

Волинський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ СТУДІЇ

№ 4, 2024



Видавничий дім
«Гельветика»
2024

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

МАГДИСЮК Людмила Іванівна, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної психології та психодіагностики, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Україна (головний редактор);

АСЄЄВА Юлія Олександрівна, доктор психологічних наук, в.о. завідувача кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки, Одеський національний економічний університет, Україна;

Барбара ГАВДА, доктор наук, професор, завідувач кафедри психології емоцій і особистості, Університет Марії-Кюрі Склодовської в Любліні, Польща;

ГРИЦЮК Ірина Михайлівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології та психодіагностики, Волинський національний університет імені Лесі Українки;

ДУЧИМІНСЬКА Тамара Іванівна, кандидат психологічних наук, доцент, декан факультету психології, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Україна;

МУШКЕВИЧ Мирослава Іванівна, доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри практичної психології та психодіагностики, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Україна;

РОЗМИРСЬКА Юлія Анатоліївна, кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри педагогічної та вікової психології, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Україна;

ХАВУЛА Роман Михайлович, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології, Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, Україна.

Журнал ухвалено до друку Вченою радою
Волинського національного університету імені Лесі Українки
20 грудня 2024 р., протокол № 17

Науковий журнал «Психологічні студії» зареєстрований в Національній раді України з питань телебачення і радіомовлення
(Рішення №1834 від 21.12.2023 р. Ідентифікатор медіа R30-02343).
Мови видання: українська, англійська, німецька, польська, іспанська, французька, болгарська.

Журнал включений до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») зі спеціальності 053 «Психологія» відповідно до Наказу МОН України від 20.02.2023 № 185 (додаток 4)

Виходить 4 рази на рік

Офіційний сайт видання: www.journals.vnu.volyn.ua/index.php/psychology

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

ЗМІСТ

Алексіна Надія Юріївна, Савченко Олена Вячеславівна, Лавриненко Денис Гійович, Герасименко Ольга Володимирівна, Степаненко Маргарита Володимирівна АДАПТАЦІЯ ДОКАЗОВИХ ПРАКТИК ПСИХОТЕРАПІЇ: МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ТА АЛГОРИТМ РОБОТИ.....	5
Белей Михайло Дмитрович СМИСЛОГЕНЕЗ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ КОНТРАСТНИХ ФЕНОМЕНІВ ПОДІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	16
Белавіна Тетяна Іванівна, Блінов Олег Анатолійович, Абрамян Наталія Дмитрівна КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ЯК СКЛАДНИК СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ.....	23
Вавілова Альона Сергіївна, Ковшун Тетяна Сергіївна РОЛЬ СОЦІО-ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ВИБОРІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ОСОБАМИ З ПІДВИЩЕНОЮ ТРИВОЖНІСТЮ.....	30
Велитченко Леонід Кирилович САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ ТА ПОЗИЦІЮВАННЯ ЯК ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГІЧНОГО АРАНЖУВАННЯ ЦІЛІСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	40
Гричанюк Оксана Леонідівна, Магдисюк Людмила Іванівна ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ НАСИЛЛЯ У СІМ'ї.....	47
Кириченко Віктор Васильович СМИСЛОВА КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ЖИТТЄВОГО УСПІХУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	54
Мілютіна Катерина Леонідівна, Согор Оксана Михайлівна ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЖУРНАЛІСТІВ ПІД ЧАС ВИСВІТЛЕННЯ ВІЙСЬКОВИХ ПОДІЙ В УКРАЇНІ.....	60
Мушкевич Мирослава Іванівна, Мушкевич Валентин Олегович, Білан Крістіна Віталіївна КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	66
Ніколаєв Леонід Олегович АКСІОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФЕНОМЕНОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ ГРУП ПІДТРИМКИ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО АНАЛІЗУ.....	76
Пасічник Ігор Демидович, Борисенко Валерій Євгенович, Августюк Марія Миколаївна РІВНЕВА СТРУКТУРА МЕТАКОГНІТИВНОГО МОНИТОРИНГУ: ОСНОВНІ АСПЕКТНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ	83
Сергет Ірина Вікторівна СТАВЛЕННЯ ДО ХВОРОБИ ТА ЙОГО ЗВ'ЯЗОК ІЗ ЦІННІСНИМИ ОРІЄНТАЦІЯМИ ОНКОЛОГІЧНИХ ПАЦІЄНТІВ.....	89

CONTENTS

Aleksina Nadiia, Savchenko Olena, Lavrynenko Denys, Gerasimenko Olha, Stepanenko Marharyta

ADAPTATION OF EVIDENCE-BASED PSYCHOTHERAPY PRACTICES: METHODOLOGICAL ASPECTS AND ALGORITHM OF WORK.....5

Beley Mykhailo

MEANING GENESIS OF PERSONALITY IN THE CONTEXT OF CONTRACT PHENOMENA OF EVENT LEARNING.....16

Bielavina Tetiana, Blinov Oleh, Abramian Nataliia

COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS AS A COMPONENT OF SOCIAL INTELLIGENCE.....23

Vavilova Alyona, Kovshun Tatyana

THE ROLE OF SOCIO-EMOTIONAL COMPETENCE IN THE CHOICE OF COPING-STRATEGIES BY PERSONS WITH INCREASED ANXIETY30

Velitchenko Leonid

SELF-PRESENTATION AND POSITIONING AS A PHENOMENON OF PSYCHOLOGICAL ARRANGEMENT OF INTERPERSONAL COMMUNICATION.....40

Grychaniuk Oksana, Magdysyuk Lyudmila

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FAMILY VIOLENCE PREVENTION.....47

Kyrychenko Viktor

SEMANTIC CONCEPTUALIZATION OF LIFE SUCCESS IN ADOLESCENTS.....54

Miliutina Kateryna, Sogor Oksana

PECULIARITIES OF JOURNALISTS' RESILIENCE WHEN COVERING MILITARY EVENTS IN UKRAINE.....60

Mushkevych Myroslava, Mushkevych Valentyn, Bilan Christina

COPING STRATEGIES AND PSYCHOLOGICAL HEALTH OF MILITARY SERVANTS.....66

Nikolaiev Leonid

AXIOLOGICAL DETERMINANTS OF THE PHENOMENOLOGY OF SUPPORT GROUPS' ACTIVITIES IN THE CONTEXT OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ANALYSIS.....76

Pasichnyk Ihor, Borysenko Valerii, Avhustiuk Mariia

LEVEL STRUCTURE OF METACOGNITIVE MONITORING: MAIN ASPECTS.....83

Serhet Iryna

ILLNESS ATTITUDE AND ITS RELATIONSHIP WITH THE VALUE ORIENTATIONS OF ONCOLOGY PATIENTS.....89

УДК 159.98

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.4.1>

АДАПТАЦІЯ ДОКАЗОВИХ ПРАКТИК ПСИХОТЕРАПІЇ: МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ТА АЛГОРИТМ РОБОТИ

Алексіна Надія Юріївна,

магістрантка психології,
кафедри експериментальної та прикладної психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка;
керівниця дослідницького проєкту з адаптації психодіагностичних методик
БО «БФ «Бережи себе», Київ, Україна
<https://orcid.org/0009-0008-2120-1326>

Савченко Олена Вячеславівна,

докторка психологічних наук, професорка,
професорка кафедри загальної психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0000-0002-7069-7419>

Лавриненко Денис Гійович,

старший викладач кафедри педагогіки та психології
Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана
<https://orcid.org/0000-0002-9306-3830>

Герасименко Ольга Володимирівна,

докторка психології (PsyD),
Інститут Райта, Берклі, США,
постдокторантка, Інститут психологічних послуг «Екセス»
<https://orcid.org/0009-0006-9507-2139>

Степаненко Маргарита Володимирівна

магістриня психології,
головна внутрішня експертка клінічного напрямку
БО «БФ «Бережи себе», Київ, Україна
<https://orcid.org/0009-0001-7032-9771>

Стаття описує основні методологічні аспекти культурної адаптації доказових практик психотерапії. Численні соціокультурні фактори, такі як стиль життя, сімейні та родові стосунки, фізичне оточення, бідність, дискримінація, безпека тощо, суттєво впливають на психологічний добробут людини. Культура (особливості мови, традиційні погляди на психічне здоров'я, стереотипи стосовно учасників психотерапевтичного процесу, особливості картини світу) є ключем до розуміння того, як проявляються симптоми психічних розладів та поведінка, спрямована на пошук допомоги, а отже, на те, як надавачі психотерапевтичних послуг діагностують клієнтів/пацієнтів та працюють із ними. Усе це зумовлює необхідність адаптації та модифікації доказових психотерапевтичних практик відповідно до запитів, потреб та особливостей українського суспільства. Описано загальний алгоритм соціокультурної адаптації психотерапевтичних утручань, що складається з 11 етапів (від вибору практики і створення робочої експертної групи до перевірки ефективності адаптованої версії). Детально охарактеризовані соціокультурні чинники, які впливають на впровадження психотерапевтичної практики та мають бути враховані в адаптації протоколів та програм утручань. Виділено незмінні елементи доказової практики та варіативні компоненти, стосовно яких доцільна процедура культурної адаптації. Зміни протоколу утручань у процесі адаптації умовно поділені на три напрями: усунення елементів, не актуальних в українському контексті; додавання елементів, щоб покращити розуміння практики (кейси, приклади використання вправ, глосарій термінів тощо); трансформація елементів відповідно до соціокультурного контексту. Обґрун-

товане залучення громадськості (професійної спільноти та цільових груп) до обговорення внесених модифікацій, сформульовані завдання і напрями роботи із фокус-групами. Окреслено основні шляхи експериментальної перевірки ефективності адаптованих практик.

Ключові слова: психологічне втручання, психотерапевтичне втручання, протокол, соціокультурна адаптація, доказова практика психотерапії, соціокультурні чинники.

Aleksina Nadiia, Savchenko Olena, Lavrynenko Denys, Gerasimenko Olha, Stepanenko Marharyta. Adaptation of evidence-based psychotherapy practices: methodological aspects and algorithm of work

The article describes the main methodological aspects of cultural adaptation of evidence-based psychotherapy practices. Numerous sociocultural factors, such as lifestyle, family and generational relationships, physical environment, poverty, discrimination, safety, etc. have a significant impact on a person's psychological well-being. Culture (language features, traditional views on mental health, stereotypes about participants in the psychotherapeutic process, and worldview) is key to understanding how symptoms of mental disorders and help-seeking behavior manifest themselves, and thus how psychotherapy providers diagnose clients/patients and work with them. All of this necessitates the adaptation and modification of evidence-based psychotherapeutic practices in accordance with the demands, needs, and peculiarities of Ukrainian society. The article describes a general algorithm for sociocultural adaptation of psychotherapeutic interventions, consisting of 11 stages (from the choice of practice and organizing a working expert group to testing the effectiveness of its adapted version). The socio-cultural factors that influence the implementation of psychotherapeutic practice and should be taken into account when adapting protocols and intervention programs are described in detail. The article highlights the unchanged elements of evidence-based practice and the variable components that warrant cultural adaptation procedures. Changes to intervention protocols during the adaptation process are categorized into three directions: (1) eliminating elements irrelevant in the Ukrainian context; (2) adding elements to enhance understanding of the practice (e.g., cases, examples of exercise applications, glossaries of terms); and (3) transforming elements to align with the sociocultural context. The involvement of public stakeholders (professional community and target groups) in the discussion of proposed modifications is substantiated, and the tasks of working with focus groups are formulated. Finally, the main ways to test the effectiveness of adapted practices are outlined.

Key words: psychological intervention, psychotherapeutic intervention, protocol, sociocultural adaptation, evidence-based practice of psychotherapy, socio-cultural factors.

Постановка проблеми. Необхідність адаптації доказових практик психотерапії зумовлена тим, що більшість із них розробляються у розвинених західних країнах, отже, їхній зміст і спосіб реалізації зумовлюються певним культурним контекстом. Виникає питання про можливість застосування таких практик стосовно вихідців з іншого соціокультурного та лінгвістичного середовища: населення інших країн, національних меншин, мігрантів, які прибувають до Європи та Америки. Простого перекладу матеріалів на іншу мову часто не досить, щоб зробити їх доступними та ефективними для населення з відмінними культурними особливостями. Адаптації потребують також способи надання психологічних послуг населенню, адже в різних країнах світу цей процес відбувається та регулюється по-своєму.

У науковій літературі не часто обговорюється вплив соціокультурних чинників

на надання допомоги у сфері психічного здоров'я. Але культура значною мірою визначає поширеність психічних та поведінкових порушень, а також те, як людина проявляє симптоми розладу, які використовує захисти і механізми подолання, де шукає соціальну підтримку, наскільки вона готова звертатися за психологічною допомогою, що очікує від спілкування з психотерапевтом. Крім того, соціокультурні особливості впливають на постачальників психологічних/терапевтичних послуг, насамперед на підходи до діагностики та терапії. З іншого боку, наявні культурно зумовлені бар'єри у наданні психологічної допомоги різним категоріям населення: недоступність психотерапевтичних послуг, недовіра до системи охорони здоров'я, відсутність страхування, ризик стигматизації, індивідуальна та інституційна дискримінація і т. ін. [1]. Метааналіз

результативності програм психотерапевтичного втручання різного походження (нових практик та практик, узятих з інших контекстів, з адаптацією або без неї) показав перевагу нових та адаптованих програм порівняно із запозиченими програмами без адаптації [2]. Отже, використання західних доказових практик терапії не повинно здійснюватися без відповідної соціокультурної адаптації та модифікації.

Доказова практика терапії (Evidence-Based Practice, далі – EBP) – це підхід до профілактики та/або терапії психічних та поведінкових розладів, який підтверджується науковими фактами – позитивними результатами у багатьох різноманітних дослідженнях: експериментах, рандомізованих клінічних тестах, метааналізах тощо, які засвідчують його здійсненість, безпечність та ефективність. Усі EBP мають чітко прописані рекомендації з чітко визначеними вимогами та процедурами втручання. Щоб зрозуміти, які частини доказової практики потрібно модифікувати відповідно до особливостей конкретної культурної групи, потрібна ретельно продумана методологія.

Адаптація EBP – це навмисна, цілеспрямована модифікація протоколу втручання, спрямована на досягнення кращої відповідності між доказовою практикою терапії та новим контекстом її реалізації. Адаптація може бути запланованою (зміни, внесені до впровадження практики) та реакційною (зміни у відповідь на проблеми, що виникають у впровадженні).

Мета дослідження – поділитися досвідом авторської групи щодо українськомовної адаптації доказових практик психотерапії, описати загальний алгоритм та окремі практичні аспекти цієї роботи.

Результати дослідження. Адаптація протоколів втручання передбачає систематичну модифікацію окремих елементів та технологій EBP, відповідно до мовних особливостей, культурних патернів, уявлень та цінностей цільової групи, зберігаючи при цьому ключові характеристики та теоретичну основу втручання [3]. Крім того, систематична та ретельно задокументована модифікація доказових практик терапії та/або протоколів втручання сприяє розвитку цих інструментів, уточненню їх ефективності в різних контекстах.

Можна виділити два рівні аналізу культурної чутливості психотерапевтичних утручань: поверхневий та глибинний. Поверхнева структура передбачає вивчення явних, спостережуваних характеристик цільової групи: соціально-демографічних, мовних, поведінкових. Вони вказують, наскільки EBP відповідає певній культурі, сприяють збільшенню сприйнятливості та покращенню прийняття повідомлень цільовою аудиторією. Глибинна структура передбачає більш тонкий аналіз культурних, історичних, екологічних, психологічних та інших сил, які впливають на сферу психічного здоров'я у конкретній популяції [4].

Нині дослідниками з різних країн сформульовано декілька підходів до міжкультурної адаптації EBP. Однією з найбільш визнаних та відомих є модель екологічної валідності та культурної чутливості, що розроблена Г. Берналем та співавторами [5], згідно з якою адаптація доказової практики терапії спирається на вісім вимірів: мова, особистість, метафори, зміст, концепції, цілі, методи та контекст. К. Перера з колегами [6] розробили чотирьохетапну схему адаптації психологічних утручань низької інтенсивності, що включає: а) збір інформації щодо характеристик місцевого населення; б) формулювання адаптаційних гіпотез; в) консультації з місцевими громадами для уточнення компонентів, які потребують адаптації; г) оцінку адаптованих протоколів утручань місцевими експертами. Це дозволяє краще зрозуміти культурні особливості, які можуть впливати на ефективність втручання. Керівництво ADAPT акцентує увагу на дотриманні балансу між збереженням основних елементів практики та підвищенням її відповідності культурному контексту шляхом постійного аналізу ефективності протоколу в нових умовах. Автори наголошують, що будь-які особливості контексту, в якому реалізується втручання (географічні, культурні, організаційні, економічні, етичні, правові, політичні обставини, а також місцеві практики) можуть призвести до змін результатів [7]. Оскільки особливості контексту змінюються з часом, процес адаптації має бути регулярним та системним.

Метааналітичне дослідження, проведене Д. Грінером та Т. Смітом (2006), пока-

зало, що втручання, націлені на конкретну культурну групу, у чотири рази ефективніші, ніж втручання, орієнтовані на клієнтів із різними культурними особливостями [8]. Системний огляд адаптованих психологічних утручань для терапії тривоги та депресії серед молоді [9] засвідчив необхідність та ефективність врахування мовних особливостей, культурних метафор та цінностей отримувачів допомоги. Разом із тим дослідники дійшли висновку, що у цій галузі потрібна додаткова робота. Зокрема, слід зосередитися на визначенні аспектів ЕВР, які мають бути адаптованими, щоб зробити їх доступними, привабливими та ефективними для користувачів.

Аналіз результатів дослідження

Загальний алгоритм адаптації доказової практики психотерапії

Покроковий алгоритм адаптації доказових практик психотерапії був сформований на основі узагальнення наявної світової практики. Насамперед це методологія культурної модифікації ЕВР в організаційному контексті, розроблена Дж. Семюелс та колегами [1]. Описана методологія успішно застосовується авторським колективом у процесі адаптації ЕВР-гайдів: когнітивно-поведінкової терапії тривоги у членів родин військовослужбовців, терапії прийняття та відповідальності по роботі з депресією, терапії прийняття та відповідальності для подолання залежної поведінки (версії для ветеранів та військовослужбовців), когнітивно-процесуальної терапії ПТСР та терапії гострого горя у сімей військовослужбовців та інших цивільних осіб.

У загальному вигляді адаптація та модифікація ЕВР, проведена авторською групою, включала 11 етапів роботи.

Алгоритм адаптації доказової психотерапевтичної практики.

1. Вибір практики відповідно до потреб культурної громади або організації (включаючи отримання дозволу авторів та/або володарів авторських прав).

2. Створення робочої групи із залученням широкого кола експертів.

3. Структурний аналіз ЕВР для виокремлення ключових складників та компонентів, що потребують адаптації.

4. Переклад та зворотний переклад (не менше 2 варіантів для кожної форми).

5. Процес модифікації та документування змін (обговорення робочою групою складників ЕВР та варіантів їхньої модифікації з урахуванням культурних особливостей цільової аудиторії).

6. Обговорення варіантів модифікації у фокус-групах з представниками професійної спільноти (терапевтами, адміністраторами та надавачами послуг), а також потенційними клієнтами.

7. Вибір та узгодження модифікацій (експертна група).

8. Формулювання остаточного варіанту практики/опису практики, протоколу та інструкцій.

9. Випробування модифікованої ЕВР, що включає два підетапи: навчання надавачів послуги/проведення вебінара (ToT – «тренінг тренерів») та пілотажне дослідження (до 10 кейсів з попередньою розробкою анкет для терапевтів та клієнтів для фіксації результатів).

10. Оцінювання результатів пілотажного дослідження за різними критеріями успішності, коригування, уточнення та доповнення фінального варіанту практики (експертна група).

11. Клінічне дослідження в ході поступового впровадження практики та накопичення достатньої бази даних.

Деякі аспекти представленого алгоритму потребують більш детального опису, який буде поданий нижче.

Прямий та зворотний переклад

Переклад ЕВР зазвичай здійснюється у двох версіях, незалежних одна від одної, із наступним складанням узгодженого варіанту. До перекладу залучаються фахівці, які мають психологічну і разом з тим філологічну освіту. Насамперед це дозволяє забезпечити належне розуміння психологічних понять та професійної термінології. На етапі узгодження відбувається вибір найбільш вдалих формулювань із тих, що були запропоновані у різних версіях. До цього процесу може залучатися незалежний фахівець або керівник експертної групи. Найбільш надійним варіантом процедури узгодження є сліпий перехресний метод (2+2 експерти).

На етапі перекладу добре зарекомендувало себе використання великих мовних моделей (DeepL, Claude, Chat GPT та ін.). Текст, розроблений за допомогою про-

грамного забезпечення, розглядався поряд з варіантами перекладів, створених запрошеними фахівцями. При цьому експерт, який складає узгоджену версію, не знав джерела текстів, тобто здійснював «сліпе» рецензування. Досвід показав, що іноді мовна модель пропонує більш вдалий варіант перекладу, ніж перекладач з фаховою психологічною і філологічною освітою. Безумовно, були випадки, коли більш влучні й точні формулювання пропонували фахівці.

Внесення змін в оригінальну версію протоколів

Зміст протоколу доцільно розділити на дві частини:

1. *Стала частина*, яка перекладається без змін, максимально тотожно до авторського варіанту. До таких елементів зазвичай належать цілі та завдання практики, її етапи (кроки), теоретичне обґрунтування методу тощо.

2. *Варіативна частина*, яка потребує адаптації до соціокультурного контексту, потреб та особливостей певної категорії клієнтів, для яких розробляється практика (вікові, професійні, клінічні та інші групи).

Детальніше ці компоненти представлені у табл. 1.

Зміни, яким підлягає протокол утручань у процесі адаптації, можна умовно поділити на 3 напрями:

1) усунення елементів, які неактуальні або зайві в українському контексті (наприклад, занадто ускладнюють використання практики);

2) додавання елементів, яких не було в оригінальному протоколі, щоб полегшити та покращити розуміння практики (кейси, пояснення теоретичних основ методу, приклади використання вправ, глосарій термінів тощо);

3) трансформація елементів відповідно до соціокультурного контексту їх використання (наприклад, заміна метафор у практичних вправах, уточнення професійної термінології, телефони «гарячих ліній», контакти центрів підтримки тощо).

Усі внесені зміни до протоколів мають бути узгоджені внутрішніми та зовнішніми експертами.

Експертна група. Прийняття колегіальних рішень

Рішення про необхідність змін приймає експертна група, в яку входять

фахівці-практики з досвідом проведення психологічних утручань (бажано, щоб це були сертифіковані терапевти зі стажем роботи у відповідній галузі не менше 5 років). Кожен із залучених фахівців працює окремо, заносючи власні пропозиції та коментарі у загальну форму (Google-таблиці, Google-документи). Надалі приймається колегіальне рішення про доречність змін, конкретизуються та уточнюються запропоновані модифікації.

Слід ретельно та відповідально аналізувати внесені зміни, щоб зберегти цілісність психотерапевтичного втручання та отримати очікувані результати.

Чинники, що потрібно враховувати під час адаптації протоколів

Є велика кількість факторів, зумовлених культурою та менталітетом клієнтів, які слід враховувати під час адаптації ЕВР. Нижче представлено загальний перелік таких чинників та пояснений їх можливий вплив на процес і результат впровадження доказової практики.

1. *Традиційні погляди на психічне здоров'я у спільноті*, що включають ставлення до проблем психічного здоров'я та готовність окремих груп/когорт населення до самостійного звернення за психологічною допомогою. Цей чинник опосередковано відображає широту застосування адаптованої практики, готовність потенційних клієнтів до роботи за пропонованим методом, ставлення до психологів та психотерапевтів. Неготовність цільової аудиторії може призвести до збільшення кількості сесій, розширення завдань перших етапів (роз'яснення принципів роботи, практичної корисності психологічної допомоги, формування альянсу, задоволення потреби у безпеці та ін.).

2. *Соціальна позиція клієнта* включає 4 групи чинників, такі як: дискримінація, стереотипи стосовно терапевтичного процесу, сформованість єдиної мовної культури і форма звернення до клієнта.

– Дискримінація (приналежність клієнта/пацієнта до когорти, яка піддається дискримінації з боку інших суспільних прошарків). Така приналежність може суттєво гальмувати процес впровадження ЕВР.

