія інвалідності, яка може бути поділена на підгрупи «А» або «Б», залежно від ступеня втрати здоров'я.

У таблиці 4. надано огляд осіб з обмеженими фізичними можливостями внаслідок воєнних ушкоджень. Це дозволяє краще розуміти різноманітність та складність ситуацій, з якими стикаються ці особи, а також визначає рівень їхніх потреб у підтримці для забезпечення належного життя та участі в суспільстві.

Загальна кількість осіб у кожній категорії інвалідності свідчить про значний вплив війни на здоров'я військовослужбовців та цивільних осіб, в тому числі військовополонених та осіб, що проживають на тимчасово окупованих територіях. Найбільша кількість постраждалих серед ВПО (2,2%) мали *порушення роботи внутрішніх органів* та діти ВПО А категорії інвалідності (2,2%).

**Висновки.** Розглянули значущі аспекти, охоплюючи психотерапевтичні стратегії та результати наукових досліджень, спрямованих на підвищення ефективності та якості надання допомоги особам, які пережили воєнні події в контексті російсько-української війни. Провели аналіз психологічних та медичних характеристик військовослужбовців, військовополонених, осіб що перебували на окупованих територіях та ВПО.

Аналізуючи зміну поширення психічних травм та стресових реакцій серед різних вікових груп, було виявлено, що найвищий рівень спостерігався у військовослужбовців віком 36–45 років –

## Особи з обмеженими фізичними можливостями внаслідок воєнних ушкоджень

Категорії інвалідності	Групи	Військово-службовці ЗСУ	Військово-службовці ТрО	Військово-полонені	Особи з тимчасово окупованих територій	ВПО
		абс. (%)	абс. (%)	абс. (%)	абс. (%)	абс. (%)
Фізичні недоліки	I	-	-	1 (0,2)	1 (0,2)	-
	II	2 (0,36)	1 (0,2)	4 (0,72)	3 (0,54)	7 (1,27)
	III	6 (1,1)	1 (0,2)	7 (1,27)	5 (0,9)	-
Порушення інтелекту і психічні захворювання	I	-	-	3 (0,54)	2 (0,36)	-
	II	1 (0,2)	-	7 (1,27)	6 (1,1)	8 (1,45)
	III	4 (0,72)	3 (0,54)	-	-	-
Порушення функцій слуху	I	-	1 (0,2)	-	6 (1,1)	-
	II	3 (0,54)	2 (0,36)	4 (0,72)	3 (0,54)	2 (0,36)
	III	7 (1,27)	-	2 (0,36)	-	7 (1,27)
Порушення функцій зору	I	1 (0,2)	-	-	-	1 (0,2)
	II	1 (0,2)	4 (0,72)	3 (0,54)	4 (0,72)	5 (0,9)
	III	-	1 (0,2)	-	-	-
Порушення роботи внутрішніх органів	I	-	1 (0,2)	-	-	-
	II	2 (0,36)	-	1 (0,2)	3 (0,54)	12 (2,2)
	III	-	-	-	-	2 (0,36)
Діти	A	-	-	-	5 (0,9)	12 (2,2)
	B	-	-	-	3 (0,54)	1 (0,2)
Всього		27 (4,9)	14 (2,5)	32 (5,8)	41 (7,5)	57(10,4)

24,2%, тоді як найнижчий – у військовополонених старше 56 років – 2%. Особи з обмеженими фізичними можливостями внаслідок воєнних ушкоджень у кожній категорії інвалідності свідчать про значний вплив війни на здоров'я військовослужбовців та цивільних осіб, включаючи військовополонених та мешканців тимчасово окупованих територій. Серед внутрішньо переміщених осіб (2,2%) найбільше постраждалих мали порушення роботи внутрішніх органів, а серед дітей ВПО – інвалідність категорії А (2,2%).