– Стіжкі стереотипи, що є у суспільстві стосовно учасників терапевтичного процесу (психологів/психотерапевтів та окре-

мих типів клієнтів). Наявність жорстких стереотипів, а також невідповідність між очікуваннями учасників терапевтичного процесу та уявленнями щодо ролі партнера може гальмувати проходження етапів/завдань ЕВР.

– Мовна культура. Важливо враховувати, що мешканці країни мають різний рівень володіння українською мовою внаслідок історичних умов, специфіки її регіо-

нів. Рівень володіння мовою визначає стиль комунікацій, підбір метафор, ілюстративних прикладів та друкованих матеріалів.

– Форма звернення до клієнта впродовж консультативного процесу.

3. *Стиль життя* включає у себе багато складників, які по-різному впливають на здійснення психологічних утручань:

– місце та умови проживання клієнта (рівень безпеки або соціальної напруже-

Таблиця 1

Структурні компоненти доказової практики психотерапії

Компонент	Складники компонента	Опис компонента, приклади його подання та дії у процесі адаптації
Передмова	Стала частина	Вступна частина доказової практики для фахівців.
	Змінна (варіативна) частина	Матеріали, визначені під час адаптації у форматі додаткових коментарів та рекомендацій, посилання на нормативні документи фахових спільнот та законодавство тощо.
Структура сесії	Мета	Перекладається без змін.
	Завдання	Перекладається без змін.
	Конкретизований опис цілей та завдань	Містить матеріали, що потребують додаткового уточнення / пояснення / зміни. Приміром, приклади повідомлень клієнта, фрагменти діалогів з ним, особливості згоди на терапію тощо. Є предметом культурної адаптації.
	Рекомендації для фахівців	Містить матеріали, що потребують додаткового уточнення/ пояснення/зміни. Приміром, винесення на перший план найбільш важливих настанов, виключення несуттєвого та додавання суттєвого матеріалу з т.з. українських реалій тощо. Є предметом культурної адаптації.
	Візуальні матеріали (схеми, таблиці, рисунки, графіки тощо)	Містить матеріали, що потребують додаткового уточнення/ пояснення/зміни. Приміром, пояснення наявних категорій/ конструктивів/термінів відповідно до кваліфікації фахівців та рівня освіти клієнтів, узгодження з уже наявними, усталеними у професійних спільнотах практиками тощо. Є предметом культурної адаптації.
Практичні завдання	Назва	Перекладається без змін.
	Кроки	Перекладається без змін.
	Обґрунтування	Перекладається без змін.
	Постановка завдання	Містить матеріали, що потребують додаткового уточнення/ пояснення/зміни. Приміром, роз'яснення інструкції та уточнення змісту наявних категорій відповідно до середнього рівня освіти клієнтів тощо. Є предметом культурної адаптації.
	Структура завдання	Містить матеріали, що потребують додаткового уточнення/ пояснення/зміни. Приміром, пояснення наявних категорій залежно від рівня освіти клієнтів тощо, приклади заповнення таблиць, схем та ін.; ілюстративні приклади, метафори, які дотичні до культури та ментальності клієнтів. Після перекладу узгоджується внутрішніми та зовнішніми експертами. Є предметом адаптації.
Список джерел	Стала частина	Містить джерела, на яких базується розробка практики. Подається без змін.
	Змінна частина	Містить джерела, на яких базуються зміни у процесі адаптації практики. Подається уніфіковано (за наявності), відповідно до вимог оформлення списку джерел.
Додатки	Повністю	Містить матеріали, що потребують додаткового уточнення/ пояснення/зміни/включення/виключення. Приміром, зразки плану терапії, нотатки прогресу, скринінги, робочі аркуші тощо. Є предметом культурної адаптації.
Інші компоненти	Повністю	Уточнюються залежно від специфіки практики.

ності в регіоні, умови життя, склад родини тощо);

- рівень освіти клієнта та цінності освіти в культурному середовищі;

- соціально-економічний статус (середній рівень доходу в країні визначає вартість окремої сесії, загальну кількість сесій, можливості скорочення або збільшення кількості зустрічей);

- домінуючі у суспільстві уявлення щодо періодів життєвого розвитку, їх тривалості та провідних життєвих завдань, які вирішуються на цих етапах;

- врахування вікових особливостей клієнтів для внесення модифікацій у протокол відповідно до специфіки певної вікової категорії;

- врахування статевих особливостей під час впровадження протоколу, змісту приписуваних ґендерних ролей у суспільстві;

- сімейний стан і ставлення до різних форм партнерства (з'ясування та врахування наявності/відсутності партнерства в житті клієнта; вилучення інтервенцій, які припускають обговорення реакцій партнерів);

- сексуальне життя (врахування традиційної табуованості або відкритості обговорення сфери сексуальності, сексуальної орієнтації, сексуальної активності; толерантне або нетерпиме ставлення до різних проявів сексуальності, статевих відносин, моногамії, полігамії, холостяцтва);

- уживання наркотиків та алкоголю (типові моделі уживання та зловживання в культурі слід враховувати у разі встановлення правил і обмежень для клієнтів щодо уживання ПАР під час впровадження практики; (не)толерування консультантом зловживання ПАР, впровадження цінностей здорового способу життя).

4. *Здоров'я*. Типові проблеми зі здоров'ям у мешканців країни, поширеність цих проблем, соматичний статус окремого клієнта (включаючи метаболічний синдром, ожиріння, діабет, ЗПСШ, ВІЛ/СНІД та ін.).

5. *Сімейні та родові стосунки* передбачають урахування типової моделі родини в країні та міри її поширеності; норми дисципліни в родині (контроль, покарання за провину); стосунки влади (усталений розподіл ролей у родині, стосунки «домінування/підпорядкування», які створюють підстави для дискримінації та насилля) та

фактори, які надають перевагу одній особі над іншою (вік, стать, роль та ін.); а також поширений/традиційний стиль спілкування, продиктований культурою.

6. *Особливості картини світу* включають широкий перелік чинників: релігійність, духовність (поширені у суспільстві уявлення про природу людини, цінності, ідеї національної та громадянської ідентичності та ін.), індивідуалізм/колективізм, домінуючі тенденції щодо приписування причин зовнішнім подіям чи внутрішнім факторам (локус контролю), ставлення до часу і можливостей керування ним, тенденції до оптимізму, песимізму чи реалізму в поглядах на майбутнє.

7. *Фізичне оточення*. Важливо врахувати зручність розташування місця проведення зустрічей, наявність транспортного сполучення для комфортного пересування; внутрішнє та зовнішнє оформлення місця проведення зустрічей, що включає безбар'єрний доступ до будівлі, дизайн екстер'єру та інтер'єру (у т.ч. зони очікування), фактори комфорту кімнати для зустрічей (освітлення, кондиціонування, шумоізоляція). Крім того, важливо врахувати загальне ставлення в культурі до психіатричних лікарень, щоб не сформувати або не посилити стигматизацію клієнтів. Слід визначити найкращі інституції для впровадження протоколу (центр психічного здоров'я, індивідуальний кабінет практичного психолога, кабінет при громадському центрі та ін.); визначити можливість впровадження протоколу в онлайн-форматі.

8. *Компоненти практики* включають час проведення та планування зустрічей, форму оплати послуг, вимоги до кваліфікації особи, яка надає психологічні послуги за протоколом, спеціальне навчання та матеріали для інтервенцій. Слід визначити можливості використання протоколу для індивідуальної, парної, сімейної чи групової форми роботи, залучення інших членів родини в індивідуальній формі роботи; розширення сфери застосування протоколів для завдань профілактики чи просвіти.

Вказані чинники можуть мати вплив на етапі розробки адаптованої українськомовної версії психотерапевтичного протоколу, після його впровадження в пілотажному дослідженні, а також на етапі навчання фахівців доказової практики.

Серед запропонованого вище переліку можна виділити універсальні чинники (див. рис. 1). Вони були виділені експертною групою як такі, що мають суттєвий вплив на впровадження більшості доказових психологічних практик.

Крім того, існують специфічні **варіативні чинники**, які важливо враховувати під час здійснення тих чи інших втручань у конкретній віковій, професійній або клінічній групі. Наприклад, під час адаптації протоколу КПТ-терапії тривожності у членів родин військовослужбовців такими чинниками виступали: специфіка отримувачів послуг, міра стигматизованості, вплив проблеми на сексуальне життя, релігія та духовність (чинники відбиралися шляхом їх оцінювання експертами за двома параметрами: важливістю врахування та етапом врахування).

У кожному випадку приймається окреме рішення про чинники, які впливають на адаптацію протоколу. Воно залежить від проблематики та спрямованості втручання, використаного терапевтичного підходу, шляху надання послуг (очні або онлайн-сесії), категорії клієнтів/пацієнтів тощо. Для створення такого переліку проводиться опитування експертної групи. Експертам надається для оцінки повний перелік чинників та оригінал доказової практики, вони мають оцінити кожен пункт стосовно його важливості у конкретному протоколі (варіанти відповідей: чинник має значний вплив, чинник має незначний вплив; чинник практично не має впливу). На основі суми оцінок, виставлених експертами, виділяються провідні чинники,

що впливають на реалізацію конкретної доказової практики або терапевтичної модальності.

Залучення фокус-груп

Необхідність залучення фокус-груп для адаптації протоколів психологічних втручань зумовлена потребою врахування думки цільової аудиторії, для якої розробляється доказова практика. Доцільно залучати до обговорення дві групи учасників: а) потенційних клієнтів/пацієнтів, зацікавлених в отриманні послуги та б) психологів, які працюють з такою проблематикою та здійснюють психотерапевтичні втручання.

Робота з групою потенційних клієнтів спрямована на вирішення трьох груп завдань. Насамперед це вивчення досвіду отримання психологічної допомоги та труднощів, які його супроводжували: специфіки отриманих послуг, їх доступності, ефективності тощо. Крім того, у клієнтській фокус-групі доцільно обговорити чинники, які впливають на реалізацію конкретного психотерапевтичного втручання (вони були описані вище). Перелік універсальних та специфічних чинників уточнюється заздалегідь і обговорюється в ході зустрічі. Третім завданням фокус-групи є обговорення складників психологічної допомоги, важливих для потенційних клієнтів: очікувань від взаємодії з психологом, найбільш актуальних вимог та запитів з фокусом на проблематику, з якою працює конкретна доказова практика, тощо. Це дозволяє досліднику отримати цінну інформацію про психологічну проблему, потребу в допомозі та можливі



Рис. 1. Соціокультурні чинники адаптації українськомовних доказових практик психотерапії

шляхи її надання, причому ця інформація надається живою та зрозумілою клієнту мовою.

Робота у професійній фокус-групі (психологи-консультанти, психотерапевти, працівники соціальних служб та інші надавачі психологічних послуг населенню) спрямована на обговорення різних аспектів досвіду роботи з цільовою аудиторією, труднощів, які у ній виникають, суб'єктивних та об'єктивних критеріїв ефективності психотерапевтичного втручання. Після цього обговорюються соціальні, біологічні та психологічні чинники, що впливають на реалізацію доказової практики психотерапії, необхідність та можливість їх врахування (табл. 2). Це дозволяє уточнити соціокультурну специфіку, яка закладається в основу роботи з адаптації протоколу, а також перевірити модифікації ЕВР, запропоновані експертами на попередньому етапі адаптації.

Після складання та вичитки адаптованої версії протоколу відбувається його презентація у профільних організаціях та професійних спільнотах, які займаються вказаною проблематикою в модальності

конкретної доказової практики. Мета такої презентації – не тільки ознайомити зацікавлених фахівців із можливостями психотерапевтичного втручання, але й отримати зворотний зв'язок. Поставлені питання, пропозиції, критичні зауваження є цінним матеріалом для вдосконалення представлені українськомовної доказової практики та форми її подачі.

Слід відзначити, що більшість фахівців, які розробляли керівництва з адаптації доказових практик терапії, підкреслювали важливість залучення до цього процесу громадськості: цільової аудиторії втручання, професійної спільноти, провайдерів психологічних послуг та інших зацікавлених сторін [6; 7; 9]. На думку Дж. Семюелс та колег, робота з громадськістю є головною відмінністю культурної адаптації ЕВР від інших типів модифікацій. Наполегливо рекомендується залучати представників локального експертного середовища якомога раніше, на ранніх стадіях адаптації, починаючи з розуміння певної клінічної потреби та вибору терапевтичної практики, і надалі підтримувати з ними зв'язок у процесі внесення змін та

Таблиця 2

Структура фокусованого групового інтерв'ю під час адаптації ЕВР

Блок інтерв'ю	Фокус-група психологів/ психотерапевтів	Фокус-група потенційних клієнтів/ цільової групи
Вступ та інструкція	Пояснення мети і завдань дослідження. Мотивація учасників до спільної роботи і взаємодії.	
Блок 1. Досвід роботи з психологічною проблемою	Досвід надання допомоги Оцінити професійний досвід роботи із цільовою аудиторією, визначити поширені труднощі. Зрозуміти, як підтримка психологічного здоров'я клієнтів допомагає їм у подоланні кризових ситуацій.	Досвід отримання допомоги Оцінити досвід отримання психологічної допомоги, визначити основні труднощі у роботі та її ефективність. Зрозуміти, як підтримка психологічного здоров'я допомагає у кризових ситуаціях.
Блок 2. Фактори, що лежать в основі адаптації ЕВР	Розгляд та обговорення конкретних факторів, що враховуються для адаптації доказових практик та суттєво впливають на особливості використання терапевтичної модальності (методи, техніки, практики): – біологічні фактори (вік, стать, стан здоров'я, залежності тощо); – психологічні фактори (ставлення до психічного здоров'я, локус контролю, наявні стереотипи тощо); – соціальні фактори (стигматизація, умови життя, доступність психологічних послуг, соціально-економічний статус і т. ін.).	
Блок 3. Прикладні аспекти впровадження ЕВР	Особливості діяльності та ставлення до використання ЕВР Проаналізувати наявні підходи та практики у роботі з певною проблемою, визначити їхню актуальність та ефективність. Запропонувати зміни, що покращать психотерапевтичну підтримку певної категорії клієнтів.	Бажані складники психологічної допомоги Розкрити розуміння потенційними клієнтами бажаних для них складників та очікуваних результатів роботи з психологом/ психотерапевтом
Блок 4: Завершення	Додаткові зауваження і коментарі учасників. Завершення обговорення та зустрічі.	

впровадження протоколів. Це потребує часу, терпіння та поваги. Робоча група, яка здійснює адаптацію ЕВР, має визнавати та цінувати досвід членів спільноти, демонструвати бажання співпрацювати і вчитися у них, шанобливо вислуховуючи думку представників професійної громади стосовно ЕВР та її модифікацій. Така співпраця є особливо корисною, коли залучені члени спільноти зацікавлені в тому, щоб бути частиною процесу адаптації, є лідерами думок, обіймають відповідальні посади в організаціях, або ж мають спеціальні знання, важливі для роботи [1]. Учасники таких обговорень, своєю чергою, зацікавлені в поширенні знань про нагальні потреби, проблеми, цінності та світогляд спільноти, яку представляють.

Перевірка ефективності адаптованої практики

Фінальним етапом розробки протоколу психологічного втручання є апробація в процесі безпосередньої роботи з клієнтами/пацієнтами. Це передбачає попереднє навчання фахівців роботи з протоколом та наступну апробацію практики. На етапі пілотажного дослідження досить проаналізувати 10 кейсів, при цьому проводиться опитування клієнта та терапевта після кожної сесії за допомогою спеціально розроблених анкет. Інформація, отримана у процесі пілотажу, дозволяє

внести фінальні корективи, доповнення та уточнення в адаптовану версію ЕВР.

На етапі клінічних досліджень застосовується класична експериментальна методологія, яка дозволяє оцінити ефективність і безпеку психологічного втручання, мінімізуючи можливий вплив сторонніх факторів (рандомізовані контрольовані дослідження або single-subject research). Накопичення емпіричних даних з часом дозволить проводити метааналізи.

Висновки. Запропонований алгоритм адаптації доказових практик психотерапії є важливим інструментом для впровадження сучасних методів психологічної допомоги в умовах кризових змін українського суспільства. У наступних публікаціях будуть конкретизовані та детально описані окремі приклади адаптації ЕВР, роз'яснено процес перевірки ефективності адаптованого психотерапевтичного втручання в пілотажних дослідженнях.

У разі необхідності додаткових роз'яснень щодо надання матеріалів, а також із пропозиціями співробітництва запрошуємо звертатися до БО БФ «Бережи себе», що виступає ініціатором та донором програми адаптації інструментів для психодіагностики та надання психологічної допомоги українцям у період повномасштабного вторгнення. Контакти для звернення: info@ptsd.team

ЛІТЕРАТУРА:

1. Samuels J., Schudrich W., Altschul D. Toolkit for modifying evidence-based practice to increase cultural competence. Orangeburg, NY : Research Foundation for Mental Health. 2009. 55 p. URL: <https://www.montclair.edu/profilepages/media/8019/user/toolkit.pdf>.
2. Sundell K., Beelmann A., Hasson H., von Thiele Schwarz U. Novel Programs, International Adoptions, or Contextual Adaptations? Meta-Analytical Results From German and Swedish Intervention Research. *Journal of clinical child and adolescent psychology*. 2016. Vol. 45(6). P. 784–796. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1020540>.
3. Bernal G., Jiménez-Chafey M.I., Domenech Rodríguez M.M. Cultural adaptation of treatments: A resource for considering culture in evidence-based practice. *Professional Psychology: Research and Practice*. 2009. Vol. 40(4). P. 361–368. <https://doi.org/10.1037/a0016401>.
4. Resnicow K., Baranowski T., Ahluwalia J.S., Braithwaite R.L. Cultural sensitivity in public health: defined and demystified. *Ethnicity & disease*. 1999. Vol. 9(1). P. 10–21. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10355471>.
5. Bernal G., Bonilla J., Bellido C. Ecological validity and cultural sensitivity for outcome research: issues for the cultural adaptation and development of psychosocial treatments with Hispanics. *Journal of abnormal child psychology*. 1995. Vol. 23(1). P. 67–82. <https://doi.org/10.1007/BF01447045>.
6. Perera C., Salamanca-Sanabria A., Caballero-Bernal J., Feldman L., Hansen M., Bird M., Hansen P., Dinesen C., Wiedemann N., Vallières F. No implementation without cultural adaptation:

a process for culturally adapting low-intensity psychological interventions in humanitarian settings. *Conflict and Health*. 2020. Vol. 14, Article No. 46. <https://doi.org/10.1186/s13031-020-00290-0>.

7. Moore G., Campbell M., Copeland L., Craig P., Movsisyan A. et al. Adapting interventions to new contexts – the ADAPT guidance. *BMJ (Clinical research ed.)*. 2021. No. 374, n1679. <https://doi.org/10.1136/bmj.n1679>.

8. Griner D., Smith T.B. Culturally adapted mental health intervention: A meta-analytic review. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2006. Vol. 43(4). P. 531–548. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.4.531>.

9. Mishu M.P., Tindall L., Kerrigan P., Gega L. Cross-culturally adapted psychological interventions for the treatment of depression and/or anxiety among young people: A scoping review. *PLOS ONE*. 2023. Vol. 18(10), e0290653. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290653>.

REFERENCES:

1. Samuels, J., Schudrich, W., & Altschul, D. (2009). Toolkit for modifying evidence-based practice to increase cultural competence. Orangeburg, NY: Research Foundation for Mental Health. Retrieved from: <https://www.montclair.edu/profilepages/media/8019/user/toolkit.pdf> [in English].

2. Sundell, K., Beelmann, A., Hasson, H., & von Thiele Schwarz, U. (2016). Novel Programs, International Adoptions, or Contextual Adaptations? Meta-Analytical Results From German and Swedish Intervention Research. *Journal of clinical child and adolescent psychology*, 45(6), 784–796. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1020540> [in English].

3. Bernal, G., Jiménez-Chafey, M.I., & Domenech Rodríguez, M.M. (2009). Cultural adaptation of treatments: A resource for considering culture in evidence-based practice. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(4), 361–368. <https://doi.org/10.1037/a0016401> [in English].

4. Resnicow, K., Baranowski, T., Ahluwalia, J.S., & Braithwaite, R.L. (1999). Cultural sensitivity in public health: defined and demystified. *Ethnicity & disease*, 9(1), 10–21. Retrieved from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10355471> [in English].

5. Bernal, G., Bonilla, J., & Bellido, C. (1995). Ecological validity and cultural sensitivity for outcome research: issues for the cultural adaptation and development of psychosocial treatments with Hispanics. *Journal of abnormal child psychology*, 23(1), 67–82. <https://doi.org/10.1007/BF01447045> [in English].

6. Perera, C., Salamanca-Sanabria, A., Caballero-Bernal, J., Feldman, L., Hansen, M., Bird, M., Hansen P., Dinesen, C., Wiedemann, N. & Vallières, F. (2020). No implementation without cultural adaptation: a process for culturally adapting low-intensity psychological interventions in humanitarian settings. *Conflict and Health*, 14, Article number 46. <https://doi.org/10.1186/s13031-020-00290-0> [in English].

7. Moore, G., Campbell, M., Copeland, L., Craig, P., Movsisyan, A., Hodinott, P., Littlecott, H., O’Cathain, A., Pfadenhauer, L., Rehfues, E., Segrott, J., Hawe, P., Kee, F., Couturiaux, D., Hallingberg, B., & Evans, R. (2021). Adapting interventions to new contexts – the ADAPT guidance. *BMJ (Clinical research ed.)*, 374, n1679. <https://doi.org/10.1136/bmj.n1679> [in English].

8. Griner, D., & Smith, T.B. (2006). Culturally adapted mental health intervention: A meta-analytic review. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 43(4), 531–548. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.4.531> [in English].

9. Mishu, M.P., Tindall, L., Kerrigan, P., & Gega, L. (2023). Cross-culturally adapted psychological interventions for the treatment of depression and/or anxiety among young people: A scoping review. *PLOS ONE*, 18(10), e0290653. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290653> [in English].

СМИСЛОГЕНЕЗ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ КОНТРАСТНИХ ФЕНОМЕНІВ ПОДІЙНОГО НАВЧАННЯ

Белей Михайло Дмитрович,

кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри загальної психології

Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

<https://orcid.org/0000-0003-2687-2408>

У статті аналізуються різноманітні підходи до розуміння сутності поняття смислу життя людини. Особливу увагу автор приділяє особливостям актуалізації смислових нарративів в контексті проблеми професійного становлення студентів закладів вищої освіти.

На відміну від етико-філософського трактування категорії смислу, автором зроблено спробу представити її психологічну сутність, яка є особливою, позаяк у ній закладено головну мету життя людини, втрата якої для багатьох означає справжню трагедію. Зокрема акцент робиться на регулятивному значенні цього поняття, яке властиве будь-якій розвинутій світоглядній системі і яке розкриває сутнісні характеристики важливих для неї моральних норм і цінностей та вказує на їх значимість для суб'єкта та його оточення.

В роботі наголошується на тому, що вивчення психологічних аспектів проблеми смислу життя особливо важливо для спеціалістів-педагогів і психологів. Однак, ні сучасні навчальні програми шкіл, ні наукові надбання в області методик викладання навчальних предметів не розглядають, не висвітлюють, а отже і не вчать молодих людей самостійно шукати і знаходити смисл власного життя, що фактично і є основним завданням освіти.

Особистісно-розвивальне (подійне) навчання (Бондаренко О. Ф.), діалогічне навчання (Карпенко З. С., Радчук Г. К.) повинно стати основою внутрішнього ініціювання особистісно-професійного становлення майбутнього фахівця, формування його ціннісно-смислової сфери. Віддаючи належне цим концептуальним підходам, автор пропонує своє методичне бачення у продукуванні нових смислів, яке ґрунтується на категорії «контрасту», що є однією з базових у структурній психології. Не інакше як за логікою контрасту дуже часто виникає своєрідний смисловий прорив, стрибок, інсайт, просвітлення, в результаті якого здійснюється переструктурування різноманітних суб'єктних цінностей та інших психологічних утворень особистості. Саме таке контрастне середовище, на нашу думку, є найбільш релевантним фактором смислогенезу. Причому, значимість ситуацій і цілей, які ставить перед собою суб'єкт, визначаються завдяки хронотопу «тут і тепер». Будь-яка віддалена перспектива, в цілому, значно знижує релевантність цілей.

Суттєвий поступ у розробленні даної проблематики, на думку автора, може бути досягнутий завдяки розумінню індивідуально-особистісної значущості різноманітних подій та їх контрастній репрезентації на дидактично-методичному рівні.