Отже, дослідження виявило суттєві психологічні та медичні проблеми у постраждалих внаслідок війни в Україні, зокрема високий рівень ПТСР, депресії та фізичних травм. Аналіз отриманих даних підкреслює необхідність комплексного підходу до надання медико-психологічної допомоги, який включає лікування та реабілітацію. Результати дослідження стануть основою для розробки ефективних програм підтримки та відновлення здоров'я постраждалих.

## Список літератури:

1. Андреева О., Гакман А., Волошок А. Оздоровчо-рекреаційна рухова активність як спосіб зниження тривожності у внутрішньо переміщених осіб. Місце і роль фізичної терапії у сучасній системі охорони здоров'я: матеріали II Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (м. Чернівці 16 лют. 2023 р.). Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2023. С. 13–16. URL: <https://fr.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/02/zbimyk-materialiv-ii-vseukr.konf-2023-1.pdf#page=87> (дата звернення: 06.07.2024).
2. Екстрена медико-психологічна допомога особам з гострими розладами психіки і поведінки психогенного походження: метод. рек. Б. В. Михайлов, О. М. Зінченко, Б. С. Федак, І. М. Сарвір. Харків, 2014. 16 с.
3. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
4. Коробка Л. М. Психологічні стратегії як засоби реалізації індивідуальної і колективної адаптації до наслідків воєнного конфлікту. Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2018. Вип. 41. С. 46–56. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp\\_2018\\_41\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2018_41_6).
5. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова [та ін.]. К. : Наш формат, 2017. 1068 с.

6. Люди з обмеженими можливостями (інваліди). URL: <https://igov.org.ua/subcategory/1/3/situation/20> (дата звернення: 15.07.2024).
7. Посттравматичні стресові розлади: навч. посіб. / за заг. ред. Б. В. Михайлова, В. В. Чугунов, С. Є. Казакова [та ін.] Х.: ХМАПО, 2013. 224 с.
8. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травмизації. Імекс-ЛТД, 2018.
9. Ann S. Masten. Ordinary magic: Resilience processes in development. University of Minnesota, Twin Cities Campus. 2001. P. 56.
10. Behavioral therapy versus addiction counseling for cooccurring substance use and posttraumatic stress disorders / M. P. McGovern, C. Lambert-Harris, A. I. Alterman [et al.] // J. of Dual Diagnosis. 2011. № 7. P. 207–227.
11. Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. *Minnesota Symposium on Child Psychology*, 13, 39–101.

### **Klymenko I.S. ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL AND MEDICAL CHARACTERISTICS OF WAR VICTIMS IN UKRAINE**

*The article analyzes the psychological and medical characteristics of servicemen, prisoners of war, persons who were in occupied territories, and internally displaced persons (IDPs). The main directions of medical and psychological work with this category of citizens, aimed at overcoming the negative consequences of the war, are outlined. A detailed analysis of individuals who suffered direct physical injuries as a result of hostilities, such as wounds and injuries (e.g., from torture), or other injuries, psychological trauma, and stress reactions, was conducted.*

*In the structure of mental pathology, the greatest attention was paid to neurotic, stress-related, and somatoform disorders, with less emphasis on affective disorders, mature personality and behavior disorders, and behavioral aspects related to physiological disturbances and physical factors in psychological trauma and stress reactions. Analyzing the prevalence of psychological trauma and stress reactions across different age groups revealed that the highest level was observed in servicemen aged 36-45 years – 24.2%, while the lowest was in prisoners of war over 56 years old – 2%. Persons with disabilities due to war injuries in each disability category indicate the significant impact of the war on the health of servicemen and civilians, including prisoners of war and persons living in temporarily occupied territories. The largest number of affected IDPs (2.2%) had internal organ disorders, and IDP children with category A disabilities also constituted 2.2%.*

*Thus, the study revealed significant psychological and medical problems among those affected by the war in Ukraine, particularly high levels of PTSD, depression, and physical injuries. The analysis of the obtained data emphasizes the need for a comprehensive approach to providing medical and psychological assistance, including both treatment and rehabilitation. The results of the study will form the basis for the development of effective support and health recovery programs for the affected individuals.*

**Key words:** PTSD, depression, anxiety disorders, physical injuries, medical and psychological assistance, rehabilitation, psychological health.