Ключові слова: *значення, рефлексія, образ «Я», смисл, смислогенез, ідеогенез, суб'єктність, подійне навчання.*

Beley Mykhailo. Meaning genesis of personality in the context of contract phenomena of event learning

The article analyzes various approaches to understanding the essence of the concept of the meaning of human life. The author pays special attention to the features of the actualization of semantic narratives in the context of the problem of professional development of students of higher education institutions.

In contrast to the ethical and philosophical interpretation of the category of meaning, the author makes an attempt to present its psychological essence, which is special, since it contains the main goal of human life, the loss of which for many means a real tragedy. In particular, the emphasis is placed on the regulatory meaning of this concept, which is inherent in any developed worldview system and which reveals the essential characteristics of moral norms and values important for it and indicates their significance for the subject and his environment.

The work emphasizes that the study of psychological aspects of the problem of the meaning of life is especially important for teachers and psychologists. However, neither modern school

curricula nor scientific achievements in the field of teaching methods of educational subjects consider, do not highlight, and therefore do not teach young people to independently search for and find the meaning of their own lives, which is actually the main task of education.

Personal-developmental (event) learning (Bondarenko O. F.), dialogical learning (Karpenko Z. S., Radchuk G. K.) should become the basis for the internal initiation of the personal and professional development of a future specialist, the formation of his value-semantic sphere. Paying tribute to these conceptual approaches, the author offers his methodological vision of the production of new meanings, which is based on the category of «contrast», which is one of the basic ones in structural psychology. It is not otherwise than according to the logic of contrast that a kind of semantic breakthrough, leap, insight, enlightenment very often occurs, as a result of which a restructuring of various subjective values and other psychological formations of the personality is carried out. It is such a contrasting environment, in our opinion, that is the most relevant factor in the genesis of meaning. Moreover, the significance of situations and goals that the subject sets for himself are determined by the chronotope «here and now». Any distant perspective, in general, significantly reduces the relevance of the goals. Significant progress in the development of this issue, in the author's opinion, can be achieved through understanding the individual and personal significance of various events and their contrasting representation at the didactic and methodological level.

Key words: *meaning, reflection, "I" image, meaning, meaning genesis, ideogenesis, subjectivity, event-based learning.*

Постановка проблеми. Згідно з одним із найбільш важливих методологічних принципів психодіагностики, в основу будь-якого психологічного виміру, що фіксує певне ставлення, налаштування, стан чи спрямованість індивіда має бути покладено здатність до розрізнення і адекватної диференціації ним стимулів чи ситуацій. Ця реакція може бути різною за мірою складності, однак спосіб вимірювання завжди стосується однієї ж і тієї ситуації чи об'єкту або ж сприйняття чи поєднання обох цих чинників. Реакцію слід розглядати як цілісне утворення, оскільки людина реагує не просто на емоційному, когнітивному чи поведінковому рівні, але й на ціннісно-смысловому, особистісному.

Віддаючи належне образу як надзвичайно важливому джерелу психічної детермінації, ми водночас робимо акцент на ще одній важливій категорії, яка не тільки вдало доповнює його, а ще й є більш ємкісною. Ми маємо на увазі модель як одну з важливих форм і засобів пізнання дійсності. Адже пізнаючи структуру образу, моделюючи його динамічно-структурні характеристики, можна не тільки здійснювати їх вимір, а й управляти процесом психічної детермінації.

Відомо, що процес сприйняття можливий тільки в контексті засвоєння семантики, а тому формування ціннісно-смыслові сфери завжди розгортається у суб'єктивно існуючому семантичному просторі та крізь призму його основних

категоріальних структур і особистісно релевантних конструктів. Тому, на думку багатьох науковців (О. Ф. Бондаренко, В. Ф. Петренко) важлива роль у цьому процесі повинна належати семантичним методам аналізу, які зорієнтовані на моделювання реальної мовленнєвої діяльності досліджуваного суб'єкта і на дослідження значень, так би мовити, «в режимі вживання». Іншими словами, це означає, що такого роду методи відображають і фіксують безпосередньо-семантичні значення.

Попри сказане, залишається очевидним фактом те, що категорія значення є достатньою для пояснення та розуміння багатьох психологічних явищ. І це попри очевидну суперечність, спричинену тим, що незважаючи на правильність суб'єктивних значень (на рівні розуміння, інтерпретації чи знання алгоритму дій), реальні форми ставлень, налаштувань, способів і форм поведінки суб'єкта можуть суттєво відрізнятися від його когнітивних структур. Насправді така розбіжність і суперечливість пояснюється не тільки динамічністю і непередбачуваністю ситуацій, в яких перебуває суб'єкт, а й самою їх значимістю для нього (категорія смислу).

У зв'язку з цим, цілком доречним в процесі психологічних досліджень особистості дотримання принципу, згідно з яким її поведінку не слід пояснювати лише на основі наявного у неї образу «Я». Це пов'язано з тим, що сама ситуація діяльності вносить відчутні корективи у схему

дій та форм поведінки індивіда. Риси особистості зафіксовані у термінах мови, текстах книг, дають якесь уявлення про особистість. Але, чи можна виходячи з таких рис, побудувати набір особистості, прогнозувати її дії і вчинки? Будь-яка відповідь на подібне запитання буде позбавлена сенсу, позаяк система координат вивчення багатоманітних проявів особистості не окреслена, – зазначає Асмолов А. Г.

Метою дослідження є аналіз концептуальних підходів до формування ціннісно-сислової сфери майбутнього фахівця та виокремлення місця і ролі контрастного середовища у цілісній структурі його смислогенезу.

Результати теоретичного аналізу проблеми. У свій час Фредерік Перлз висловив судження, яке без сумніву має методологічне значення для розвитку сучасної психологічної науки: психічне здоров'я і особистісне зростання слід розглядати як перехід від опори на інших і регулювання середовищем – до опори на себе й саморегуляцію. Тому, в основі функціонально-дієвої моделі розвитку особистості та її поведінки має бути покладено ідею «створення умов для ефективного саморозвитку особистості шляхом формування у неї механізмів самонавчання та самовиховання (насамперед, через навчання). У зв'язку з цим, особливої актуальності набуває процес розвитку у неї навичок рефлексії, що забезпечують постійний логічний аналіз своїх вчинків і дій для вибору найбільш оптимальних рішень, спрямованих у майбутнє» [1, с. 35–36]. При цьому принагідно зазначимо, що саме механізм рефлексії ще часто називають механізмом саморегулювання.

В контексті проблеми професійного становлення ці теоретичні концепти можуть реалізовуватись за умови відповідного смислового наповнення різноманітних освітніх ситуацій і завдяки суб'єктній включеності у «живу» діяльність, яка передбачає актуалізацію в людини співприсутності, спів-дії, спів-чуття, спів-переживання, спів-участі [3; 4; 5]. Особливу роль, при цьому, повинна належати діалогу, – вважає Карпенко З. С.: «Універсальним психологічним механізмом аксіогенезу особистості виступає діалог – як реалізація вродженої, апріорної інтенції «Ти», що

допускає інобуття Іншого як рівноцінного мені суб'єкта, завдяки чому відбувається інтеріоризація чужих особистісних смислів і формування знаково-символічної структури свідомості. Рефлексія з боку потенційних «Ти» як можливих взірців на шляху до духовної зрілості здійснюється за допомогою антиципації і забезпечує ціннісне життєздійснення особистості» [3, с. 13].

Такої ж позиції дотримується і Радчук Г. К. «У діалозі, – на її думку – народжуються смисли, утверджуються позиції, вибудовуються у певну ієрархію цінності, актуалізуються суб'єктні потенціали, створюються умови для унікальної взаємодії, обміну думками, почуттями і цінностями. При цьому рефлексія є основою внутрішньої мотивації особистості, яка поглиблює процеси осмислення» [5, с. 105].

В контексті сказаного дослідниця пропонує концептуально новий підхід, який ґрунтується на основних принципах гуманістичного підходу, згідно з яким пріоритетними цілями сучасної вищої освіти повинні стати «загальнокультурні орієнтири». Саме вони покликані «замінити власне когнітивний підхід на смислотворчий, де і викладач, і студент є активними суб'єктами освітнього діалогу...» [5]. Останньому дослідниця відводить роль «зовнішньої спонуки внутрішнього ініціювання особистісно-професійного становлення майбутнього фахівця, становлення його ціннісно-сислової сфери» [5].

Ще один із шляхів вирішення цієї проблеми пропонується педагогом А. А. Вербицьким в розробленому ним контекстному підході до навчання у ЗВО. Контекстним науковець називає навчання, в якому за допомогою всієї системи дидактичних форм, методів і засобів моделюється предметний і соціальний зміст майбутньої професійної діяльності фахівця, а засвоєння ним абстрактних знань накладається на канву цієї діяльності. Найбільш адекватними для цього є активні форми і методи навчання: аналіз конкретних ситуацій, розв'язування професійних задач, проблемні методи, ділові ігри, науково-дослідницька робота, професійна практика тощо. В усіх цих формах і методах так чи інакше мають бути представлені реальні особливості майбутньої професії, що значною мірою знімає труднощі моти-

ваційного забезпечення учіння. Учбова діяльність набуває для студента особистісного смислу, оскільки в ній проглядаються контури майбутньої професії, створюються реальні можливості для переходу від пізнавальної мотивації до професійної. Таким чином, поняття «професійний контекст» є смислоутворювальною категорією, що забезпечує особистісне включення студента в процес пізнання і професійного становлення. Основне мотиваційне навантаження при цьому виконує професійний мотив – прагнення підготуватися до майбутньої самостійної діяльності.

Відомо, що внутрішній світ людини, тобто її особистісне «Я» дається їй у переживаннях. Однак останні, згідно теорії відображення, не можуть бути онтологічною передумовою, тому що ні переживання, ні навіть сама людина (її свідомість) не творить світ, а лише відображає його. В якості онтологічної передумови переживання О. Ф. Бондаренко виділяє сукупність обставин, які ведуть до події, тобто до зміни «статусу кво» деякої реальності. Якщо ця реальність речова, то це ситуація, якщо ж ідеальна (знаково-образної генези), то це – ідеогенез. Якщо ситуація є речова подія з середини обставин, то переживання є психічною подією з середини суб'єкта діяльності, і тому вона пов'язана з спробами оволодіти ситуацією, трансформувати її або ж самого себе у ній. Звідси впливає перший принцип або перша умова організації психотерапевтичного особистісно-розвиваючого навчання. Це – подійність, подійне навчання.

Словник української мови дає таке тлумачення події: «Те, що відбувалося або відбулося, сталося; явище, факт суспільного або особистого життя. Сукупність пов'язаних між собою в якомусь відношенні явищ, фактів суспільного життя (звичайно важливих, значних), які становлять ніби щось єдине ціле. Те, що порушує усталений, звичний хід життя; що-небудь важливе, видатне [6].»

Беручи до уваги те, що Бондаренко О. Ф. у своєму висловлюванні мав на увазі лише так звані психотерапевтичні форми навчання, ми, водночас, спробуємо дещо ширше розкрити його зміст. Зрозуміло, що поняття розвиваюче навчання характеризується особливими дієвими фор-

мами організації пізнавальної діяльності суб'єкта. Саме вони забезпечують становлення суб'єктності індивіда, сприяючи при цьому інтенсивному смислогенезу.

Сподіваюсь, нікого не треба переконувати у тому, що не кожна подія виступає каталізатором породження нових смислів. Якщо це судження вірне, то, очевидно, причину слід шукати не в самій події, а в її характеристиках. На наше глибоке переконання саме такими є контрастні характеристики події. Тобто в основі цього феномену лежить не стільки сама подія, скільки фактор її новизни, який виникає як поява чогось незвичного, нетипового, неординарного на фоні відомого, очевидного, традиційного, буденного. Психологічно таке явище найбільш вдало може бути репрезентовано категорією «контрасту», яка, як відомо, є однією з базових в структурній психології. Саме контраст не просто поєднує у собі два амбівалентних, полярних і дуже часто суперечливих полюси, а й зближує їх між собою, і навіть, ілюструє стан, специфіку об'єкта чи суб'єкта при переході з одного середовища в інше, від одних умов та способів життєдіяльності до інших. При цьому сам процес переходу пронизаний дією одного з найбільш відомих діалектичних законів, а саме «перервності поступовості».

Тобто зміни, які відбуваються у мотиваційній (смиловій) сфері далеко не завжди виникають як результат багатовпливових впливів на суб'єкт, не шляхом накопичення знань чи засвоєння певних стратегій поведінки (тобто того, що згідно з одним із важливих законів діалектики називається «перехід кількості у якість»), а в результаті якогось випадку чи події, що відбулася. Виникає своєрідний смисловий прорив, стрибок, інсайт, прояснення, внаслідок якого відбувається усвідомлення значущості тих чи інших об'єктів дійсності, здійснюється переструктурування різноманітних суб'єктних цінностей та інших психологічних утворень особистості.

У традиційно-педагогічному плані цей принцип успішно реалізований багатьма досвідченими педагогами і ще відомий як «гострі моменти», «ефект вибуху, потрясіння» (Макаренко А. С.). Іншими словами, його слід інтерпретувати, як емоційне насичення занять з допомогою

різних засобів: від групового тиску – до забезпечення зворотного зв'язку найрізноманітнішими способами.

Методологічно (і це дуже важливо) смислогенетичним слід вважати середовище (подію), яка розгортається у формі прояву характеристик контрастної взаємодії. Смислогенез в контексті типологічних характеристик самої ситуації, а також індивідуально-особистісних характеристик самого суб'єкта, може мати різну представленість. Адже саме явище (подія), розгортається на стику взаємосуперечливих (а інколи взаємоне прийнятних) середовищ, обставин, умов. Останні можуть як підсилювати певні психічні функції, так і суттєво послаблювати їх. Попри те, що такі ситуації далеко не завжди ведуть до позитивних особистісних змін та бажаних наслідків, однак, в них закладено великий потенціал формування суб'єктності та життєвих смислів індивіда. Досягнути методичної цінності таких ситуацій можна лише за умов, коли контрастне середовище події, яка покликана здійснювати формувальний вплив на суб'єкта, найбільш повно відповідає соціальним очікуванням та його індивідуальним домаганням. Саме таке контрастне середовище, на нашу думку, є найбільш релевантним фактором смислогенезу.

Спробуємо пояснити це на деяких прикладах. Відомо, що гартування багатьох фізичних тіл (металу, скла та інш.) відбувається за принципом «із вогню та в полум'я». Аналогічними або ж близькими за своєю суттю є способи гартування організму, які здійснюються за тим самим принципом контрастного середовища (контрастний душ, обтирання снігом, зимове купання у відкритих водоймах). Оскільки особистість є багаторівневим утворенням, яке цілісно поєднує в собі біологічне, соціально-індивідне та власне особистісне, то цілком логічним виглядає припущення, що цей же принцип забезпечує такий самий ефект і на особистісному рівні. При цьому важливо наголосити, що ймовірність чи прогнозованість щодо очікуваних результатів тут є набагато нижчою ніж на фізичному рівні. Наприклад, сміливість як особистісна риса розвивається і формується краще тоді, коли людині, яка перебуває в критично загрозливій ситуації («за крок

до смерті») вдається перебороти страх; добро утверджується у боротьбі зі злом, любов до Батьківщини може підсилюватись ненавистю до її ворогів тощо.

На жаль, такі ситуації часто нагадують балансування на лезі бритви, а тому їх розв'язання відбувається згідно з принципом «пан або пропав». Очевидним також є те, що готовність до виконання і засвоєння будь-якої діяльності перевіряється і формується в її реальних умовах, які дуже часто є екстремальними для індивіда (а вони власне і є контрастними). Наприклад, навчитись швидко плавати можна лише тоді, коли попадеш на глибоку воду; оволодіти мистецтвом східних єдиноборств можна лише тоді, коли тренування здійснюються у «контакті». Це ж саме стосується і будь якої професійної підготовки чи діяльності (навчальний матеріал найкраще засвоюється тоді, коли учень (студент) виступає в ролі вчителя (викладача) (Вербицький А. А.).

Очевидно, що усі такі ситуації є для людини стресогенними і далеко не у кожного суб'єкта буде достатньо особистісного ресурсу, щоб успішно пройти такі випробовування. Попри сказане, незаперечним аргументом тут виступає значущість здобутого в таких умовах досвіду, який не лише збагачує таку особистість, переструктуровуючи її емоційно-чуттєві, когнітивні, поведінкові і смислові утворення, а й відкриває нові горизонти для подальшого особистісного зростання. При цьому, особливою цінністю таких ситуацій є не стільки зрушення в особистісних сферах про які ми вже говорили, а й те, що вони формують суб'єктність і сприяють ефективному смислогенезу індивіда. Причому значимість ситуацій і цілей, які ставить перед собою суб'єкт, визначаються завдяки хронотопу «тут і тепер». Будь-яка віддалена перспектива, в цілому, значно знижує релевантність цілей. Таким чином, смислогенез опосередкований не лише об'єктивною значимістю наявних цілей, а й самою ситуацією, яка забезпечує реальні умови для їх досягнення.

Відомо, що умовами смислогенезу є персоналізація, тобто процес виникнення та зростання суб'єктності «Я» у соціального індивіда, ріст особистісної самосвідомості і відповідних їм засобів

самовираження. Якщо брати тільки психологічну сутність поняття суб'єктності, то на думку О. Ф. Бондаренка, воно пов'язане з такими проблемами особистості як: інтернальність, довільність щодо своїх власних переживань, незалежність (неконформність, незнарядійність) у соціальних та міжособистісних ставленнях і як здатність до самовизначення. Зрозуміло, що надання психотерапевтичної допомоги з цих питань в процесі психологічного консультування клієнтів є здебільшого основним завданням психолога. Разом з цим, аналогічну функцію в процесі професійного становлення в умовах ЗВО можуть виконувати (і виконують) викладачі закладу освіти. Адже завдання розвитку суб'єктності було, є і буде головним у процесі особистісно-розвиваючого комунікативного навчання.

У нашому розумінні поняття суб'єктності основний акцент його змістовних характеристик переноситься на відповідальність. Тобто, суб'єкт діяльності – це не просто людина, яка хоче і знає як саме реалізувати потенціал власного «Я», утвердитись у чомусь, реалізувати поставлені перед собою цілі, а це людина, яка відповідальна за своє місце і роль у суспільстві, за свою долю і власні надбання. Саме таке розуміння робить його змістовно близьким до таких понять як аутентичність і самодос-

татність. Суб'єктність – це міра або якість особистості, яка відображає та означає її здатність до перетворення самого принципу свого особистісного буття у конкретну умову подальшої життєдіяльності.

Висновки. Таким чином, відзначаючи особливу зацікавленість, яку проявляють не лише науковці, а й практики, до проблем смислу життя взагалі і особистісного зокрема, ми, попри очевидні зрушення у цій царині, змушені констатувати наявність багатьох труднощів, які пов'язані з деякими методологічними, а також емпірично-дослідницькими проблемами.

Особистісно-розвивальне (подійне) (Бондаренко О. Ф.), діалогічне (Карпенко З. С., Радчук Г. К.) навчання повинно стати основою внутрішнього ініціювання особистісно-професійного становлення майбутнього фахівця, формування його ціннісно-сислової сфери. При цьому основний механізм смислових зрушень в структурі особистості закладений в контрастному середовищі тих подій, які виникають в житті індивіда. Саме вони є найбільш релевантним чинником смислогенезу.

Суттєвий поступ у розробленні цієї проблематики, може бути досягнутий завдяки розумінню індивідуально-особистісної значущості різноманітних подій та їх контрастній репрезентації на дидактично-методичному рівні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Белей М.Д. Методологічні основи феноменологічної психології в діяльності практичного психолога. *Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції «Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування» (25–26 грудня 2020 р.)* Львів. 2020. С. 33–36.
2. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості: навч. посіб. Харків : Фоліо. 1996. 237 с.
3. Карпенко З.С. Аксіологічна психологія особистості. Івано-Франківськ: Лілея-НВ. 2009. 512 с.
4. Карпенко З.С. Аксіопсихологічні ресурси професійно-особистісної самореалізації. Особистісно-акмеологічні фактори впливу на самореалізацію індивідуальності у полікультурному світі: за наук. редакцією І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2016. С. 83–91.
5. Радчук Г. Діалог як механізм аксіогенезу особистості в процесі вищої професійної освіти. *Науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал*. 2017. Том 8, № 1. С. 103–109.
6. Словник української мови в 11 томах. URL: <https://slovnuk.ua/index.php>

REFERENCES:

1. Belei, M.D. (2020). Metodolohichni osnovy fenomenolohichnoi psykhologhii v diialnosti praktychnoho psykholoha [Methodological foundations of phenomenological psychology in the activities of a practical psychologist]. *Zbirnyk tez naukovykh robit uchasnykiv mizhnarodnoi*

naukovo-praktychnoi konferentsii «Psykhohiia ta pedahohika: metodyka ta problemy praktychnoho zastosuvannia» (25-26 hrudnia 2020 r.) S. 33–36 [in Ukrainian].

2. Bondarenko, O.F. (1996). *Psychologichna dopomoga osobystosti [Psychological assistance of the individual]*. Kharkiv: Folio [in Ukrainian].

3. Karpenko, Z.S. (2009). *Aksiologichna psykhologiya osobystosti [Axiological psychology of personality]*. Ivano-Frankivsk: Lileya-NV [in Ukrainian].

4. Karpenko, Z.S. (2016). Aksiologichni resursy profesijno-osobystisnoyi samoregulaciyi. Osobystisno-aksiologichni factory vplyvu na samoregulaciju indyvidualnosti u politkulturnomu sviti [Axiopsychological resources of professional and personal self-realization. Personal and acmeological factors of influence on the self-realization of individuality in a multicultural world]. I.M. Zvarych (Ed.) S. 83–91. Chernivtsi: Chernivtsi National University [in Ukrainian].

5. Radchuk, H. (2017). Dialog yak mekhanizm aksiogenezu osobystosti v procesi vyhchoyi profesijnoyi osvity [Dialogue as a mechanism of personality axiogenesis in the process of higher professional education]. *Naukovyi teoretyko-metodologichni i prykladnyi psykhologichni jurnaly – Scientific theoretical, methodological and applied psychological journal, Vols 8. No. 1, S. 103–109 [in Ukrainian].*

6. Slovnyk ukraïnskoyi movy v 11 tomah [Dictionary of the Ukrainian language in 11 volumes]. Retrieved from: <https://slovnyk.ua/index.php> [in Ukrainian].

УДК 159.9.07:316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.4.3>

КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ЯК СКЛАДНИК СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Белавіна Тетяна Іванівна,

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,
доцент кафедри практичної психології та соціальних технологій
Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет»
<https://orcid.org/0000-0002-0024-1491>

Блінов Олег Анатолійович,

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри практичної психології та соціальних технологій
Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет»
<https://orcid.org/0000-0002-9523-0233>

Абрамян Наталія Дмитріївна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та соціальних технологій
Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет»
<https://orcid.org/0000-0001-6956-8954>

Стаття присвячена важливій проблемі розвитку комунікативної компетентності майбутніх практичних психологів як складника соціального інтелекту та однієї з його ключових характеристик. Визнається актуальність дослідження проблеми комунікативної компетентності у сучасній психологічній науці. Це аргументовано важливими її характеристиками, такими як сприяння створенню ефективних соціальних і професійних відносин, а також досягненню визначених цілей у різних сферах життєдіяльності, крім сприяння, забезпечення взаєморозуміння у спілкуванні, зокрема в процесі професійного становлення та виконання професійних завдань практичним психологом.

Наголошено на багатогранності комунікативної компетентності та її важливості у різних життєвих ситуаціях – від побудови особистих взаємин до досягнення професійних цілей. Такий комплексний підхід дає змогу розглядати комунікацію не лише з позиції передачі інформації, а й з огляду на соціокультурну специфіку та емоційні чинники, що істотно підвищує ефективність взаємодії.

Проаналізовано основні досягнення в теоретичному та емпіричному аспектах зарубіжних та українських учених у межах заявленої теми. Визначено основні підходи у контексті соціальної психології до тлумачення цього поняття. Акцентовано роль комунікативної компетентності в розвитку соціального інтелекту, розглянуто соціальний інтелект як соціально-психологічну категорію та наведено його наукове обґрунтування.

Підкреслено, що зарубіжні дослідники зазвичай розглядають комунікативну компетентність як одну з важливих ознак соціального, практичного, емоційного інтелекту, пов'язують її із соціокультурною адаптацією. З іншого боку, виділено основні ракурси досліджень українськими вченими здобувачів вищої освіти, які переважно пов'язують соціальний інтелект з комплексом особистісних компетенцій, у тому числі соціальною та комунікативною, соціальною ідентичністю, успішною кар'єрною підготовкою тощо.

Ключові слова: інтелект, соціальний інтелект, комунікація, комунікативна компетентність, комунікативні вміння, емпатія, комунікабельність.

Bielavina Tetiana, Blinov Oleh, Abramian Nataliia. Communicative competence of future psychologists as a component of social intelligence

The article is dedicated to the important issue of developing the communicative competence of future practical psychologists as a component of social intelligence and its key characteristics. The relevance of researching communicative competence in modern psychological science is

acknowledged. This relevance is substantiated by its significant features, such as fostering the creation of effective social and professional relationships, achieving defined goals in various spheres of life, and ensuring mutual understanding in communication – particularly throughout the process of professional formation and the practical psychologist's execution of professional tasks.

The multifaceted nature of communicative competence and its importance in diverse life situations – from building personal relationships to achieving professional goals – is emphasized. Such a comprehensive approach allows viewing communication not only in terms of information exchange but also with regard to sociocultural specifics and emotional factors, thereby significantly enhancing the effectiveness of interaction.

The main theoretical and empirical achievements of foreign and Ukrainian scholars within the stated topic have been analyzed. The primary approaches in social psychology to interpreting this concept are outlined. The role of communicative competence in the development of social intelligence is highlighted; social intelligence is considered as a socio-psychological category, and its scientific basis is provided.

It is underscored that foreign researchers typically regard communicative competence as one of the key indicators of social, practical, and emotional intelligence, linking it to sociocultural adaptation. On the other hand, the principal research perspectives of Ukrainian scholars on higher education students are distinguished. They largely associate social intelligence with a complex of personal competencies, including social and communicative competencies, social identity, and successful career preparation, among others.

Key words: *intelligence, social intelligence, communication, communicative competence, communicative skills, empathy, sociability.*

Постановка проблеми. Постійні карколомні соціально-економічні, соціально-політичні кризи та психологічні виклики у сучасній Україні ставлять людину у соціальну ситуацію, яка вимагає ефективного адаптування до навколишньої дійсності й швидкого адекватного реагування на змінювання у соціальному просторі. Особливої уваги дослідників потребує професійне становлення осіб, які опановують соціономічні професії, зокрема майбутні практичні психологи.

Процес надбання здобувачами вищої освіти здатності встановлювати та підтримувати у межах професійних завдань необхідні контакти, взаємини та їх результативність, тобто формування комунікативної компетентності, підкреслює її вагомість, визначає цю компетентність як ознаку готовності до професійної діяльності за фахом, пояснює неослабний інтерес до проблеми та її наукового аналізу.

Актуальність дослідження проблеми комунікативної компетентності у сучасній психологічній науці підтверджується важливими її характеристиками та аргументами: сприяння створенню та зміцненню ефективних соціальних і професійних відносин, протегування досягненню визначених цілей у різних сферах життєдіяльності, забезпечення взаєморозуміння, зокрема в процесі виконання професійних завдань

практичним психологом, попередження виникнення конфліктів тощо.

Процес професійного становлення майбутніх практичних психологів, набуття ними спеціальних компетентностей у процесі здобування вищої освіти, їх фахова успішність багато у чому пов'язана з високим рівнем розвитку соціального інтелекту та його складників, зокрема комунікативної компетентності. За визначенням відомої української дослідниці Т. Титаренко (2020), «життєвий простір є соціокультурно визначеним, оскільки особистість постійно взаємодіє із соціальним середовищем, проявляючись передусім інтерперсонально» [1, с. 87]. Загальновідомо, що в процесі соціалізації взаємодія людини з навколишнім світом, із соціальною реальністю відбувається завдяки спілкуванню, а ефективність комунікативної діяльності певною мірою залежить від соціального, емоційного інтелекту, комунікативної компетентності, які розвиваються у процесі набуття соціального досвіду.

У методичних рекомендаціях щодо розроблення складників галузевих стандартів вищої освіти категорія «компетенція» визначається як певний «образ результату, який повинен бути досягнутий під час здобування освіти» [2]. Він передбачає, з одного боку, здатність знати й розуміти теоретичні знання, а з іншого – здатність до практичного й оперативного

застосування цих знань до конкретних ситуацій, причому цінності, етичні норми виступають як «невід'ємна частина способу сприйняття й життя з іншими у соціальному контексті» [2]. Більш ретельно категорія розглядається у колективній монографії про компетентнісний підхід у професійній підготовці майбутніх психологів [3]. В роботі підкреслено, що «...у формуванні професійних компетенцій майбутнього спеціаліста вирішальну роль відіграє не лише зміст освіти, але й освітнє середовище ВНЗ, зокрема, студентське середовище. Воно чинить соціалізуючий і виховний дієвий вплив на особистість студента. Основним середовищем спілкування і навчання студентів є академічна група» [4, с. 87]. Серед інших професійно значущих компетентності психолога визнаються інтегральною характеристикою, мають поліфункціональну структуру, дозволяють судити про рівень його підготовленості і здатності виконувати посадові функції як умову його успішної діяльності [3; 4].

Слід відзначити, що інтерес дослідників до умов, чинників, детермінант становлення професійної компетентності практичного психолога постійно зростає. Важливе місце посідає серед них комунікативна компетентність, яка являє собою здатність людини ефективно та відповідно до ситуації взаємодіяти з іншими, використовуючи різноманітні мовні, невербальні та соціальні засоби. Це зумовлено викликами соціально-політичної кризи, воєнного стану та його наслідками, викликами та запитамі сучасності.

Метою статті є теоретичний аналіз сучасних підходів до проблеми становлення та зміцнення професійної комунікативної компетентності майбутнього практичного психолога як важливого складника соціального інтелекту здобувачів вищої освіти.

Результати дослідження. Багато авторів наукового пошуку відзначають, що протягом життя кожна людина намагається розвивати, удосконалювати та збагачувати власні комунікативні вміння та навички, тим самим вона формує індивідуальний стиль спілкування. Однак у їхніх роботах відзначаються особливо вимогливі очікування комунікативної компетентності

від психолога під час виконання професійних завдань, у взаємодії з клієнтами, з колегами, у різних сферах людського буття: вміння правильно передавати інформацію, навичку зважати на комунікативний контекст, культурні та соціальні особливості комунікантів, а також добирати доречні стратегії з метою досягнення взаєморозуміння й успіху у взаємодії, у спілкуванні.

Окремі аспекти розвитку комунікативної компетентності майбутніх психологів знаходять місце у дослідженнях провідних науковців України (В. Балахтар, 2018; О. Ковалева, 2014; І. Ковальчук, 2010, 2014; Г. Кошонько, 2018; О. Лозова, 2014; Н. Лук'янчук, 2014; Т. Щербан, 2002) [3; 4; 5; 6].

Узгодженими серед дослідників можна вважати базові складники комунікативної компетентності, до яких майже всі дослідники відносять не лише мовну, вербальну компетентності як наявність лексичного, граматичного надбання та здатність і вміння зрозуміло формулювати мовні конструкції, спираючись на мовні літературні норми. До ключових компонентів також відносять соціальну компетентність, культурну, прагматичну компетентність, невербальну та емоційний інтелект як здатність враховувати соціальний, культурний контекст, орієнтуватися на норми соціальної, міжкультурної взаємодії, вибирати оптимальну ефективну стратегію комунікації, вміти розпізнавати емоції інших, адекватно і коректно реагувати, використовувати невербальний арсенал для гармонійного «зафарбування» мовних конструкцій, здатність мінімізувати ризики виникнення конфліктів, створення сприятливої атмосфери взаємодії.

Комунікативна компетентність у навчальному процесі майбутніх психологів грає важливу роль, тому що дозволяє здобувачам освіти краще сприймати та засвоювати нові знання, плідно співпрацювати та дієво долучатися до спільних проєктів та дискусій, дозволяє уникати стереотипних, стигматизованих суджень, а це підвищує імовірність успіху у професійному становленні, подальшій кар'єрі. Крім професійних здобутків, комунікативна компетентність впливає на формування міцних, дружніх особистісних

зв'язків, підтримки у взаєминах, що підвищує ефективність соціальної взаємодії.

Подальша розробка проблеми з часом розширила поле інтересів до розуміння споріднених понять, виникли уточнення, наприклад розуміння, чи є такі соціально-психологічні явища продуктом особистої когнітивної організації, чи проявом «групової ментальності» тощо.

Незважаючи на наявність різних підходів до розуміння цієї категорії, вони сходяться у тому, що дефініція «комунікативна компетентність» є близькою або дещо навіть тотожною до понять «соціальна компетентність», «соціально-психологічна компетентність», які пов'язані загальними характеристиками: «здатність індивіда адекватно залучатись до складних міжособистісних взаємодій», взаєморозуміння, ефективних соціальних і професійних відносин тощо [3; 4; 5; 6; 7].

Л. Лепіхова вважає соціально-психологічну компетентність передумовою успішної самореалізації особистості, а П. Горностаї рольову компетентність як умову гармонійності життєвого світу особистості [5; 7].

Соціальна компетентність як поняття подовжила характеристики розгляду такої здатності людини, як сформована, розвинута система уявлень, знань про власне «Я», про оточуючу соціальну дійсність, про особливості власних поведінкових сценаріїв у типових соціальних ситуаціях, про здатність та наявність навичок адекватно та оптимально адаптуватися до мінливих умов соціальної дійсності. Тобто вона передбачає компетентність у сфері індивідуального стилю життя, поведінки з урахуванням соціальних норм, прийнятих традицій, уподобань соціального середовища, орієнтування у професійному контексті, у засобах спілкування в етнолінгвістичних спільнотах тощо. Тобто все це суттєво розширює сферу впливовості комунікативної компетентності, яка забезпечує вміння досягати у ситуативному спілкуванні «бажаних рівнів взаємодії».

У процесі наукової розробки проблеми багато дослідників надали перевагу категорії «соціальний інтелект», яка вперше була введена в 1920 р. Р. Торндайком [9], але увібрала у себе найбільш визнані визначення співвідношення «індивід – соціум – соціальна дійсність».

Соціальний інтелект як соціально-психологічна категорія та його наукове обґрунтування мають відносно нетривалу у часі історію, проте останні десятиріччя характеризуються зростаючим інтересом до цієї категорії як на міжнародному рівні (Д. Гоулман, 2008, Дж. Майєр, 2001; Р. Стернберг, 2001, Р. Торндайк, 1986), так і в рамках вітчизняної наукової думки (Е. Івашкевич, 2018; Я. Каплуненко, 2016; Л. Ляховець, 2009; Г. Ожубко, 2009; І. Стрілецька, 2016 та ін.). Соціальний інтелект досліджується як з точки зору адаптивності людини, практичного інтелекту, емоційного складника, так і вивчається в контексті професійного самовизначення (О. Кокун, 2012) [5; 9; 10; 11].

Виходячи з предмета цього дослідження, автори базуються на трактуванні соціального інтелекту як системи, як комплексу інтелектуальних здібностей, когнітивних можливостей особистості, які дозволяють розуміти інших людей, усвідомлювати власне «я» та забезпечувати свою зрозумілість для оточуючих. Визначення Е. Івашкевича дає таке пояснення цієї соціально-психологічної категорії: «... соціальний інтелект є самостійним новоутворенням у структурі інтелекту особистості та розглядається як інтегративна здатність адекватно сприймати, розуміти та прогнозувати поведінку й діяльність інших людей. Мудрість особистості в контексті цього визначення трактуватиметься як специфічна метакогніція, що реалізується через мнемічний складник соціального інтелекту» [11, с. 431].

У контексті розроблення цієї теми робочою групою започатковано емпіричне дослідження стосовно характеру, смислового навантаження категорій, що обговорюються, динамічності становлення соціального інтелекту та його складників, визначення рівнів його розвитку та порівняння цих рівнів комунікативної компетентності на різних етапах навчального процесу. Для коректного здійснення емпіричного складника нашого дослідження з метою реалізації завдань розроблений діагностико-корекційний інструментарій, який включає широкий спектр соціально-психологічних діагностичних та корекційних методів.

Серед інших емпіричних методів на певному етапі були застосовані такі: «Діа-

гностика соціального інтелекту» Дж. Гілфорда та М. О'Саллівена, «Оцінка комунікативних та організаторських здібностей».

На цьому етапі у діагностичному опитуванні взяли участь 83 особи з числа здобувачів вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія», зокрема студентів 1–3 курсів бакалаврату та магістрантів 2 року навчання.

Аналіз результатів дослідження.

Виходячи із завдань статті, ми наведемо лише деякі попередні обговорення результатів. Обробка та інтерпретація отриманих результатів дозволили диференціювати показники розвитку рівнів соціального інтелекту серед здобувачів освіти першого та другого курсів, а також магістрантів та виявити певну позитивну динаміку розвитку соціального інтелекту. За когнітивним компонентом здобувачі вищої освіти першого курсу бакалаврату продемонстрували показники розвитку соціального інтелекту нижче середнього (значущість Z-критерію $p \leq 0,05$), що порівняно з представниками третього курсу та магістрантами, у яких показники відповідали середньому рівню (третьій курс) та середньому і вище середнього рівню у магістрантів (значущість Z-критерію $p \leq 0,1$). Це виявилось найбільш виразною різницею.

Також позитивна динаміка на рівні тенденцій була відзначена за показниками комунікативних та організаторських здібностей, що характеризує поведінковий компонент соціального інтелекту. Потреба у самостійності прийняття рішень, прагнення до активного спілкування та ініціативності в різних сферах людського буття, а також відстоювання власних переконань зростають у процесі дорослішання та навчання у ВНЗ.

До цього слід додати поступове опанування спеціальністю 053 «Психологія», фахових знань з психології та професійне зростання здобувачів вищої освіти, яке відбувається в процесі участі в різнома-

нітних фахових практиках, що сприяють розвитку всіх компонентів соціального інтелекту.

Висновки. Проблема комунікативної компетентності у сучасній психологічній науці тісно пов'язана з її розвитком у процесі навчання у ВНЗ та професійного становлення майбутніх психологів. Комунікативна компетентність включає комплекс знань, умінь та навичок, які визначають соціально-психологічну ефективність людини у взаємодії у соціумі, у соціальної дійсності, враховуючи різні аспекти спілкування: психологічний, соціальний, етнолінгвістичний. Теоретичний аналіз дозволив підсумувати, що як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології вона трактується як сукупність внутрішніх ресурсів для створення ефективної комунікації у різних сферах людського буття.

На сучасному етапі розробленості комунікативна компетентність виступає як складник соціального інтелекту та одна з його ключових характеристик: сприяння створенню ефективних соціальних і професійних відносин, досягненню визначених цілей у різних сферах життєдіяльності, забезпечення взаєморозуміння у спілкуванні, здатність удосконалювати комунікативні вміння шляхом практики, рефлексії та безперервної освіти та професійного зростання.

Перспективи подальших досліджень. У контексті розроблення цієї теми робочою групою заплановано серію публікацій стосовно емпіричного дослідження характеру, смислового навантаження цієї категорії, динамічності становлення, визначення рівнів його розвитку та порівняння цих рівнів комунікативної компетентності на різних етапах навчального процесу. За результатами емпіричної частини дослідження планується створення програми розвитку у здобувачів вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» цієї вкрай важливої професійно значущої компетенції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Життєвий світ і психологічна безпека людини в умовах суспільних змін. Реферативний опис роботи / М.М. Слюсаревський, Л.А. Найдьонова, Т.М. Титаренко, В.О. Татенко, П.П. Горностай, О.М. Кочубейник, Б.М. Лазоренко. Київ : Талком, 2020. 318 с.
2. Методичні рекомендації щодо розроблення складників галузевих стандартів вищої освіти. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0918729-20#Text>
3. Компетентнісний підхід у професійній підготовці майбутніх психологів : монографія / авт. кол.: під наук. ред. Лозової О.М. Вінниця : Віндрук, 2014. 184 с.

4. Розвиток соціально-комунікативної компетентності обдарованих учнів початкової школи : посібник / Н.В. Лук'яничук, Н.А. Климова, О.А. Ковальова, Ю.Ю. Савченко та ін. ; за заг. ред. Н.В. Лук'яничук і Н.А. Климової. Київ : Інститут обдарованої дитини, 2014. 132 с.
5. Ковальчук І.В. Проблема комунікативної компетентності у вітчизняній та зарубіжній психології. *Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка»*. Випуск 14. 2010. С. 167–176.
6. Щербан Т.Д. Компетентність як якісна характеристика спілкування. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка, АПН України / за ред. С.Д. Максименко. Київ : Гнозіс, 2002. Т. IV. С. 327–332.
7. Лепіхова Л.А. Соціально-психологічна компетентність як передумова успішної самореалізації особистості. *Наукові студії з соціальної та політичної психології* : збірник статей. 2002. Вип. 6(9). Київ : Міленіум. С. 57–71.
8. Старинська О. Проблема психологічної сутності понять «соціальний інтелект» та «емоційний інтелект»: науковий дискурс. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2022. Вип. 3, № 56, с. 40–44. DOI: <https://doi.org/10.32689/maurpsych.2022.3.6>.
9. Thorndike R.L., Hagen E.P., Satter J.M. Stanford-binet Intelligence Scale (Technical Manual). 4th edition. Chicago : Riverside, 1986. P. 216–242.
10. Goleman D. *Primal Leadership: Learning to Lead With Emotional Intelligence*. Boston : Harvard Business School Press, 2008. 300 p.
11. Івашкевич Е.З. Соціальний інтелект педагога : монографія. Київ : ТОВ «Принт-Хауз», 2017. 536 с.

REFERENCES:

1. Slusarevskiy, M.M., Naidonova, L.A., Tytarenko, T.M., Tatenko, V.O., Hornostai, P.P., Kochubeinyk, O.M., & Lazorenko, B.M. (2020). *Zhyttievyyi svit i psykholohichna bezpeka liudyny v umovakh suspilnykh zmin. Referatyvnyi opys roboty [The life world and psychological safety of a person in conditions of social changes: A summary description of the work]*. Kyiv: Talkom [in Ukrainian].
2. *Metodychni rekomendatsii shchodo rozroblennia skladnykh haluzevykh standartiv vyshchoi osvity [Methodological recommendations for developing components of branch standards of higher education]*. (2020). Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0918729-20#Text> [in Ukrainian].
3. Lozova, O.M. (Ed.). (2014). *Kompetentnisnyi pidkhid u profesiinii pidhotovtsi maibutnikh psykholohiv: monohrafiya [Competence-based approach in the professional training of future psychologists]*. Avt. kol.; pid nauk. red. Lozovoi O.M. Vinnytsia: Vindruk [in Ukrainian].
4. Luk'ianchuk, N.V., Klymova, N.A., Kovalova, O.A., Savchenko, Yu.Yu., et al. (2014). *Rozvytok sotsialno-komunikatyvnoi kompetentnosti obdarovanykh uchniv pochatkovoї shkoly: posibnyk [Development of socio-communicative competence of gifted primary school students: A manual]*. Kyiv: Instytut obdarovanoi dytyny [in Ukrainian].
5. Kovalchuk, I.V. (2010). *Problema komunikatyvnoi kompetentnosti u vitchyzniansii ta zarubizhnii psykholohii [The issue of communicative competence in domestic and foreign psychology]*. *Naukovi zapysky. Seriya «Psykhologhiia i pedahohika» – Scientific notes. Series "Psychology and pedagogy"*. Vypusk 14, 167–176 [in Ukrainian].
6. Shcherban, T.D. (2002). Kompetentnist yak yakisna kharakterystyka spilkuvannia [Competence as a qualitative characteristic of communication]. In S.D. Maksymenko (Ed.). *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii im. H.S. Kostiuks, APN Ukrainy – Collection of scientific works of the H.S. Kostiuks Institute of Psychology, Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*. Vols. IV, pp. 327–332. Kyiv: Hnozis [in Ukrainian].
7. Liepikhova, L.A. (2020). Sotsialno-psykholohichna kompetentnist yak peredumova uspishnoi samorealizatsii osobystosti [Socio-psychological competence as a prerequisite for successful self-realization]. *Naukovi studii z sotsialnoi ta politychnoi psykholohii: Zbirnyk statei – Scientific studies in social and political psychology: coll. articles*. Vol. 6(9), pp. 57–71. Kyiv: Milenium [in Ukrainian].

8. Starinska, O. (2022). Problema psykholohichnoi sutnosti poniat «sotsialnyi intelekt» ta «emotsiynyi intelekt»: naukovyi diskurs [The problem of the psychological essence of the concepts of "social intelligence" and "emotional intelligence": A scientific discourse]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia – Scientific works of the Interregional Academy of Personnel Management. Psychology*, Vol. 3 (56), pp. 40–44. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.6> [in Ukrainian].
9. Thorndike, R.L., Hagen, E.P., Satter, J.M. (1986). Stanford-binet Intelligence Scale (Technical Manual). 4th edition. Chicago: Riverside, p. 216–242.
10. Goleman, D. (2008). *Primal Leadership: Learning to Lead With Emotional Intelligence*. Boston: Harvard Business School Press. 300 p.
11. Ivashkevych E.Z. (2017). *Sotsialnyi intelekt pedahoha [Teacher's social intelligence]*. Kyiv: TOV «Prynt-Khauz» [in Ukrainian].

РОЛЬ СОЦІО-ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ВИБОРІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ОСОБАМИ З ПІДВИЩЕНОЮ ТРИВОЖНІСТЮ

Вавілова Альона Сергіївна,

кандидат психологічних наук,
асистент кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0000-0001-6971-8182>

Ковшун Тетяна Сергіївна,

студентка 2 року ОР Магістр спеціальності 053 «Психологія»
факультету психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0006-6704-8502>

Стаття присвячена дослідженню взаємозв'язку між соціо-емоційною компетентністю, копінг-стратегіями та тривожністю. Соціо-емоційна компетентність визначена як ключовий складник емоційного інтелекту, що забезпечує ефективне розпізнавання, розуміння та регулювання емоцій, а також побудову здорових міжособистісних стосунків. Проаналізовано теоретичні підходи до визначення складників емоційного інтелекту та їх впливу на вибір копінг-стратегій у осіб з підвищеною тривожністю. Проведено дослідження на вибірці 73 осіб віком від 19 до 56 років (57 жінок і 16 чоловіків). За допомогою регресійного аналізу здійснено статистичний аналіз впливу компонентів соціально-емоційної компетентності та труднощів емоційної регуляції на вибір копінг-стратегій у респондентів із підвищеним рівнем тривожності. Для аналізу вибрано копінг-стратегії, фокусовані на проблемі, копінг-стратегії, фокусовані на емоціях, та унікаючі копінг-стратегії (за опитувальником «Brief-COPE» Лазаруса). Представлено розподіл показників використання копінг-стратегій у групах з різним рівнем особистісної тривожності (низьким, середнім та високим). З'ясовано, що такі компоненти соціально-емоційної компетентності, як самоефективність, самокерування та самоусвідомлення, мають суттєвий вплив на вибір адаптивних копінг-стратегій, незалежно від рівня тривожності. Такі стратегії знижують імовірність вибору стратегій самозвинувачення, відмови та вживання речовин. Модераторна роль тривожності в цих взаємозв'язках не підтвердилася, що підкреслює автономність соціально-емоційних навичок у формуванні поведінкових стратегій. Визначено, що негативні аспекти регуляції емоцій, такі як неприйняття, імпульсивність і обмеженість стратегій, значною мірою корелюють із вибором дезадаптивних копінгів (відмова, самозвинувачення, поведінкове розмежування). Водночас активне подолання та позитивний рефреймінг асоціюються зі зниженням неприйняття та імпульсивності, але можуть супроводжуватися меншою увагою до емоційного усвідомлення.

Ключові слова: емоційний інтелект, соціо-емоційна компетентність, тривожність, копінг-стратегії, фокусований на проблемі копінг, фокусований на емоціях копінг, унікаючий копінг.