## Відомості про авторів

**Біла І.М.** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, філософії та суспільних наук Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

**Богач О.В.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

**Бойко А.О.** – аспірант ПВНЗ «Університет сучасних знань»

**Гребенюк Н.С.** – магістр кафедри психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

**Губа Н.О.** – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології Запорізького національного університету

**Гуляк У.М.** – підполковник, ад'юнкт кафедри суспільних наук Національного університету оборони України

**Діденко О.Г.** – голова постійної комісії з питань освіти, науки та культури Полтавської обласної ради, кандидат наук з державного управління, доцент кафедри публічного управління, адміністрування та права Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

**Дідук І.А.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник відділу психології політичної поведінки молоді Інституту соціальної та політичної психології, Національної академії педагогічних наук України

**Дробот О.В.** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, філософії та суспільних наук Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

**Дроздова Л.В.** – доцентка кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ

**Дуда О.П.** – студент Університету економіки та права «КРОК», офіцер Державної прикордонної служби України

**Зубіашвілі І.К.** – кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Іванчук О.В.** – аспірант кафедри Комп'ютерних систем та мереж Херсонського національного технічного університету

**Карпюк А.В.** – бакалавр психології

**Клименко І.С.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Навчально-наукового інституту психології та соціальних наук, виконуючий обов'язки завідувача кафедри медичної психології Інституту медичних та фармацевтичних наук ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**Копилова С.В.** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології, філософії та суспільних наук Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

**Крамар Т.В.** – кандидат філософських наук, старший викладач кафедри філософських та соціальних наук Державного торговельно-економічного університету

**Лікарчук Є.В.** – аспірант кафедри психології, асистент кафедри психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

**Мельник А.П.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК»

**Нагорна Н.С.** – кандидат психологічних наук, доцент, декан факультету соціальних технологій, оздоровлення та реабілітації Національного університету «Чернігівська політехніка»

**Найдьонова Г.О.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психодіагностики та клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Нестеренко М.О.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

**Панок В.Г.** – доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, директор Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи Національної академії педагогічних наук України

**Періг І.М.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Тернопільського національного технічного університету імені Івана Пулюя

**Погорільська Н.І.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**Поліщук Л.М.** – старший викладач кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти Одеського національного університету імені І.І. Мечникова

**Предко В.В.** – доктор філософії в галузі психології, старший науковий співробітник Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи Національної академії педагогічних наук України

**Пушкар О.А.** – здобувач вищої освіти третього освітньо-наукового рівня, доктор філософії спеціальності 053 Психологія Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

**Радаєва І.М.** – кандидат біологічних наук, доцент кафедри фармакології та технології ліків Одеського національного університету імені І.І. Мечникова

**Склярєнко О.Є.** – аспірант кафедри психології та педагогіки ВНПЗ «Університет сучасних знань»

**Слободяник Н.В.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії навчання імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Стеценко Н.М.** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри Галузевого перекладу та іноземних мов Херсонського національного технічного університету

**Федько В.В.** – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії навчання імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

**Фролова М.Е.** – старший викладач кафедри Загальноосвітніх гуманітарних та природничих дисциплін Херсонського національного технічного університету

**Чемодурова Ю.М.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри менеджменту освіти та психології Комунального закладу «Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» Запорізької обласної ради

**Чумак О.О.** – асистент кафедри психології ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

**Яланська С.П.** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри кризової психології, декан факультету психології і соціальної роботи Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка



## **НОТАТКИ**

Науковий журнал

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

**Серія: Психологія**

**Том 35 (74) № 4 2024**

Коректура • *Я. Вишнякова*

Комп'ютерна верстка • *О. Молодецька*

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. 15,30. Ум. друк. арк. 18,37. Зам. № 0824/594.

Підписано до друку 02.09.2024. 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.