Vavilova Alyona, Kovshun Tatyana. The role of socio-emotional competence in the choice of coping-strategies by persons with increased anxiety

The article is dedicated to studying the relationship between socio-emotional competence, coping strategies, and anxiety. Socio-emotional competence is defined as a key component of emotional intelligence that ensures effective recognition, understanding, and regulation of emotions, as well as the establishment of healthy interpersonal relationships. Theoretical approaches to defining the components of emotional intelligence and their influence on the coping strategies choice by individuals with heightened anxiety are analyzed. The study involved a sample of 73 individuals aged 19 to 56 years (57 women and 16 men). Using regression analysis, the influence of socio-emotional competence components and difficulties in emotional regulation on respondents' choice of coping strategies with heightened anxiety was statistically

analyzed. Problem-focused coping strategies, emotion-focused coping strategies, and avoidant coping strategies (based on the Lazarus "Brief-COPE" questionnaire) were selected for analysis. The distribution of coping strategy usage indicators across groups with different levels of personal anxiety (low, medium, and high) is presented. It was found that components of socio-emotional competence such as self-efficacy, self-management, and self-awareness significantly impact the choice of adaptive coping strategies, regardless of anxiety levels. Such strategies reduce the likelihood of choosing self-blame, denial, and substance use strategies. The moderating role of anxiety in these relationships was not confirmed, highlighting the autonomy of socio-emotional skills in shaping behavioral strategies. Negative aspects of emotion regulation, such as rejection, impulsivity, and limited strategies, were found to significantly correlate with the choice of maladaptive coping strategies (e.g., denial, self-blame, behavioral dissociation). Meanwhile, active coping and positive reframing were associated with reduced rejection and impulsivity but may also involve less focus on emotional awareness.

Key words: *emotional intelligence, socio-emotional competence, anxiety, coping strategies, problem-focused coping, emotion-focused coping, avoidant coping.*

Постановка проблеми. Тривожність нині є одним із найбільш поширених емоційних станів, що негативно впливає на психічне здоров'я, міжособистісні стосунки та професійну діяльність. Дослідження, проведені Американською асоціацією психологів, підтверджують, що понад 30% людей у світі стикаються з підвищеним рівнем тривожності, що ускладнює їхнє соціальне функціонування [1]. Соціо-емоційна компетентність (СЕК) виступає одним із ключових факторів, що сприяють адаптації до стресових умов та зниженню рівня тривожності. Згідно з моделлю емоційного інтелекту Майєра і Саловея (1997), СЕК є складником емоційного інтелекту і включає здатність усвідомлювати, розуміти, регулювати свої емоції, а також встановлювати здорові міжособистісні стосунки [2]. Дослідження Майєра, Карузо та Саловея підкреслюють, що розвиток цих навичок позитивно впливає на здатність до управління стресом [3].

Копінг-стратегії, як способи подолання стресу, посідають центральне місце в адаптації особистості до стресових ситуацій. Фолкман і Лазарус (1984) класифікували копінг-стратегії на проблемно-орієнтовані, емоційно-орієнтовані та уникаючі [4]. Дослідження виявляють, що вибір копінг-стратегій значною мірою залежить від рівня емоційного інтелекту та соціо-емоційної компетентності. Зокрема, Вонг (2020) встановив, що особи з розвиненою СЕК частіше використовують адаптивні стратегії, такі як активне подолання та пошук соціальної підтримки, тоді як низький рівень СЕК асоціюється з дезадаптивними копінгамі, як-от самозвинувачення або уникання [5].

Зв'язок між соціо-емоційною компетентністю та рівнем тривожності також активно досліджується сучасними науковцями. Фредріксон (2001) у своїй теорії позитивних емоцій доводить, що розвиток соціальних і емоційних навичок сприяє зниженню тривожності через формування стійкіших емоційних станів [6]. Інші дослідження, наприклад, проведені Гроссом (2014), показують, що здатність до емоційної регуляції, яка є ключовим складником СЕК, виступає буфером для подолання стресу та тривожних станів [7].

Дослідження впливу тривожності на вибір копінг-стратегій показали, що високий рівень тривожності часто асоціюється з уникаючими стратегіями, такими як відмова або самозвинувачення. Наприклад, Алдао, Нолен-Хоксема та Швейзер (2010) виявили, що особи з високою тривожністю частіше вдаються до стратегій уникання через їхню неспроможність ефективно регулювати емоційні стани [8]. Водночас розвинена СЕК дозволяє їм переходити до адаптивніших копінгів.

З огляду на ці аспекти дослідження впливу соціо-емоційної компетентності як компонента емоційного інтелекту на копінг-стратегії у осіб із підвищеною тривожністю є важливим не лише з теоретичної точки зору, але й для практичного застосування. Розробка програм розвитку СЕК може стати ефективним інструментом для зниження рівня тривожності, покращення адаптації до стресу та формування конструктивних стратегій подолання.

Метою дослідження є визначення впливу соціо-емоційної компетентності як ключового компонента емоційного інте-

лекту на вибір копінг-стратегій у осіб з підвищеною тривожністю. Практичне значення дослідження полягає у виявленні тих компонентів соціо-емоційної компетентності, які можуть бути предикторами вибору адаптивних стратегій подолання стресу, з метою їх подальшого розвитку.

Результати дослідження. Дослідження Вученовича, Сіпека та Єліча (2023) показують, що емоційна регуляція та уникнення є значущими предикторами депресії. Автори використовували регресійний аналіз для виявлення зв'язків між емоційною компетентністю та копінг-стратегіями [9]. Шашенковою (2023) була розроблена модель соціо-емоційної компетентності, яка включає такі компоненти, як соціо-емоційна обізнаність, самоуправління, соціальне управління та самоефективність. Ця модель емпірично підтверджує вплив на саморегуляцію та копінг-стратегії [10]. Теорія Лазаруса та Фолкмана (1984) класифікує копінг на емоційно-фокусований, проблемно-фокусований та унікальний стиль [11]. Ця класифікація лягла в основу нашого дослідження впливу емоційної компетентності на вибір копінгів.

Для досягнення мети проведеного нами дослідження було визначено ключові параметри, які характеризують досліджувану проблему, а також індикатори, що дозволяють їх виміряти. Серед ключових параметрів визначено такі як: соціо-емоційна компетентність, копінг-стратегії та тривожність. Кожен з параметрів оцінювався за допомогою валідизованих психометричних методик.

До психометричного інструментарію дослідження ввійшли такі методики: Опитувальник «Соціо-емоційна компетентність» (СЕК) А. Шашенкової (2023) [10], Шкала труднощів регуляції емоцій (Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS) в адаптації Л. Сак та З. Федотова (2023) [12], Опитувальник Brief-COPE

в адаптації Т. Яблонської, О. Верник та Г. Гайворонського (2023) [13], переклад опитувальника «Шкала тривожності Спілбергера» (STAI) [14].

У дослідженні взяли участь 73 респонденти віком від 19 до 56 років (19–29 років – 14 осіб, 30–39 років – 35 осіб, 40–49 років – 20 осіб, 50–56 років – 4 особи). У вибірці було 57 жінок і 16 чоловіків.

З метою більш глибокого розуміння впливу емоційного інтелекту (EI) на копінг-стратегії у осіб з підвищеною тривожністю проведено інтерпретацію даних за вказаними методиками. Основну увагу приділено аналізу рівнів сформованості емоційного інтелекту, копінг-стратегій і тривожності, що дозволило окреслити основні тенденції в поведінці та емоційному реагуванні респондентів.

За Шкалою тривожності Спілбергера (STAI) у таблиці 1 відображено розподіл респондентів за рівнями особистісної тривожності. Аналіз показав значимі відмінності між групами з низьким, середнім та високим рівнями тривожності.

Результати, отримані за методикою «Шкала труднощів емоційної регуляції» (DERS), представлені у таблиці 2. Методика охоплює шість компонентів емоційної регуляції.

На рис. 1 представлений лінійний графік, який демонструє тенденції зміни середніх значень за шкалами «Неприємняття», «Цілі», «Імпульс», «Усвідомлення», «Стратегії», «Чіткість» для трьох рівнів особистісної тривожності – високого, середнього й низького. Графік показує, як рівень тривожності впливає на різні шкали. Наприклад, для високого рівня тривожності шкала «Неприємняття» має найбільші середні значення, тоді як для низького рівня вона значно нижча.

У таблиці 3 представлений розподіл показників за опитувальником «Соціо-емоційна компетентність», які мають тен-

Таблиця 1

Розподіл результатів за «Шкалою тривожності Спілбергера (STAI)»

Шкала	Рівень особистісної тривожності	Кількість респондентів	Min-Max	Mean	SD	Критерій	Рівень значущості
Особистісна тривожність	Низький	15	26–39	34,87	4,19	Критерій Крускала-Уолліса	Значимий $p < 0,001$
	Середній	26	40–51	47,31	3,58		
	Високий	32	52–70	56,28	4,39		

денцію до зниження у респондентів із високим рівнем тривожності. Наприклад, «Самоусвідомлення» (Су) дещо нижче (Mean = 34.09) порівняно з іншими групами ($p < 0.003$).

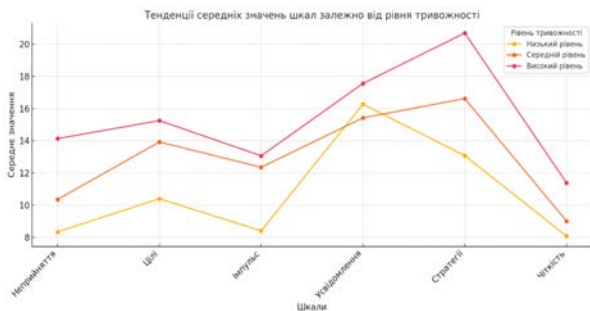


Рис. 1. Тенденції середніх значень шкал опитувальника «Шкала труднощів емоційної регуляції (DERS)» залежно від рівня тривожності

Подальший аналіз даних дозволяє виявити ключові відмінності за шкалами опитувальника DERS у показниках між різними рівнями особистісної тривожності – низьким, середнім та високим. Респонденти з низьким рівнем особистісної тривожності

мають найвищий середній показник обізнаності (39,47), тоді як учасники з високим рівнем тривожності демонструють найнижчий результат (37,94). Це може свідчити про те, що тривожність помірно впливає на здатність сприймати або аналізувати інформацію про власні емоції. Учасники з низькою тривожністю мають середнє значення самоусвідомлення (38,53), тоді як середній рівень тривожності показує 36,54, а високий – лише 34,09. Самокерування суттєво знижується зі зростанням тривожності: від 36,00 у групі з низькою тривожністю до 32,38 у групі з високою. Це вказує на те, що тривожність впливає на контроль емоційних станів та поведінки. Соціо-емоційне усвідомлення: респонденти із середнім рівнем тривожності мають найвищий показник (37,08), тоді як низький і високий рівні тривожності демонструють дещо нижчі результати. Це може свідчити про те, що середня тривожність стимулює емоційне сприйняття, а високий рівень – навпаки. Показник соціального керування також суттєво знижується з ростом тривожності: від 36,07 (низький рівень) до 30,37

Таблиця 2

Розподіл результатів за «Шкалою труднощів емоційної регуляції» (DERS)

Шкала	Рівень особистісної тривожності	Mean	SD	Критерій	Рівень значимості
Неприйняття	Низький	8,33	3,06	U-критерій Манна-Уїтні	H-C $p = 0,010$ H-B $p = 0,006$ C-B $p = 0,128$
	Середній	10,35	3,45		
	Високий	14,13	5,80		
Цілі	Низький	10,40	2,50	t-критерій Стьюдента	H-B - $< 0,001$ H-C - $0,002$ C-B - $0,199$
	Середній	13,92	3,69		
	Високий	15,25	4,02		
Імпульс	Низький	8,40	4,92	U-критерій Манна-Уїтні	H-C $p = < 0,001$ H-B $p = < 0,001$ C-B $p = 0,813$
	Середній	12,35	2,81		
	Високий	13,06	4,59		
Усвідомлення	Низький	16,27	3,13	U-критерій Манна-Уїтні	C-B $p = 0,021$ H-C $p = 0,207$ H-B $p = 0,251$
	Середній	15,42	2,73		
	Високий	17,56	3,52		
Стратегії	Низький	13,07	4,92	U-критерій Манна-Уїтні	H-C $p = 0,004$ H-B $p = < 0,001$ C-B $p = 0,090$
	Середній	16,62	3,81		
	Високий	20,69	6,36		
Чіткість	Низький	8,07	3,11	U-критерій Манна-Уїтні	H-B $p = 0,001$ C-B $p = 0,004$ H-C $p = 0,110$
	Середній	9,00	2,42		
	Високий	11,38	3,16		
Загальний бал	Низький	64,53	16,53	U-критерій Манна-Уїтні	H-C $p = 0,003$ H-B $p = < 0,001$ C-B $p = 0,058$
	Середній	77,65	12,27		
	Високий	92,06	22,08		

Примітка: H-C – низький і середній рівні тривоги; H-B – низький і високий рівні тривоги; C-B – середній і високий рівні тривоги.

(високий рівень). Це свідчить про те, що висока тривожність знижує здатність ефективно взаємодіяти у соціальних ситуаціях. Найвищий рівень самоефективності спостерігається у групі з низьким рівнем тривожності (38,00). Високий рівень тривожності пов'язаний із суттєвим зниженням цього показника (30,63), що може бути пов'язане зі зниженням впевненості у собі та своїх силах.

У таблиці 4 представлений розподіл показників за опитувальником «Brief COPE» про різницю у використанні копінг-стратегій залежно від рівня тривожності. Копінг, фокусований на проблемі: для респондентів із середнім рівнем тривожності спостерігається найвищий середній показник (Mean = 26,38, SD = 2,23). Він є статистично значущим порівняно з низьким (Н-С, $p = 0,039$) та високим рівнями

Таблиця 3

Розподіл результатів за методикою «Соціо-емоційна компетентність»

Шкала	Рівень особистісної тривожності	Mean	SD	Критерій	Рівень значимості
С-ЕО	Низький	39,47	4,22	U-критерій Манна-Уїтні	0,193 > 0,05
	Середній	38,96	4,05		
	Високий	37,94	3,34		
Су	Низький	38,53	3,72	U-критерій Манна-Уїтні	Н-В – 0,003 С-В – 0,020 Н-С – 0,121
	Середній	36,54	3,10		
	Високий	34,09	4,88		
Ск	Низький	36,00	5,36	t-критерій Стьюдента	Н-С $p = 0,424$ Н-В $p = 0,029$ С-В $p = 0,036$
	Середній	34,88	3,49		
	Високий	32,38	5,05		
С-ЕУ	Низький	35,93	6,39	U-критерій Манна-Уїтні	0,649 > 0,05
	Середній	37,08	3,31		
	Високий	36,38	5,05		
СК	Низький	36,07	5,44	U-критерій Манна-Уїтні	Н-С – 0,035 Н-В – 0,006 С-В – 0,071
	Середній	33,00	4,42		
	Високий	30,37	6,08		
Се	Низький	38,00	3,61	t-критерій Стьюдента	Н-С $p = 0,002$ Н-В $p < 0,001$ С-В $p = 0,035$
	Середній	33,73	4,17		
	Високий	30,63	6,30		
ЗРС-ЕК	Низький	224,00	22,94	t-критерій Стьюдента	Н-В $p = 0,004$ С-В $p = 0,025$ Н-С $p = 0,116$

Примітка: С-ЕО – соціо-емоційна обізнаність; Су – самоусвідомлення; Ск – самокерування; С-ЕУ – соціо-емоційне усвідомлення; СК – соціальне керування; Се – самоефективність; ЗРС-ЕК – загальний рівень соціо-емоційної компетентності; К-S – тест Колмогорова-Смірнова, S-W – тест Шапіро-Вілка; Н-С – низький і середній рівні тривоги; Н-В – низький і високий рівні тривоги; С-В – середній і високий рівні тривоги.

Таблиця 4

Розподіл результатів за методикою «Brief COPE»

Шкала	Рівень особистісної тривожності	Mean	SD	Критерій	Рівень значимості
Копінг, фокусований на проблемі	Низький	25,00	4,29	U-критерій Манна-Уїтні	Н-С $p = 0,324$ Н-В $p = 0,039$ С-В $p = < 0,001$
	Середній	26,38	2,23		
	Високий	24,56	3,57		
Копінг, фокусований на емоціях	Низький	31,07	5,26		Н-С $p = 0,116$ Н-В $p = 0,782$ С-В $p = 0,056$
	Середній	32,96	4,25		
	Високий	32,04	4,07		
Унікаючий копінг	Низький	16,20	3,14		Н-С $p = 0,024$ Н-В $p = < 0,001$ С-В $p = 0,014$
	Середній	19,23	3,81		
	Високий	19,49	3,90		

Примітка: Н-С – низький і середній рівні тривоги; Н-В – низький і високий рівні тривоги; С-В – середній і високий рівні тривоги.

(С-В, $p < 0,001$). Найнижчий середній показник (Mean = 24,56, SD = 3,57) характерний для групи з високим рівнем тривожності. Копінг, фокусований на емоціях: середній показник для середнього рівня тривожності (Mean = 32,96, SD = 4,25) незначно нижчий за показник для високого рівня (Mean = 32,04, SD = 4,07). Унікаючий копінг: найнижчі середні значення унікаючого копінгу спостерігаються у групі з низьким рівнем тривожності (Mean = 16,20, SD = 3,14), тоді як найвищі середні значення характерні для групи з високим рівнем (Mean = 19,49, SD = 3,90). Різниця між низьким і високим рівнями тривожності (Н-В, $p < 0,001$) та між середнім і високим рівнями (С-В, $p = 0,014$) є статистично значущою, що вказує на підвищення унікаючого копінгу разом зі зростанням тривожності.

Аналіз середніх значень стратегій подолання для респондентів із різними рівнями особистісної тривожності демонструє цікаві закономірності, які розкривають, як люди з різними рівнями тривожності справляються зі стресовими ситуаціями. Респонденти з низьким рівнем тривожності мають високі показники у використанні адаптивних стратегій, таких як прийняття (6,80), планування (6,67) та активне подолання (6,60). Вони схильні активно вирішувати проблеми й шукати підтримки у близьких (емоційна підтримка – 6,00). Низький рівень використання релігійних стратегій (3,40), вживання речовин (3,13) та поведінкового розмежування (3,00) свідчить про раціональність їхнього підходу до подолання стресу. Загалом, ця група орієнтована на конструктивне вирішення проблем і рідко вдається до неадаптивних стратегій.

У респондентів із середнім рівнем тривожності спостерігаються найвищі показ-

ники серед усіх груп у плануванні (7,08), прийнятті (7,04) та активному подоланні (7,54). Це свідчить про їхню схильність до систематичного та структурованого підходу у вирішенні проблем. Вони також демонструють високий рівень прийняття ситуації та адаптації до неї.

Респонденти з високим рівнем тривожності мають високі показники у стратегіях самозвинувачення (5,75), самовідволікання (6,50) та відмови (5,06), що свідчить про схильність до внутрішньої критики, уникнення проблем і переключення уваги. Також спостерігається трохи вищий рівень використання релігійних стратегій (3,63), що може вказувати на звернення до духовних практик для подолання стресу. Проте такі важливі адаптивні стратегії, як активне подолання (6,50) та гумор (4,19), у цієї групи мають найнижчі показники серед усіх. Це говорить про знижений рівень ефективності їхнього реагування на стресові ситуації.

Аналіз результатів дослідження. Для визначення впливу соціо-емоційних компетентностей на стратегії подолання стресу у тривожних осіб було використано багатфакторний регресійний аналіз із застосуванням методу *stepwise*. Це дозволило визначити ключові предиктори вибору стратегій подолання стресу, а також оцінити їхній вплив у контексті підвищеної тривожності. Крім того, на основі компонентів соціо-емоційних компетентностей (СЕК) та тривожності було створено модератори. Це дало можливість оцінити взаємодію між цими змінними та їхній вплив на вибір стратегій подолання стресу.

Спочатку було проведено регресійний аналіз залежної змінної «Активне подолання». Незалежними змінними виступили «Соціо-емоційне усвідомлення» (С-ЕУ) та згодом додали модератор «С-ЕУ-Тривога»

Таблиця 5

Регресійний аналіз залежної змінної «Активне подолання» з незалежними змінними

Залежна / незалежні змінні	R	R ²	R Square	Anova Sig.	B	Beta	Sig.
Активне подолання/С-ЕУ	0,230	0,053	0,040	0,050	0,054	0,230	0,050
Активне подолання / С-ЕУ, модератор С-ЕУ_Тривога	0,248	0,062	0,035	0,108	0,056	0,240	0,043
					-0,002	-0,093	0,428

Примітка: С-ЕУ – шкала «Соціо-емоційне усвідомлення».

(добуток показників шкали «С-ЕУ та особистісної тривоги»). У таблиці 5 представлені ті показники, які є найбільш інформативними для результатів дослідження.

Перша модель є гранично значущою ($p = 0,050$), тоді як друга модель статистично не значуща ($p=0,108$). Це може свідчити про те, що додавання змінної С-ЕУ_Тривога не покращує пояснювальну здатність моделі. У першій моделі С-ЕУ показує значимий внесок у «Активне подолання» ($p=0,050$). У другій моделі цей показник також залишається значимим ($p=0,043$), однак вплив модератора С-ЕУ_Тривога виявився незначимим ($p=0,428$). Значення R^2 зросло незначно (з 0,053 до 0,062) у разі додавання другого предиктора, що свідчить про слабе покращення моделі. С-ЕУ є слабким, але статистично значущим предиктором «Активного подолання». Це свідчить про те, що усвідомлення своїх соціально-емоційних навичок сприяє вибору активних стратегій подолання.

Модератор С-ЕУ_Тривога (взаємодійний ефект між соціо-емоційним усвідомленням та рівнем особистісної тривоги) у другій моделі розглядався як потенційний модератор. Проте результати показали, що цей модератор не є статистично значущим ($p=0,428$), тобто вплив С-ЕУ на «Активне подолання» суттєво не змінюється залежно від рівня тривоги. Хоча додавання модератора до моделі дещо збільшило значення R^2 (з 0,053 до 0,062), це покращення було мінімальним і статистично не значущим. Отже, вплив рівня тривоги як модератора у взаємозв'язку між усвідомленням соціально-емоційної компетентності та активним подоланням не підтвердився.

Соціо-емоційне усвідомлення відіграє важливу роль у формуванні активного подолання стресу – копінгу, фокусованого на проблемі, незалежно від рівня тривожності. Рівень тривоги самостійно або в поєд-

нанні із С-ЕУ не впливає на схильність до копінг-стратегій, фокусованих на проблемі.

У таблиці 6 представлені показники моделей, що були застосовані для регресійного аналізу залежної змінної копінг-стратегії «Позитивний рефреймінг» та незалежних змінних «Самоефективність» (Се) та модератора Се_Тривога.

У першій моделі «Самоефективність» є значущим предиктором для позитивного рефреймінгу ($p=0,016$). У другій моделі, незважаючи на додавання змінної-модератора Се_Тривога, саме «Самоефективність» залишається єдиним значимим предиктором ($p = 0,019$), а внесок Се_Тривога є незначимим ($p = 0,902$). Значення R^2 (0,080) однакове для обох моделей, тобто додавання другої змінної не покращує пояснення залежної змінної. Це може означати, що рівень тривоги не модерує цей зв'язок. Розвиток самоефективності без урахування тривожності може сприяти ефективнішому використанню стратегій когнітивного переосмислення.

У таблиці 7 представлені показники моделей, що були застосовані для регресійного аналізу копінг-стратегії «Самозвинувачення» та незалежних змінних: «Обізнаність» (С-ЕО), Самоусвідомлення» (Су), «Самокерування» (Ск), «Соціо-емоційне усвідомлення» (С-ЕУ), «Соціальне керування» (СК), «Самоефективність» (Се) та модераторами: С-ЕО_Тривога, Су_Тривога, Ск_Тривога, С-ЕУ_Тривога, СК_Тривога, Се_Тривога.

На основі регресійного аналізу різних компонентів соціально-емоційної компетентності та особистісної тривожності на самозвинувачення можна зробити такі висновки. Соціо-емоційна обізнаність ($R^2 = 0,052$, $Beta = -0,227$, $p=0,053$) С-ЕО пояснює лише 5,2% варіації у рівні самозвинувачення, демонструючи слабкий негативний вплив. Хоча показник зна-

Таблиця 6

Регресійний аналіз залежної змінної «Позитивний рефреймінг» з незалежними змінними

Залежна / незалежні змінні	R	R ²	R Square	Anova Sig.	B	Beta	Sig.
Позитивний рефреймінг / Се	0,282	0,080	0,067	0,016	0,080	0,282	0,016
Позитивний рефреймінг / Се, модератор Се_Тривога	0,283	0,080	0,054	0,054	0,080	0,280	0,019
					0,000	0,014	0,902

Примітка: Се – шкала «Самоефективність».

чуності перебуває на граничному рівні ($p = 0,053$), можна зробити висновок, що цей компонент соціально-емоційної компетентності може допомагати у зниженні самозвинувачення.

Додавання модератора С-ЕО_Тривога не збільшує пояснювальної здатності моделі. Взаємодія С-ЕО з рівнем тривоги не впливає на рівень самозвинувачення, тому можна констатувати, що в цьому випадку особистісна тривога не є значущим фактором, який змінює вплив соціо-емоційної обізнаності на самозвинувачення. Цей компонент працює незалежно від емоційного стану.

Самоусвідомлення (Су) ($R^2=0,095$, $Beta = -0,308$, $p=0,008$) пояснює 9,5% варіації у самозвинуваченні та є значущим предиктором. Чим вищий рівень самоусвідомлення, тим нижчий рівень самозвинувачення. Респонденти з розвиненим самоусвідомленням краще розуміють свої почуття, мотиви та поведінку, що допомагає їм уникати надмірного самозвинувачення, вибираючи більш реалістичну

оцінку власних дій. Модератор Су_Тривога не впливає на зв'язок між самоусвідомленням і самозвинуваченням. Самоусвідомлення знижує рівень самозвинувачення незалежно від рівня тривоги.

Самокерування (СК) ($R^2=0,165$, $Beta=-0,408$, $p<0,001$) є значимим предиктором і пояснює 16,5% варіації у самозвинуваченні. Високий рівень самокерування пов'язаний із суттєвим зниженням самозвинувачення. Респонденти з високим рівнем самокерування краще контролюють свої емоції та поведінку, що дозволяє їм уникати надмірної самокритики та концентрації на власних помилках. Модератор СК_Тривога не змінює зв'язок між самокеруванням і самозвинуваченням. Отже, самокерування ефективно знижує самозвинувачення незалежно від рівня тривоги.

Соціо-емоційне усвідомлення (С-ЕУ) ($R^2=0,082$, $Beta=-0,286$, $p = 0,014$) пояснює 8,2% варіації у самозвинуваченні та має суттєвий негативний вплив. Можемо стверджувати, що ця навичка дозволяє

Таблиця 7

Регресійний аналіз залежної змінної «Самозвинувачення»

Залежна/незалежні змінні	R	R ²	R Square	Anova Sig.	B	Beta	Sig.
Самозвинувачення / С-ЕО	0,227	0,052	0,038	0,053	-0,094	-0,227	0,053
Самозвинувачення / С-ЕО, модератор С-ЕО_Тривога	0,239	0,057	0,030	0,129	-0,094	-0,227	0,054
					-0,003	-0,073	0,534
Самозвинувачення / Су	0,308	0,095	0,082	-0,008	-0,110	-0,308	0,008
Самозвинувачення / Су, модератор Су_Тривога	0,309	0,096	0,070	0,030	-0,112	-0,313	0,009
					0,001	0,025	0,830
Самозвинувачення / Ск	0,408	0,165	0,155	< 0,001	-0,133	-0,408	< 0,001
Самозвинувачення / Ск, модератор Ск_Тривога	0,416	0,173	0,149	< 0,001	-0,134	-0,413	< 0,001
					0,003	0,081	0,457
Самозвинувачення / С-ЕУ	0,286	0,082	0,069	0,014	-0,094	-0,286	0,014
Самозвинувачення / С-ЕУ, модератор С-ЕУ_Тривога	0,288	0,083	0,057	0,049	-0,092	-0,282	0,017
					-0,001	-0,032	0,779
Самозвинувачення / СК	0,297	0,088	0,075	0,011	-0,081	-0,297	0,011
Самозвинувачення / СК, модератор СК_Тривога	0,306	0,094	0,068	0,032	-0,080	-0,293	0,012
					-0,002	-0,076	0,506
Самозвинувачення / Се	0,459	0,210	0,199	< 0,001	-0,124	-0,459	< 0,001
Самозвинувачення / Се, модератор Се_Тривога	0,464	0,215	0,193	< 0,001	-0,128	-0,472	< 0,001
					0,002	0,072	0,505

респондентам краще розуміти свої емоції та контекст ситуацій, що знижує тенденцію до необґрунтованої самокритики. Взаємодія С-ЕУ з тривогою незначима. Отже, вплив соціо-емоційного усвідомлення на самозвинувачення не залежить від рівня тривоги.

Самоефективність (Ce) ($R^2=0,210$, $Beta=-0,459$, $p<0,001$) є найбільш значущим предиктором, пояснюючи 21% варіації у самозвинуваченні. Її негативний вплив є найбільш вираженим серед усіх факторів. Респонденти з високою самоефективністю мають сильну віру у свої можливості, що допомагає їм уникати зайвих звинувачень себе за невдачі. Взаємодія з модератором Тривога незначима. Самоефективність ефективно знижує рівень самозвинувачення незалежно від рівня тривоги.

Висновки. У межах цього дослідження виявлено вплив соціо-емоційної компетентності як компонента емоційного інтелекту на копінг-стратегії у осіб з підвищеною тривожністю. Соціо-емоційна компетентність (СЕК) визначена як ключовий компонент емоційного інтелекту, що включає здатність до самоусвідомлення, самокерування, соціальної обізнаності та керування відносинами. Вона забезпечує ефективну регуляцію емоцій і позитивний вплив на міжосо-

бистісні стосунки. Копінг-стратегії класифіковані на проблемно-орієнтовані, емоційно-орієнтовані та уникаючі. Було підкреслено значення адаптивних копінг-стратегій у зниженні рівня тривоги. Тривожність розглянуто як багатовимірний феномен, що включає прогностичну та гнітючу тривогу, які мають специфічний вплив на вибір копінг-стратегій. Під час аналізу впливу соціо-емоційної компетентності на копінг-стратегії встановлено, що компоненти СЕК, такі як самоусвідомлення, самокерування та самоефективність, є значущими предикторами адаптивних копінг-стратегій (активного подолання, планування та позитивного рефреймінгу). Водночас високий рівень тривожності не змінює цього зв'язку, що підкреслює автономність впливу СЕК на поведінкові стратегії. Таким чином, отримані результати підтверджують, що соціо-емоційна компетентність відіграє центральну роль у формуванні адаптивних копінг-стратегій, незалежно від рівня тривожності. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розширення вибірки, включення додаткових змінних, таких як рівень соціальної підтримки або стресостійкість, а також на дослідження інших можливих медіаторів і модераторів впливу СЕК на копінг-стратегії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Abbing A.C., Baars E.W., Van Haastrecht O., Ponstein A.S. Acceptance of anxiety through art therapy: A case report exploring how anthroposophic art therapy addresses emotion regulation and executive functioning. *Frontiers in Psychology*. 2019. 10. P. 1–13. <https://doi.org/10.1155/2019/4875381>.
2. Mayer J.D., Salovey P. What is emotional intelligence? *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. 1997. P. 3–31.
3. Mayer J.D. A field guide to emotional intelligence. *Emotional intelligence in everyday life*. 2001. P. 3–24.
4. Lazarus R., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer. 1984. P. 456.
5. Wang Y., Ruhe G. The cognitive process of decision-making. *International Journal of Cognitive Informatics and Natural Intelligence*. 2007. 1(2). P. 73–85. <https://doi.org/10.4018/jcini.2007040106>.
6. Fredrickson B.L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*. 2001. 56(3). P. 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>.
7. Gross J.J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. *Handbook of emotion regulation*. 2014. 2. P. 3–20.
8. Aldao A., Nolen-Hoeksema S., Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. 2010. 30(2), p. 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.01.002>.
9. Vucenovic D., Sipek G., Jelic K. The role of emotional skills (competence) and coping strategies in adolescent depression. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2023. 13(3), p. 540–552. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13030041>.

10. Шашенкова А.О. Апробація опитувальника «Соціо-емоційна компетентність». *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2023. № 68, с. 386–392. <https://doi.org/10.34142/23129387.2023.68.25>.

11. Folkman S., Lazarus R.S., Dunkel-Schetter C., DeLongis A., Gruen R.J. Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986. 50(5). P. 992–1003. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>.

12. Сак Л.В., Федотова З.В. Крос-культурна адаптація та валідизація україномовної версії шкали труднощів емоційної регуляції DERS: апробація у хворих підлітків на нервову анорексію та їх батьків/опікунів. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2023. 21. С. 38–45. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2023-21-05>.

13. Яблонська Т., Верник О., Гайворонський Г. Українська адаптація опитувальника Brief-COPE. *Insight: Психологічні виміри суспільства*. 2023. 10, с. 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4>.

14. Spielberger C.D., Gorsuch R.L., Lushene R., Vagg P.R., & Jacobs G.A. State-Trait Anxiety Inventory for Adults (STAI): Manual for the STAI Form Y. 1983. Mind Garden.

REFERENCES:

1. Abbing, A.C., Baars, E.W., Van Haastrecht, O., & Ponstein, A.S. (2019). Acceptance of anxiety through art therapy: A case report exploring how anthroposophic art therapy addresses emotion regulation and executive functioning. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.1155/2019/4875381> [in English].

2. Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. P. 3–31 [in English].

3. Mayer, J.D. (2001). *A field guide to emotional intelligence*. Emotional intelligence in everyday life. P. 3–24 [in English].

4. Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer. 456 p. [in English].

5. Wang, Y., & Ruhe, G. (2007). The cognitive process of decision-making. *International Journal of Cognitive Informatics and Natural Intelligence*. 1(2). P. 73–85. <https://doi.org/10.4018/jcini.2007040106> [in English].

6. Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), p. 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218> [in English].

7. Gross, J.J. (2014). *Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations*. Handbook of emotion regulation. 2. P. 3–20 [in English].

8. Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. 30(2), p. 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.01.002> [in English].

9. Vucenovic, D., Sipek, G., & Jelic, K. (2023). The role of emotional skills (competence) and coping strategies in adolescent depression. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(3), p. 540–552. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13030041> [in English].

10. Shashenkova, A.O. (2023). Aprobatsiia opytuvalnyka «Sotsio-emotsiina kompetentnist» [Approbation of the questionnaire "Socio-emotional competence"]. *Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody. Psykholohiia*. 68. P. 386–392. doi:10.34142/23129387.2023.68.25 [in Ukrainian].

11. Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R.J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50(5). P. 992–1003. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992> [in English].

12. Sak, L.V., & Fedotova, Z.V. (2023). Kros-kulturna adaptatsiia ta validyzatsiia ukrainomovnoi versii shkaly trudnoshchiv emotsiinoi rehuliatcii DERS: aprobatsiia u khvorykh pidlitkiv na nervovu anoreksiiu ta yikh batkiv/opikuniv [Cross-cultural adaptation and validation of the Ukrainian version of the DERS emotional regulation difficulties scale: testing in adolescents with anorexia nervosa and their parents/guardians]. *Psykhiiatriia, nevrolohiia ta medychna psykholohiia*. 21. P. 38–45. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2023-21-05> [in Ukrainian].

13. Yablonska, T., Vernyk, O., Haivoronskyi, H. (2023). Ukrainaska adaptatsiia opytuvalnyka Brief-COPE [Ukrainian adaptation of the Brief-COPE questionnaire]. *Insight: Psykholohichni vymiry suspilstva*. 10, p. 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4> [in Ukrainian].

14. Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., Lushene, R., Vagg, P.R., & Jacobs, G.A. (1983). State-Trait Anxiety Inventory for Adults (STAI): Manual for the STAI Form Y. Mind Garden [in English].

САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ ТА ПОЗИЦІЮВАННЯ ЯК ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГІЧНОГО АРАНЖУВАННЯ ЦІЛІСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Велитченко Леонід Кирилович,

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри загальної та практичної психології
Ізмаїльського державного гуманітарного університету
<https://orcid.org/0000-0003-2077-3898>

Особистість, будучи, по суті, холистичною даністю, відкритою індивіду у вигляді образу «Я», у структурному відношенні відтворює безпосередній сенс ситуаційних взаємин як таких. Наголошується, що самопрезентація як інтернальне явище має продовження у сфері комунікативно-інтерактивного здійснення особистості у вигляді апелювання до відповідних поведінкових патернів, що співвідносяться з проявом домінантності/недомінантності як найбільш загальної суб'єктної характеристики індивіда взагалі. На основі судження про діалектичну протипоставленість мимовільної та довільної самопрезентації сформульовано висновок про неї як флексибельну функціональну систему, спрямовану на забезпечення процесуальної пристосованості комуніканта до загальної ідеї ситуації за рахунок стеження за самопрезентацією партнера та відповідного свідомого підстроювання до нього з метою створення спільного міжособистісного простору. Перехід від фатичного рівня спілкування до рівня, пов'язаного з установкою на результат, що передбачає отримання від партнера певних преференцій, є причиною звернення комуніканта до ознак потрібної для цього ролі, що перетворює самопрезентацію на те чи інше контекстуальне позиціонування з апелюванням до фактів соціального навчання, які вже самі собою підвищують перспективу шуканого результату. Наголошується на об'єднанні свідомої самопрезентації з позиціонуванням у єдиній функціональній системі, корисним результатом якої є не так створення спільного міжособистісного комунікативного простору, як отримання особистісних чи статусних преференцій, продиктованих наявною ситуацією. Сформульовано загальний висновок, згідно з яким самопрезентація відбувається за ознаками як актуалізації мимовільної та свідомої схем, так і позиціонування рольових ознак, отриманих під час соціального навчання.

Ключові слова: особистість, Я-концепція, самопрезентація, позиціонування, функціональна система.

Velitchenko Leonid. Self-presentation and positioning as a phenomenon of psychological arrangement of interpersonal communication

Personality, being, in essence, a holistic given, revealed to the individual in the form of the image of the "I", structurally reproduces the direct meaning of situational relationships as such. It is emphasized that self-presentation as an internal phenomenon has a continuation in the sphere of communicative and interactive realization of the personality in the form of an appeal to the corresponding behavioral patterns that correlate with the manifestation of dominance/non-dominance as the most general subjective characteristic of the individual in general. Based on the judgment about the dialectical opposition of involuntary and conscious self-presentation, a conclusion is formulated about it as a flexible functional system aimed at ensuring the procedural adaptability of the communicator to the general idea of the situation by monitoring the partner's self-presentation and corresponding conscious adjustment to it in order to create a common interpersonal space. The transition from the phatic level of communication to the level associated with the result orientation, which involves receiving certain preferences from the partner, is the reason for the communicator's appeal to the signs of the role required for this, which transforms self-presentation into one or another contextual positioning with an appeal to the facts of social learning, which in themselves increase the prospect of the desired result. The emphasis is on combining conscious self-presentation with positioning in a single functional system, the useful result of which is not so much the creation of a common interpersonal communicative space as the acquisition of personal or status preferences dictated by the current situation. A general conclusion is formulated, according to which self-presentation occurs according to the signs of both the actualization of involuntary and conscious schemes and the positioning of role characteristics obtained during social learning.

Key words: personality, self-concept, self-presentation, positioning, functional system.

Постановка проблеми. Однією з незаперечних максим психології особистості є судження про неї як осередок психологічних властивостей і якостей, що виявляють себе в різних контекстах соціального буття залежно від співвідношення суб'єктивної та об'єктивної реальності, що визначається індивідом у вигляді вихідної суб'єктивної реакції на те, що відбувається, у вигляді моделі ситуації, даної у сприйнятті, в якій індивід виступає як особа, дана у двох аспектах – як деяке холистичне утворення з усіма його природними даними і як утворення парціальне з підкресленням тих властивостей, які, як здається з його розуміння ситуації, необхідні для отримання результату.

Вважаючи «природне» самовідчуття більш відкритим відповіді на питання про суб'єкту сутність індивіда, що вибудовується ним за допомогою навмисного та/або мимовільного нюансування мовної та екстралінгвістичної поведінки, доходимо попереднього висновку, що цілісність особистості, що є по суті продовженням інтернальної ідеї суб'єкта, постає у вигляді відповідного комунікативного «випинання» індивідом своєї сутності, що переживається як значуща для власного іміджу, спроектованого на контекст такої ситуаційної задачі.

Розглядаючи зазначений феномен як неодмінний атрибут початку міжсуб'єктних відносин, які деталізуються надалі по ходу розв'язування тої чи іншої ситуаційної задачі, вважаємо цілком виправданим судження про первинну самопрезентацію як основу цілісності особистості, а наступні аналітичні її «дроблення» – як процесуальну частину її участі в моделюванні розв'язання, яка і вносить відповідні поправки у вихідну цілісність.

Мета статті полягає в аналітичному розгляді самопрезентації як інтернального явища, що відображає цілісність особистості і має продовження у сфері її комунікативно-інтерактивного здійснення у вигляді апелювання до відповідних поведінкових патернів, що співвідносяться з проявом домінантності/недомінантності як найбільш загальної суб'єктивної характеристики індивіда взагалі.

На підставі сказаного доходимо висновку, що судження про цілісність особис-

тості є судженням відносним, оскільки її вихідна основа, представлена в плані комунікативно-інтерактивної самопрезентації, згодом перетворюється на процесуальне позиціонування, яке виконується в руслі розуміння відповідного завдання.

Результати дослідження. Якщо розглядати самопрезентацію – початок практично будь-якого комунікативного контакту та позиціонування як навмисне його поведінкове продовження, то у нас виходить досить певна лінія психологічного аранжування міжособистісної комунікації, де кожен із учасників демонструє не лише особливості свого вихідного психологічного іміджу, а й те, як цей імідж може бути представлений партнеру шляхом звернення до ролі, яка впливає зі змісту змодельованої ситуаційної задачі.

Задачний характер позиціонування вказує на особливість особистісного прочитання умови прийнятої задачі з виходом на отримання шуканого результату, де позиціонована роль містить передбачувану схему задачних дій.

Слідуючи таким міркуванням, не можна не дійти висновку, що самопрезентація і позиціонування хоча і є явищами одного порядку, що відображають кожен по-своєму «Я» індивіда як такого взагалі і особливості його розгляду в контексті такого завдання, але все ж виконують різні функції, пов'язані із самовідчуттям загалом і в контексті передбачуваної ситуації, що розуміється як особистісно значима у певному передбачуваному майбутньому.

Так, часто проголошувана ідея цілісності особистості, яку зазвичай протиставляють аналітичному підходу до неї, доволі часто не вільному від редукації цілого до його хоча й важливої, але все ж таки частини [1, с. 4], набуває цілком певних обрисів у разі звернення до поняття самопрезентації як моменту виходу на поверхню переживання індивідом своєї суб'єктивності саме в тому аспекті, який і характеризує інтернальний зміст інтерактивної ситуації.

У самопрезентації індивід не просто сигналізує іншому про себе і свої поведінкові наміри, а й відчувається адекватним розумінню себе як носія демонстрованої функціональності.

Вважаючи самопрезентацію проявом цілісності особистості та звертаючись до

тлумачення цього поняття у відповідних теоретичних розробках, у яких вказується на ті чи інші найбільш помітні для їхніх авторів ознаки, ми маємо можливість скласти деяку специфікацію того, що входить до її складу. Оскільки в кожному тлумаченні присутня і вказівка на сферу прояву самопрезентації, остільки сама сфера є не тільки об'ємною характеристикою ідеї цілісності особистості, а й ознакою її поширеності в бутті.

Ця поширеність стосується насамперед комунікативно-інтерактивних відносин, де кожен із їхніх учасників здійснює «самоподачу» (Н. Д. Амяга) відповідно до ситуації, яку він тим чи іншим чином розуміє, з метою створення свого бажаного образу у свідомості іншої людини (Д. Майєрс). Переживання себе як буттєвої сутності у вигляді відбитого самообразу з акцентуванням ситуативно суттєвого для себе з метою довести його до рефлексивного сприйняття іншого вже само собою є демонстрацією власної особистості як цілісного буттєвого утворення.

У разі такого розгляду ідеї цілісності особистості ми неминуче доходимо думки про діалог свідомостей комунікантів, кожен з яких прагне впровадити у свідомість іншого те, яким він бачить себе відповідно до змісту власної самосвідомості, застосовуючи при цьому вербальні та невербальні засоби. Вважаючи свідомість і самосвідомість психологічним базисом цілісності особистості, даної індивіду у вигляді Я-концепції, ми доходимо висновку про її когнітивні, самооцінні та саморегулятивні аспекти.

Апелюючи до цілісності як буттєвої характеристики особистості, ми, як бачимо, не можемо не «сковзнути» на ґрунти аналітичного розгляду виявлених загальних складників, через що те, що ми вважали теоретичною перевагою, починає перетворюватися на те, від чого ми так намагалися піти. Щоб уникнути цього, ми звернулися до суджень, даних у «самопрезентаційних» публікаціях.

Зважаючи на представлену різноманітність під час здійснення самопрезентації [2], ми отримуємо досить строкату картину особистісних дій, спрямованих на: а) виконання ролі (І. Гофман); б) створення ідеального самообразу (Б. Шлен-

кер); в) демонстрування своїх думок під час комунікації (Р. Баумейстер та Е. Стейнхилбер); г) реалізування мотивації (Р. Аркін і А. Шутц); ґ) здійснення самоподачі (Н. Д. Амяга); д) створення бажаного образу себе у партнерів (Д. Майєрс); е) пред'явлення «Я» в міжособистісній взаємодії (І. О. Торбенко);

Під час розгляду самопрезентації [3] виходять із загального концептуального погляду на особистість, психологічна сутність якої виявляє: а) ознаки ставлення (В. М. Мясичев); б) системне поєднання базових та соціокультурних складників (В. С. Мерлін); в) складну динамічну систему, утворювану ієрархічною залежністю її підструктур (К. К. Платонов); г) активність згідно із системою її особистісних смислів (О. М. Леонтьєв); ґ) спосіб життя (С. Л. Рубінштейн).

Аналіз результатів дослідження.

Якщо абстрагуватися від прагнення авторів відобразити сутність самопрезентації через вказівку на комунікативно-інтерактивні обставини життєдіяльності індивіда, то, природно, на перший план висувається саме те, що, власне, і презентується. Слідуючи нашій вихідній тезі про «випинання» індивідом своїх сутнісних рис на початку міжособистісних контактів як деякого комунікативно-холістичного еквівалента своєї особистості, відкритого індивіду у вигляді образу свого «Я», доходимо висновку про можливість судження про реципрокний характер Я-концепцій учасників комунікативно-інтерактивних відносин, зумовленого самою природою цих відносин, у яких кожен із учасників прагне монособ'єктності контактів, покликаної забезпечити шуканий результат контактної ситуації.

Пред'являючи своє «Я» іншому, особа ніби чекає від нього відповідного комунікативного руху назустріч, спостерігаючи при цьому за самопрезентаційними проявами іншого, вносячи при цьому відповідні поправки у власні. І так відбувається доти, доки не буде досягнуто шуканого результату або не буде досягнуто зовсім.

Слідування такій вихідній установці вже із самого початку спонукає кожного з учасників до зіставлення об'єктивно даних самопрезентацій для того, щоб посилити саме те, що необхідно для поси-

лення власних вихідних позицій у плані самопрезентації.

Відштовхуючись від уявлення про перманентне відстеження учасниками своїх самопрезентацій як необхідної умови створення шуканої монособ'єктності, ми отримуємо можливість вважати самопрезентацію постійно діючим складником міжособистісних відносин, пов'язаним з внутрішньомовними процесами, що забезпечують поточне аналітико-синтетичне сприйняття комунікативної ситуації, яке, як правило, виноситься за дужки того, що відбувається, залишаючи на передньому плані те, що становить основу шуканого результату.

Шуканий результат, якщо його розглядати в руслі теорії функціональної системи П. К. Анохіна, будучи присутнім у свідомості індивіда як інтернальне системотвірне явище, містить певний набір функціональних цільових моделей, співвідносних із тією чи іншою ситуацією, на кшталт «якщо ..., то ...», які змінюються відповідно до зміни ситуації, проте, все-таки дотримуючись вихідного комунікативного наміру.

Зі сказаного випливає, що самопрезентація, щоразу змінюючись відповідно до розвитку ситуації, є досить гнучким явищем, що відображає динамічність міжособистісних контактів, не може не позначитися і на відповідних ознаках Я-концепції, яка згодом з'явиться в інших ситуаціях.

Сказане дає привід для судження про Я-концепцію як структурного складника самосвідомості, що піддається впливу комунікативних обставин, пов'язаних з реципрокним характером процесу самопрезентації, націленого на створення деякого монособ'єктного простору, шуканого, в принципі, кожним комунікантом. Вважаючи монособ'єктність основою стабільного самоставлення у будь-якій спільноті, а її відсутність через хоча б одного з них обставиною, що знижує взаєморозуміння та кінцевий результат усього того, що відбувається в такому міжособистісному просторі, доходимо висновку про неї не просто, як про супутнє явище, а як про системотвірний результат комунікативно-інтерактивної функціональної системи.

Мимовільне самовираження та усвідомлена самопрезентація [4, с. 58], будучи

протилежностями у складі комунікативно-інтерактивної системи індивіда, утворюють ознаку її особистісного простору, яка ніби закликає іншого підлаштовуватися під першого, що переводить комунікацію зі сфери безпосереднього спілкування на рівень взаємного відстеження з тим, щоб використовувати його для відповідних самопрезентаційних маневрів, підпорядкованих загальній ідеї створення спільного міжособистісного простору, не вільного, проте, від особливостей індивідуальних атрибутивних процесів комунікантів.

Вбачаючи в її складі ознаку рольового позиціонування, що переводить комунікацію з міжособистісного на міжрольовий рівень, ми тим самим відзначаємо присутність у комунікації дещо іншої функціональної системи, що утворюється в рамках протиставлення особистісного та рольового у такої конкретної особи, що відображає рівень її розвитку в особистісному та рольовому аспектах.

Сказане означає, що самопрезентація, як тільки особа залишає простір фатичного спілкування, що не вимагає від неї нічого, крім простого природного «бути» без ніяких додаткових смислових акцентів, і переходить на рівень, пов'язаний з очікуванням від іншого деяких преференцій матеріального або «ставленнєвого» плану, відразу отримує ознаки, які, на думку такої особи, сприяють отриманню шуканого, тим самим демонструючи не тільки особливості її минулого досвіду, отриманого в попередніх інтеракціях у її звичному соціумному просторі, але й особливості цього соціуму взагалі.

Звична обстановка, дана індивіду у вигляді буттєвого концепту – результату генералізації та узагальнення певної послідовності відповідних репрезентативних образів, вже сама собою формує загальну стилістику самопрезентації не просто у плані ступеня своєї відповідності смисловій наповненості такої конкретної обстановки, а й у плані створення іміджу власної особистості як суттєвого (з його погляду) композиційного складника як загальної буттєвої картини, так і її окремих фрагментів.

Сказане дозволяє нам вбачати у самопрезентації індивіда постійно діючу установку на певну статусність у соціум-

ному середовищі, що має для нього різну суб'єкту значимість, що, природно, не може не позначитися на підкресленні ознак, що є провідними у створюваному образі, однак з поправкою на те, наскільки ці ознаки приймаються оточенням, що, власне, переводить самопрезентацію з розряду інтернальних явищ до розряду явищ, у яких індивід постає перед усіма і насамперед перед собою як цілісна особистість, сформована складно структурованими обставинами конкретного соціального буття.

Якщо виходити зі ступеня рефлексивності буттєвого самосприйняття, даного індивідові у переживанні власної буттєвої сутності як цілісності свого «аз есмь», то це переживання відкривається йому насамперед як наслідок рольового функціонування у вигляді певної послідовності поведінкових патернів, за допомогою яких індивід відтворює своє уявлення про таку роль у цій конкретній ситуації, сформоване у нього в його попередньому подібному досвіді.

З огляду на значно більшу представленість соціального навчання конкретних прийомів рольової поведінки порівняно з тим, наскільки поширеним є спеціально організоване тренінгове навчання відповідного рольового функціонування, яке у певному обсязі використовує і відповідні аналітичні прийоми, ми маємо повне право вважати, що разом з набутим досвідом використання рольових патернів індивід набуває також і деякі субкультуральні нюанси, вважаючи їх під впливом такого оточення цілком прийнятними та гідними подальшого відтворення у власній практиці.

З викладеного випливає, що за навмисної самопрезентації, зорієнтованої на підкреслення тих чи інших рольових ознак, не можуть не проявитися і ознаки, притаманні рольовій поведінці представників саме цього соціального простору, в якому індивід одночасно відтворює як власне трактування рольового тезаурусу, так і того середовища, в якому цей тезаурус існує як певна соціальна даність, виявляючи себе у вигляді ролей, які відіграються з різною успішністю у різних взаємодіях (Дж. Мід), у плані їх спонтанного розгортання (Я. Морено), формування рольової компетентності (П. П. Горностай), залу-

чення рольового профіля в моделі конструктивної поведінки (З. М. Мірошник) як основи інтерактивних відносин з іншими людьми (І. В. Гордієнко-Митрофанова), що формують в індивіда його власну рольову позицію (Ю. В. Маєр) [5] з наголосом на виконання соціальних функцій, функціонування у складі групи, у межах встановлених взаємин та аутокомунікації (З. М. Мірошник) [6].

Вбачаючи у самопрезентації не так прояв природної буттєвої даності індивіда, скільки його комунікативно-інтерактивну функціональність у її найбільш вигідному для такої ситуації світлі, вимагає, на думку особи, що бере участь у ній, саме того, а не іншого патерняльного аранжування, що вона, власне, і робить, демонструючи з різним ступенем умілості свою гадану харизму, пов'язану з вільним проявом власної активності.

Якщо виходити з уявлення індивіда про себе як носія того чи іншого поведінкового типу, що вписується у загальну схему опозитних патернів домінантного/недомінантного самовідчуття, то, природно, кожна особа у самопрезентації намагатиметься підкреслити саме те, що вважає найбільш вигідним для власного патерняльного іміджу, не намагаючись, однак, зіграти щось із репертуару представника протилежного типу, тобто домінантна особа акцентуватиме найбільш привабливі риси домінантності, а недомінантна – недомінантності.

Вже одна ця обставина наводить на думку про наявність ознаки цілісності особистості в опозиційності схем домінантної та недомінантної поведінки, що реалізується кожною особою відповідно до власного особистісного досвіду, сформованого за відповідних прагматичних та культуральних обставин власного соціального середовища.

Такий досвід, будучи за необхідності підданий аналітичному розгляду в плані тих чи інших персонологічних концептів, містить потенційну теоретичну специфікацію щодо понять, що входять до складу імперативу суб'єкту комунікативної поведінки, залишаючись тим не менш відображенням імпліцитної програми життєдіяльності індивіда як найбільш загального способу самоствердження за рахунок об'єктивації власних прагматичних схем.

Якщо розглядати установку на самоствердження провідною установкою індивіда, то присутність у ній ознаки домінантності означає підвищення його суб'єктності, яке посилюється за рахунок відповідного позиціонування у разі звернення до образу особи, успішної у розв'язуванні задач, відповідних задач, даній у цій комунікативній ситуації.

Висновки. На підставі розгляду поняття самопрезентації в його контекстуальному зв'язку з питанням про суб'єктну сутність особи як комуніканта доходимо висновку про неї як функціональну систему, що утворюється протилежностями, даними у: а) мимовільності фатичного та довільності змістового спілкування, в яких з достатньою визначеністю простежується її залежність від емоційного та соціального інтелекту, які формують цільові та процесуальні установки комунікантів; б) відносно статичному комунікативному початку, що відображає вихідне уявлення комуніканта про своє «Я», та динамічному комунікативному продовженні, що відображає підстроювання свого «Я» під «Я» іншого учасника з установкою на досягнення шуканої комунікативної єдності; в) пере-

живанні свого природного, звичного «Я» та його позиціонуванні щодо вимог, даних за умови розв'язуваної задачі; г) переживанні ступеня власної домінантності в міжособистісній діаді, прагнучи щоразу до забезпечення стану справ, необхідного одночасно для розв'язання задачі за рахунок оптимального поєднання у собі деякої вольової жорсткості домінантної особи, що забезпечує отримання особистісно значущого результату, і гнучкої комунікативності особи не домінантної, не тільки схильної, а й здатної до взаємного підстроювання, що забезпечує взаєморозуміння партнерів та отримання ними шуканого результату.

Вважаючи самопрезентацію природним прагненням індивіда до встановлення конструктивних комунікативно-інтерактивних відносин, а позиціонування як його «удосконалений» варіант, спрямований на надання власному образу деякої ситуативної або функціональної вагомості, ми з повним правом можемо їх розглядати як діалектичні протилежності і, отже, як компоненти функціональної системи, результатом якої є досконаліший самообраз певного цільового призначення, якого потребує особистість як цілісна даність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Максименко С.Д. Теоретико-методологічні проблеми психології XXI століття: генетико-креативний дискурс. *Вісник НАПН України*. 2022. № 4(1). С. 1–11.
2. Торбенко І.О. Теоретичні аспекти визначення поняття самопрезентації майбутніх викладачів філологічних спеціальностей. *Інноваційна педагогіка*. Випуск 34. Т. 2. 2021. С. 121–124.
3. Кононенко О.І. Теоретичні передумови структурно-функціональної моделі самопрезентації особистості. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія*. 2013. Т. 18. Випуск 22(2). С. 134–140.
4. Гриник І. Особливості самопрезентації особистості у студентському середовищі. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2021. № 49. С. 51–60.
5. Маєр Ю.В. Психологічні концепти розвивальної програми «Формування рольової позиції сучасної успішної жінки». *Габітус*. 2023. Випуск 47. С. 116–120.
6. Мірошник З. Ролеграма як шлях активізації поведінкових патернів у рольовій структурі особистості. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2018. Випуск 4. С. 113–132.

REFERENCES:

1. Maksymenko, S.D. (2022). Teoretykoretyiko-metodolohichni problemy psyholohiji XXI stolittja: henetyko-kreatyvnyj dyskurs [Theoretical and methodological problems of psychology of the 21st century: genetic and creative discourse]. *Bulletin of the National Academy of Sciences of Ukraine*. 4(1), pp. 1–11 [in Ukrainian].
2. Torbenko, I.O. (2021). Teoretychni aspekty vyznachennja ponjattja samoprezentaciji majbutnih vykladachiv filolohichnyh specialnostej [Theoretical aspects of defining the concept

of self-presentation of future teachers of philological specialties]. *Innovative Pedagogy*. Issue 34. Vol. 2, pp. 121–124 [in Ukrainian].

3. Kononenko, O.I. (2013). Teoretychni peredumovy strukturno-funkcionalnoji modeli samoprezentaciji osobystosti [Theoretical prerequisites of the structural-functional model of personality self-presentation]. *Bulletin of the Odessa National University. Series: Psychology*. Vol. 18, Issue 22(2), pp. 134–140 [in Ukrainian].

4. Hrynyk, I. (2021). Osoblyvosti samoprezentaciji osobystosti u studentskomu seredovyschi [Peculiarities of self-presentation of the individual in the student environment]. *Problems of the Humanities. Psychology*. 49, pp. 51–60 [in Ukrainian].

5. Mayer, Y.V. (2023). Psyholohichni koncepty rozvyvalnoji prohramy «Formuvannja roljovoji pozycji suchasnoji uspishnoji zhinky» [Psychological concepts of the development program "Formation of the role position of a modern successful woman"]. *Habitus*. 47, pp. 116–120 [in Ukrainian].

6. Miroshnyk, Z. (2018). Rolehrama jak shljah aktyvizaciji povedinkovyh paterniv u roljovij structuri osobystosti [Rolegram as a way to activate behavioral patterns in the role structure of the personality]. *Problems of modern psychology: collection of scientific works of Ivan Ohienko Kyiv National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine*. 2018. 4, pp. 113–132 [in Ukrainian].

УДК 159.923-058.68:159.947.5:316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.4.6>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ НАСИЛЛЯ У СІМ'Ї

Гричанюк Оксана Леонідівна,

асистент кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0009-0006-8215-117X>

Магдисюк Людмила Іванівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-5304-933X>
<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57204591564>

У статті розглядається актуальна проблема психологічного насилля у сім'ї, позаяк є однією з найменш вивчених і найбільш складних форм міжособистісного насилля між членами однієї сім'ї або людьми, що перебувають в інтимних відносинах.

Описано поняття «насилля», під яким розуміють діяння, що повторюються в часі, навмисний психологічний вплив на структурні складники особистості жертви, в основі чого закладено примусову дію, яка здійснюється через деструктивні форми впливу і призводить до виникнення психологічної травматизації. Наявність патерну поведінки є важливим індикатором відмінності насилля від простої конфліктної ситуації.

Встановлено та описано, що цикл аб'юзу складається з етапів: наростання напруження, сварка або конфлікт, примирення, «медовий місяць».

Доведено, що подружнє насилля є багатовимірним феноменом, який детермінований взаємодією як внутрішніх, так і зовнішніх факторів, що зумовлюється рівнем подружньої компетентності, індивідуальними особливостями партнерів, поведінковими патернами, взаєминами у шлюбі і життєвим досвідом. Значна зміна шлюбної та сімейної ідеології, поглядів чоловіків та жінок на сімейне життя, розподіл ролей у сім'ї, подружню вірність, характер відносин між поколіннями спричинили справжні труднощі, які потребують непростих рішень, вибору, мобілізації, адаптації до тих чи інших змін.

Дослідження емоційного насилля у сім'ї як явища небезпечного та складного, детермінованого сукупністю зовнішніх (соціокультурних), внутрішньосімейних і суб'єктивних факторів, є актуальним та важливим в умовах сьогодення.

Висновки статті підкреслюють необхідність наукового осмислення феномена психологічного насилля у подружніх стосунках, яке зумовлене його поширенням, факторами ризику появи у подружніх стосунках.

Ключові слова: психологічне насилля, емоційний аб'юз, газлайтинг, аб'юзер, жертва, сімейне насилля, подружні стосунки.

Grychaniuk Oksana, Magdysyuk Lyudmila. Psychological features of family violence prevention

The article deals with the actual problem of psychological violence in the family, as it is one of the least studied and most complex forms of interpersonal violence between members of the same family or people in intimate relationships.

The concept of "violence" is described, which means actions repeated over time, deliberate psychological influence on the structural components of the victim's personality, which is based on coercive action, which is carried out through destructive forms of influence and leads to the occurrence of psychological traumatization. The presence of a pattern of behavior is an important indicator of the difference between violence and a simple conflict situation.

It has been established and described that the cycle of abuse consists of stages: build-up of tension, quarrel or conflict, reconciliation, "honeymoon".

It has been proven that marital violence is a multidimensional phenomenon that is determined by the interaction of both internal and external factors, which is determined by the level of mari-

tal competence, individual characteristics of partners, behavioral patterns, relationships in marriage and life experience. A significant change in marriage and family ideology, the views of men and women on family life, the distribution of roles in the family, marital fidelity, the nature of relations between generations caused real difficulties that require not simple decisions, choices, mobilization, adaptation to certain changes.

Today, the study of emotional violence in the family as a dangerous and complex phenomenon, determined by a combination of external (socio-cultural), intra-family and subjective factors, is relevant and important in today's conditions.

The conclusions of the article emphasize the need for a scientific understanding of the phenomenon of psychological violence in marital relations, which is caused by its spread, risk factors of occurrence in marital relations.

Key words: *psychological violence, emotional abuse, gaslighting, abuser, victim, domestic violence, marital relationship.*

Постановка проблеми. Нині кожна людина перебуває в умовах соціальної кризи, що полягає у значній зміні характеру відносин між поколіннями та самими індивідами. У такій ситуації не кожна з особистостей справляється з усіма труднощами, які вимагають мобілізації, адаптації до тих чи інших соціальних викликів. У результаті чого зростає загальна емоційна напруга, рівень агресії, незадоволеність, з'являються або частішають конфлікти. Особливу тривогу викликає проблема психологічного насилля у сім'ї, позаяк є однією з найменш вивчених і найбільш складних форм міжособистісного насилля між членами однієї сім'ї або людьми, що перебувають в інтимних відносинах (подружні пари).

Мета дослідження – на основі теоретичного вивчення такої проблеми визначити особливості емоційного аб'юзу та психологічної профілактики насилля у сім'ї.

Результати дослідження. Сучасна сім'я та шлюб розглядаються одними дослідниками з позиції кризи (А. Антонов, М. Арутюнян, А. Артюхов, В. Медков, В. Целуйко, І. Шилов), а іншими науковцями – з позиції трансформації соціальних структур (А. Вишневський, І. Голод, Т. Гурко, А. Клецина, А. Міхеєва, М. Мушкевич, Р. Федоренко). Проблема стабільності сім'ї та психологічні чинники стабільності сімейних взаємин висвітлені в роботах Т. Гурко, І. Голод, В. Сисенко, З. Янкової та інших. У полі зору сучасних дослідників перебуває проблематика рольових функцій і відносин чоловіків і жінок, конфліктів у сфері шлюбно-сімейних відносин і насилля у сім'ї (М. Арутюнян, М. Горлач, О. Здравомислова та інші) [1].

Аналіз результатів дослідження. Схематично втеча від свободи та при-

чинно-наслідкові зв'язки представлені нами у таблиці нижче (Таблиця 1). Перед особистістю стоїть складний вибір: вона або возз'єднується зі світом у спонтанності, любові, творчій праці, або знаходить базис зі зв'язків зі світом, що знищують її опору та індивідуальність. Тому ліками від тривожності, ізоляції та безсилля стає позитивна свобода, що проявляється через свідому діяльність, любов, працю, творчість. У контексті розгляду поняття емоційного аб'юзу важливим є аналіз категорії підкорення, яку Е. Фромм трактує як мазохістичні тенденції авторитарно невротичного характеру.

Прагнення до підкорення може реалізовуватись через зречення індивідуальності, знищення власного «Я» та є спробою подолати власне безсилля. Або ж спроба перетворитись на частину більшого і сильнішого цілого, спроба розчинитися у зовнішній силі та стати її частинкою. Зовнішньою силою може виступати окрема людина, інституція, нація, совість або Бог. У такому випадку, ставши частиною сили, людина відчуває причетність до її потужності та слави і відрікається від себе, свободи, проте знаходить нову впевненість та гордість [1].

Причинами такого підкорення є не лише бажання позбавитись самотності і тривожності, але й позбавлення відповідальності за власну долю та сумнівів від прийнятих рішень. Е. Фромм запроваджує поняття «авторитарний характер». Людина, якій він властивий, відрізняється особливим ставленням до влади, хоче підкоряти її та захоплюється нею, виправдовує владу будь-яким фактом її існування.

Також для Е. Фромма важливим є поняття «конформізація», що полягає

в уникненні відповідальності, втечі від свободи та конфлікту із зовнішнім світом, що характеризується псевдобажаннями, псевдомисленнями та псевдопочуттями. При цьому воляова спрямованість, думки та почуттєве сприйняття змінюються відповідними шаблонами. Основним імперативом конформізації виступає те, що людина може бути впевненою у собі, коли живе відповідно до очікувань інших [2]. Тому конформізація як погоджування та автоматика доповнює проблему підкорення та уточнює поняття свободи у дуалістичному тлумаченні.

Перебуваючи в аб'юзивних стосунках, жертва часто не усвідомлює і виправдовує аб'юзера (наприклад, такими висловлюваннями: «Просто вона дуже емоційна» або «Просто йому менше пощастило»). Найскладніше, коли аб'юзерами є члени сім'ї: бабуся, дідусь, мама чи тато, і вони можуть заподіяти емоційне насилля. Такі відносини завжди йдуть за певним патерном поведінки.

Встановлено, що цикл аб'юзу складається із чотирьох етапів, а саме [3]:

1 етап. Наростання напруження. Це коли ми боїмося сказати що-небудь неправильне або просто відчуваємо, що у відносинах ось-ось станеться щось неприємне.

2 етап. Сварка або конфлікт. На цій стадії і відбувається аб'юз – вербальний, емоційний або фізичний. Злість, приниження та залякування партнера.

3 етап. Примирення. На цьому етапі аб'юзер зазвичай заперечує, що аб'юз відбувся, благає вибачення або звинувачує у події жертву, стверджуючи, що усе було не так жахливо, як вважає жертва.

3 етап. «Медовий місяць». Тут зазвичай забувають про те, що аб'юз відбувся, усе

стає добре до того моменту, коли відносини «повертаються» до першої стадії [3].

Тривожними сигналами має стати таке: аб'юзер робить щось неприємне, принижує або грубить, соромить, знецінює досягнення і погляди, кричить, критикує зовнішність, відмовляється обговорювати проблеми або заперечує їх, змушує сумніватися у собі, у пам'яті або у раціональній оцінці дійсності (у цього явища є спеціальний термін – «газлайтинг»), перекладає відповідальність за свою поведінку на жертву, загрожує або маніпулює, застосовує фізичну силу і не просить вибачення. Так само варто побоюватись тотального контролю, надмірних ревностів, читання листувань, вимоги доступу до соціальних мереж тощо [4].

Зазвичай виокремлюють такі види насилля:

1. Фізичне насилля – це найгрубіша форма. Історія не знає таких прикладів, щоб насильник одного разу підняв руку, а потім розкався.

2. Сексуальне насилля. Одна з його форм – подружній обов'язок. Якщо відносини у сім'ї будуються на кредитах, тоді така пара в дійсності ще не доросла до сім'ї, оскільки з коханням пов'язане все добровільне та в задоволення. Чоловік, який любить свою дружину, ніколи не буде діяти в розріз її інтересів та бажань.

3. Емоційне насилля. Воно має найширший спектр. Наприклад, «емоційні гойдалки», коли неможливо спрогнозувати, чим закінчиться найпростіша розмова. Партнер може боятись заговорити, запитати що-небудь. У цьому випадку у жертви дуже мало позитивних емоцій, а якщо вони є, то вона не може зрозуміти, за яким законом вони з'являються і як це працює.

Таблиця 1

Причинно-наслідкові зв'язки протиріч щодо свободи за Е. Фроммом

Причини	Почуття безсилля – Ізоляція – Тривожність – Самотність		
Механізми	Втеча від свободи – Відмова від відповідальності		
	Авторитаризм	Політика погодництва (конформізму) та автоматика	Деструктивність
Наслідки	Садомазохістські тенденції Пасивне злиття (симбіоз)	Відмова від себе «Мімікрія» (стираються межі між особистим «я» та навколишнім світом) Псевдомислення та псевдопочуття (переважання шаблонів)	Руйнування, повна ліквідація об'єкта

Постійне почуття провини, фаталізм, м'які образи у жартівливій формі, приниження із посмішкою, образи, в тому числі на очах у сторонніх. Або і ситуація, за якої аб'юзер звалює всі загальні і навіть особисті проблеми на партнера: «Це все через тебе!». Від такої людини треба йти. Можна спробувати поговорити раз, другий, третій. Але якщо і з третього разу нічого не змінилось, значить, людина не дорожить стосунками і не розглядає партнера як собі рівного.

4. Економічне насилля. Цей вид насилля успішно застосовують і жінки, і чоловіки. Йдеться про одноосібне розпорядження грошовими коштами, яке не збігається з інтересами партнера та спільними інтересами. Наприклад, усі гроші знаходяться в одного подружжя, і він (вона) вирішує, давати їх чи ні. Усі гроші в одного подружжя, і він чи вона може програти, вкласти усі накопичення в якусь фінансову піраміду, витратити все у своє задоволення тощо.

5. Репродуктивне насилля. На сьогодні у чоловіків немає можливості контролювати питання репродуктивності. Жінка вирішує, бути вагітною чи ні, а у разі її настання самостійно вирішує, зберігати її або переривати. Жінка може поставити чоловіка перед фактом вагітності або ж її перериванням і таким чином може впливати на нього. Надалі жінка може маніпулювати чоловіком за допомогою дитини: забороняти бачитись, налаштовувати її проти батька, змушувати іншого чоловіка називати його татом тощо. Але і чоловіки можуть користуватись цим видом насилля [5].

Щодо основних механізмів формування аб'юзера психологічна література виокремлює такі.

1. Незадоволена або викривлена реалізація потреби у любові.

Насильниками стають ті, з ким у дитинстві «торгували любов'ю». Якщо доросла людина може страждати від відчуття відсутності сенсу, то діти – від відчуття відсутності потрібності. Іншими словами, дитина відчуває самотність, відсутність любові й поваги. Такі діти були змушені «купувати любов». Для того щоб отримати посмішку, дотик, ласкаве слово, вони змушені щось робити – добре навчатись, прасувати штани, мити посуд, прибирати в квартирі тощо.

Тільки у такому випадку вони отримують певні ознаки потрібності. Людина не відчуває того, що вона потрібна. Накопичується стрес, злість, гнів, бажання помсти. Але якщо така людина вступає у відносини, то вони обов'язково стануть отруйними, токсичними. У цьому випадку потрібно зупинитись і розібратися у собі, за допомогою фахівця або без його допомоги, але необхідно з'ясувати, що відбувається, зрозуміти чому і для того, щоб відчути себе добре, потрібно когось принизити, побити чи згвалтувати. Складно будувати близькі стосунки тим, хто звик «торгувати любов'ю», тому що у близьких стосунках вони починають проявляти слабкість і боягузтво.

2. Чоловіча потреба у змаганні. Вона закладена біологічно. Для чоловіка природно конкурувати, перемагати і програвати. Це здоровий стан чоловіка. Тоді він «живий» і все у нього добре. Навіть якщо у боротьбі за кращу жінку чоловік програє, це йому подобається, тому що це дає йому розуміння, як стати кращим: займатись спортом, змінити зачіску, здобути освіту чи нову професію. Жінка може подарувати життя і розуміння того, що ти неідеальний. Відсутність конкуренції та чоловічої боротьби може дозволити невдахам і аб'юзерам передавати своє бачення життя і світу іншим.

3. Жінки можуть терпіти та любити через жалість. Наших жінок часто виховують «зручними». Їм з дитинства навіують: «Послухай, потерпи». Тому навіть звичайна дівчина, вступивши у стосунки з аб'юзером, у будь-якому конфлікті починає шукати причину у собі. Адже вона не знає, що його дії продиктовані певною кількістю дитячих комплексів. Її все життя вчили, що якщо тебе принижують і пригнічують, значить, справа саме в тобі. Замість того, щоб зупинити аб'юзера, давши зрозуміти, що якщо він не зупиниться, то втратить щось цінне, жінка починає шукати причину у собі, адже їй усе життя стверджували: «Сім'я для жінки – найголовніше!».

Наших жінок мало навчають захищатись, не вчать будувати свої кордони. Її штучно виховують жертвою. Якщо вона прийде до батьків, їй скажуть: «Сама винна». Якщо вона спробує звернутися до

віри, там їй скажуть: «Терпи і прощай». Він злочинець, а їй кажуть: «Терпи і прощай». Поступово така дівчина перетворюється на хронічну жертву. Вона потурає кривднику. І це зміцнює насильника у безкарності і правильності дій. Для того щоб сім'я існувала, жінка повинна бути сильною, здоровою і щасливою. Тільки така мама гарантує дитині перспективне майбутнє. Побита, з'валтована, затиснута, вимушено поступлива і мовчазна мама не може гарантувати дітям і родині майбутнього. Для того щоб виростити щасливу гармонійну особистість, жінка повинна розквітати, а не «тліти».

Варто вказати, що емоційне насилля має різні форми, починаючи від, здавалося б, нешкідливих, але частих насмішок і закінчуючи відкритою образою і приниженням. Як відзначається, емоційне насилля не відразу розпізнається жертвами. Більш того, зазвичай спочатку аб'юзер виступає в ролі «доброго дядечка чи тітоньки» або уважного залицяльника, який виявляє максимальну турботу, збиваючи тим самим жертву з пантелику. Аб'юзер входить у довіру, що робить об'єкт уваги ще більш вразливим. Ті, хто довгий час піддавався емоційному насильству, у майбутньому ризикують стикнутись з такими наслідками, як тривожний розлад, депресія, хронічні болі та зловживання психоактивними речовинами.

Виділимо ознаки, що є характерними для різних психотипів емоційних аб'юзерів і сприяють формуванню токсичних стосунків:

1. Аб'юзер постійно підлещується до партнера, а жертва намагається не втратити це і ретельно добирає слова в розмові. Схоже на те, що тоді людина змиралась з другорядною роллю, старанно контролює себе, а це значить, засвоїла, що треба робити, щоб партнер не ображав її відкрито [6].

2. Партнер використовує методи газлайтингу через те, що намагається вплинути на сприйняття реальності, заперечуючи або спотворюючи те, що відбувається насправді. Він каже щось на кшталт «Ти все придумуєш, такого не було!» або «Я ніколи не говорив чи робив цього!». Згодом подібні заяви можуть розвинути почуття невпевненості у собі, і жертва

починає погоджуватись зі спотвореннями партнера. Невпевненість у собі призводить до невпевненості у власному сприйнятті, що робить жертву більш вразливою для партнера-маніпулятора.

3. Партнер вимагає постійного звіту «де, коли і з ким». На думку Л. Ференц, спроба встановити повний контроль може стати серйозною проблемою у відносинах. Контакти кілька разів на день з метою «перевірки» можуть перетворитися на постійне переслідування. Вимога постійного звіту про місцезнаходження партнера і спроби обмежити свободу пересувань і спілкування з іншими – одна з характерних ознак емоційного аб'юзу [7].

4. Партнер говорить образливі слова на адресу жертви, маскуючи їх під «жарт», а коли жертва починає скаржитись, він каже, що це лише жарт, а жертва занадто недовірлива. Але істина в тому, що у кожному саркастичному зауваженні або образливому жарті є частина правди.

5. Жертва просить вибачення навіть тоді, коли знає, що не зробила нічого поганого. Так, жертви емоційного аб'юзу нерідко приходять до переконання, що вони «дурні» або егоїстичні, оскільки партнер занадто часто звинувачує їх у цьому.

6. Партнер або занадто імпульсивний, або занадто холодний. Так, певний час він виливає любов, але раптово стає холодним і недоступним. Жертва не може зрозуміти причину, як би не старалась. Аб'юзер відмовляється від спілкування, а жертва починає панікувати, намагаючись повернути його увагу, і через відсутність пояснень починає звинувачувати себе. Досить часто подібне може перетворити незалежну людину на неспокійного підлабузника, що намагається повернути прихильність партнера.

7. Аб'юзер відмовляється визнавати сильні сторони жертви і знецінює її досягнення. Так, знецінення і принизливі зауваження спочатку можуть сприйматись несерйозно, але це зовсім не випадкові застереження. Швидше за все, вони спрямовані саме на сильні сторони жертви, які аб'юзер оцінює як загрозу для себе і намагається контролювати їх. Реакція партнера на сильні сторони може говорити багато про що. Так, він може мало цікавитись партнером або зовсім його ігнорувати, у роз-

мові про переваги змінює тему або критикує за те, що партнер не робить. Почуття впевненості у собі і відчуття власної компетентності може серйозно знизитись.

8. Аб'юзер обмежує в емоційній близькості, сексі або грошах з метою «покарання» Відносини, у яких з'являються «певні умови», по суті, стають проблематичними. Спроба обмеження емоційної прихильності або фінансової підтримки не завжди сприймається як аб'юз. Більшість розцінює насилля як заподіяння фізичної шкоди, але коли справа стосується обмеження або позбавлення того, чого людина заслуговує, це є теж насиллям – емоційним [5].

9. Втрата сексуального потягу до партнера. Це особливо характерно для жінок. Зазвичай жінкам необхідно відчувати довіру до партнера, щоб відчути фізичне і емоційне збудження. Якщо дівчина відчуває страх або сердиться на партнера, вона не буде посуватися в безпеці і її тіло реагує відповідним чином.

10. Переживання жалю до партнера, незважаючи на те, що він заподіює біль. Так, емоційні аб'юзери є майстрами маніпуляцій. Вони завдають біль, водночас змушують думати, що у цьому винною є жертва аб'юзу. І жертва починає жаліти кривдника. Жертви емоційного насилля часто ігнорують поведінку своїх кривдників,

оскільки аб'юзери видаються нещасними та відкинутими.

11. Агресор занадто часто раптово змінює плани з метою «зробити сюрприз». Відкриті спроби контролю помітні нескладно, але є більш витончений метод, так званий «прихований контроль», до якого нерідко вдаються аб'юзери. Прихованим контролем є раптова зміна уже запланованого (удвох відправляються у кафе замість запланованої вечірки з друзями) або різкий перегляд спільних планів під виглядом «сюрпризу». Це контроль без відкритих вимог: спочатку жертва задоволена знаками уваги, але з часом це може стати правилом, і власні бажання та потреби виявляються на другому плані [8].

Висновки. Отже, нагальною потребою є підвищення компетентності подружніх пар про насилля у подружніх стосунках з метою запобігання не тільки серйозних наслідків психологічного насилля, а й фокусу уваги подружніх пар на власній сімейній ситуації; розробки спеціальних заходів ранньої профілактики психологічного насилля, спрямованої на формування активного, адаптивного, функціонального життєвого стилю, який забезпечує реалізацію прав, задоволення потреб та інтересів і формування психологічної установки на гармонійні сімейні стосунки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : колективна монографія / за заг. ред. М. Мушкевич. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 356 с.
2. Роменець В.А. Історія психології ХХ століття : навчальний посібник. Київ : Либідь, 1998. 992 с.
3. Вербець В.В., Субот О.А., Христюк Т.А. Соціологія : навчальний посібник. Київ : КОНДОР, 2009. 550 с.
4. Димова Е.Н., Шаталова Н.Е. Емоційне насильство як психотравмуючі обставини у житті молодих дівчат. *Світ науки. Педагогіка і психологія*. 2020. № 2. С. 23–33.
5. Ігнатова Е.С., Разводова Е.Д. Взаємозв'язок негативних характеристик особистості і схильності до аб'юзу в міжособистісних відносинах між чоловіком і жінкою. *СГН*. 2019. № 1 (3). С. 43–52.
6. Васківська С.В. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Київ : Четверта хвиля, 2004. 256 с.
7. Козловська Е.В. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків : дис. канд. психол. наук. Київ, 2010.
8. Кравець В.П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. Київ : Київська правда, 2000. 688 с.

REFERENCES:

1. Psykholohichna dopomoha uchasnykam ATO ta yikh simiam [Psychological assistance to ATO participants and their families]: kolektyivna monographiya / za zah. red. M. Mushkevych. Vyd. 2-he, zmin. ta dopovn. Lutsk: Vezha-Druk, 2016. 356 s. [in Ukrainian].
2. Romenets, V.A. (1998). Istoriia psykholohii XX stolittia [History of psychology of the 20th century]: navchalniy posibnyk. Kyiv: Lybid, 1998. 992 s. [in Ukrainian].
3. Verbets V.V., Subot O.A., Khrystiuk T.A. (2009). Sotsiolohiia [Sociology]: navchalniy posibnyk. Kyiv: KONDOR, 550 s. [in Ukrainian].
4. Dymova, E.N., Shatalova, N.E. (2020). Emotsiine nasylstvo yak psykotravmuiuchi obstavyny u zhytti molodykh divchat [Emotional violence as psychotraumatic circumstances in the life of young girls]. *Svit nauky. Pedahohika i psykholohiia*. № 2. S. 23–33 [in Ukrainian].
5. Ihnatova, E.S., Razvodova, E.D. (2019). Vzaiemozviazok nehatyvnykh kharakterystyk osobystosti i skhylnosti do abiuzynhu v mizhosobystisnykh vidnosynakh mizh cholovikom i zhinkoiu [The relationship between negative personality characteristics and a tendency to abuse in interpersonal relationships between a man and a woman]. *SHN*. № 1 (3). S. 43–52 [in Ukrainian].
6. Vaskivska, S.V. Osnovy psykholohichnoho konsultuvannia [Basics of psychological counseling]: navchalniy posibnyk. Kyiv: Chetverta khvyliia, 2004. 256 s. [in Ukrainian].
7. Kozlovska, E.V. (2010). Psykholohichna hotovnist molodoho podruzzhzia do harmonizatsii stosunkiv [Psychological readiness of a young couple to harmonize relations]: dys. kand. psykhol. nauk. Kyiv [in Ukrainian].
8. Kravets, V.P. (2000). Teoriia i praktyka doshliubnoi pidhotovky molodi [Theory and practice of premarital training of young people]. Kyiv: Kyivska pravda, 2000. 688 s. [in Ukrainian].

СМИСЛОВА КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ЖИТТЕВОГО УСПІХУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Кириченко Віктор Васильович,

доктор психологічних наук, доцент,

професор кафедри соціальної та практичної психології

Житомирського державного університету імені Івана Франка

<https://orcid.org/0000-0002-5210-6304>

У статті розглядається проблема ціннісно-сислової категоризації «успіху» у картині світу осіб юнацького віку. На матеріалі пілотажного психосемантичного дослідження здійснюється конструювання імпліцитної моделі успіху. У статті досліджується проблема науково-дослідного розуміння успіху в гуманітарних науках, акцентуючи увагу на еволюції поглядів на його джерела – від фаталістичного підходу до усвідомлення ролі особистості в досягненні успіху. Успіх (особистісний успіх) є соціально-культурним конструктом, який залежить від норм, цінностей та очікувань певного суспільства. Відсутність універсальної системи критеріїв успіху підкреслює його унікальність у різних соціальних і культурних контекстах. У роботі проаналізовано, як трансформації міжособистісних стосунків, науково-технічний прогрес та зміни ціннісно-мотиваційної сфери впливають на уявлення про успіх у сучасному світі. Висвітлюється зв'язок успіху з базовими потребами особистості, такими як розвиток, соціальне визнання та самодостатність. Аналізується вплив соціокультурних умов і сучасних трансформацій на концепцію успіху, яка включає внутрішні (здібності, волю, ініціативність) і зовнішні (гроші, зв'язки) чинники. У ході дослідження на основі психосемантичного аналізу визначено ключові атрибути успіху для осіб юнацького віку, проведено порівняння моделей успіху в минулому та майбутньому. Встановлено, що для респондентів характерна орієнтація на внутрішні ресурси, а також гнучкість у побудові життєвих стратегій. Отримані результати підтверджують важливість внутрішньоособистісних складників і роль соціального контексту у формуванні уявлень про успішність. Отримані результати свідчать про продуктивність соціалізації респондентів, їхню здатність гнучко адаптуватися до навколишнього середовища через навчання протягом життя, особистісний розвиток і професійне самовдосконалення.

Ключові слова: життєвий успіх, успіх, імпліцитна теорія, картина світу, саморозвиток, досягнення, мотивація успіху.

Kyrychenko Viktor. Semantic conceptualization of life success in adolescents

The article addresses the issue of value-semantic categorization of "success" in the worldview of young individuals. Based on a pilot psychosemantic study, an implicit model of success is constructed. The article explores the issue of scientific understanding of success in the humanities, emphasizing the evolution of perspectives on its sources – from a fatalistic approach to recognizing the role of personal agency in achieving success. Success (personal success) is a socio-cultural construct that depends on the norms, values, and expectations of a specific society. The absence of a universal system of criteria for success highlights its uniqueness across different social and cultural contexts. The study analyzes how transformations in interpersonal relationships, scientific and technological progress, and changes in the value-motivational sphere influence perceptions of success in the modern world. The connection between success and basic personal needs, such as growth, social recognition, and self-sufficiency, is highlighted. The paper examines the impact of sociocultural conditions and modern transformations on the concept of success, which includes internal factors (abilities, willpower, initiative) and external factors (money, connections).

Through psychosemantic analysis, the study identifies key attributes of success for young individuals and compares success models from the past and future. It is established that respondents tend to focus on internal resources and demonstrate flexibility in building life strategies. The findings confirm the importance of intrapersonal components and the role of the social context in shaping perceptions of success. The results indicate the productivity of respondents' socialization, their ability to adapt flexibly to their environment through lifelong learning, personal growth, and professional self-improvement.

Key words: life success, success, implicit theory, worldview, self-development, achievement, success motivation.

Постановка проблеми. Проблема науково-дослідного бачення «успіху» присутня у більшості гуманітарних наук, які намагалися певним чином описати цю категорію в термінах, властивих саме для неї. Єдине, що об'єднує різноманітні гуманітарні бачення успіху, – це саме джерело того, що ми називаємо «успіх». Людська культура в цьому плані пройшла довгий шлях від повної фаталізації успіху, який пов'язували із впливом магічних чи божественних сил, до усвідомлення того, що людина є джерелом успіху, вона визначає успішність тої чи іншої діяльності своєю мотивацією, своїми зусиллями і набутими вміннями та досвідом. Відчуття (усвідомлення) «успіху» є однією з базових потреб особистості, він тісно пов'язаний з такими категоріями, як «розвиток», «соціальне визнання», «самодостатність». Остання з перелічених категорій є важливою для підтримки життєвого балансу та гармонізації міжособистісних стосунків. Успішна людина здатна до генерування поведінки з позиції дорослого, несучи повну відповідальність за її наслідки, але й цілком законірно вимагаючи від оточення певного поцінування своїх досягнень (В. В. Кириченко) [1]. Оцінка успішності особистості здійснюється навколишнім середовищем через соціальні інститути, які виконують функції оцінки діяльності особистості через інструменти етики, моралі та права (заклади освіти, правоохоронна система, релігія тощо), вони формують базові уявлення про «життєвий успіх» та його складники, що трансформуються в імпліцитні уявлення особистості про успіх та можливості його досягнення в конкретному соціокультурному просторі, що одразу наштовхує на думку про те, що немає однозначної глобальної системи успіху, а навпаки, успіх є унікальним синтетичним уявленням в обмеженому просторі та часом середовищі. Тому стратегії досягнення успіху, які, наприклад, передаються через покоління в процесі виховання, інколи не дають результату, а навпаки, заважають людині успішно адаптуватися до сучасного соціокультурного простору.

За останні десятиріччя відбулася суттєва зміна в уявленнях про майбутнє в осіб різного віку. Причинами цього стали кардинальні зміни у системі міжособистіс-

них стосунків, насамперед спровокованих ціннісно-мотиваційними трансформаціями та стрімким науково-технічним прогресом. Потреба бути успішним, відчувати успіх як процес та результат діяльності є однією з базових потреб особистості, вона тісно пов'язана з ключовими екзистенційними та духовними потребами: бути успішним важливо для кожної людини, адже саме це дає можливість їй самоутвердитися та заявити про себе як психологічно здорову та самостійну особистість. За тисячоліття соціальної та видової еволюції людина стрімко розвинулася в культурному плані, для більшості пересічних людей, які живуть в умовах інформаційного суспільства, уже не досить мати житло (прихисток), бути вправним мисливцем та мати багато потомства для того, щоб відчувати себе успішним. Ці елементи успіху у трансформованій формі збереглися і до нашого часу, проте до них додалися нові, які створюють додатковий тягар та роблять образ успішної людини більш хитким у соціальному плані та вразливим. Для більшості людей образ успішної людини включає елементи, які ілюструють її соціально-віковий розвиток у межах певної культури, тому питання успішності є питанням стандартів середовища, а вже в другу чергу – питанням особистісної оцінки себе як успішної чи неуспішної особистості. Соціально-психологічний атрибут «успішний» чи «неуспішний» задається виключно рамками середовища, у якому живе людина, саме воно, даючи певний зворотний зв'язок людині, формує її уявлення про себе. Неможливо зберігати стійке відчуття «успішності» у системі розгорнутих соціальних зв'язків, це суперечить загальним основам соціального конструктивізму – відповідна модель є системоформуючою для більшості людей, успіх окремої людини залежить від ставлення інших, значимих для людини персон, на основі їхніх узагальнень формується уявлення про себе як «успішну особистість».

У більшості досліджень успіх розцінюється як результат цілеспрямованої поведінки, як результат докладання вольових зусиль (І.С. Нохріна, О.Є. Поліванова) [2; 3]. Успіх завжди оцінюють по результату діяльності, він не становить процесуальну сторону і для більшості є фактичним вия-

вом діяльності. Успішність є досить важливою стороною діяльності особистості, виявом соціальної активності, ця особистісна властивість формується у процесі соціалізації, тому уявлення про «успіх» та «успішність» у різних культурах та соціальних осередках має різну ціннісно-смыслову артикуляцію (І. Є. Боровинська) [4]. Апперцептивна модель майбутнього побудована на основі уявлень особистості про успіх, більшість людей юнацького та дорослого віку вибудовують модель майбутнього на основі елементів успіху. За результатами досліджень О. Є. Поліванової успіх пов'язаний з певними особистісними характеристиками, рисами особистості, які є запорукою успішної особистості. Це свідчить про те, що успіх є інтернальною властивістю, а не соціальною випадковістю, зовнішніми обставинами чи соціально-статусними характеристиками [3]. У результаті дослідження В. Ю. Вінкова було встановлено, що у кожної людини є дві системи оцінки «успіху», зовнішня – культурно-орієнтована модель оцінки життєвого успіху та внутрішня – суб'єктивно орієнтована модель життєвого успіху [5]. Вони можуть бути однією системою, що має ціннісно-смыслову подібність між різними елементами та відмінні шкали, які використовуються в різних ситуаціях, для оцінки власного успіху та успіху інших людей [6].

Метою дослідження є вивчення смислової структури імпліцитних уявлень про успіх у осіб юнацького віку. У межах ОК «Психологія життєвого успіху» у межах ОПП «Сімейна психологія» було проведено психосемантичне дослідження, яке не претендує на репрезентативність, проте відзначає певні тенденції розуміння проблеми смислової концептуалізації життєвого успіху та його складників. Ми мали гіпотетичне припущення, що культурний вплив та умови військового часу зумовлять орієнтацію досліджуваних на зовнішні складники життєвого успіху.

Результати дослідження. У результаті наукового узагальнення проблеми ми дійшли висновку, що ціннісно-смыслова модель «життєвого успіху» є результатом синтетичного узагальнення рівня домагань особистості, очікувань соціуму та особистісних ресурсів особистості (рис. 1). Дослід-

жувані мали у перспективі майбутнього та минулого дати відповідь на питання: «Що дало тобі можливість досягти успіху (у минулому)?» та «Що допоможе тобі досягти успіху (у майбутньому)?». Як найбільш вживані варіанти відповіді ми використали ті, які стосуються внутрішніх та зовнішніх чинників досягнення успіху. У дослідженні взяли участь особи юнацького та раннього дорослого віку у кількості 56 осіб. Дослідження проводилося у вересні 2024 року на базі ЗВО м. Житомир.

Збір асоціацій відбувався за допомогою процедури частотного аналізу атрибуції ресурсів досягнення успіху особами з репертуарного списку досліджуваних (десять осіб). До найбільш частотно вживаних асоціацій увійшли «здібності та уміння» (239), «сила волі» (213) та «знайомства» (203), до найменш представлених – «провидіння долі» (51), «хитрість» (63) та «випадковість» (96) (рис. 2).



Рис. 1. Теоретична концептуалізація життєвого успіху

Це свідчить про те, що досліджувані усвідомлюють, що основою успіху як певного результату діяльності є внутрішні, особистісні властивості людини. Також у семантичній моделі імпліцитної теорії досягнення успіху високої ваги мають асоціації, пов'язані із соціальними взаєминами особистості, її здатністю до комунікації та налагодження стосунків.

Подальша семантична концептуалізація імпліцитної моделі успіху будувалася на виокремлених нами у результаті частотного аналізу змістових категорій, чотири з яких відображають зовнішню сторону його досягнення: «гроші», «знайомства», «провидіння долі», «випадковість», та п'ять – внутрішній складник – «сила волі», «здібності та уміння», «дисципліна», «ініціативність та лідерство», «агресія та нахабство», «хитрість». Відповідаючи на перше питання «Що допоможе тобі досягти успіху (в майбутньому)?», досліджувані вбачають, що це будуть внутрішні атрибути, які стосуються сфери здібностей та особистісних якостей: «здібності та уміння» (48 респондентів з 56, або 90,6%), «ініціативність та лідерство» (62%), «знайомства» (67,9%), «сила волі» (66%). Також 56,6% респондентів вважає, що досягти успіху їм допоможуть «гроші».

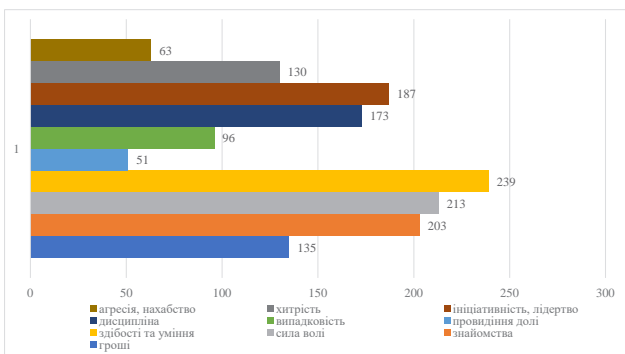


Рис. 2. Частотний аналіз смислової концептуалізації успіху

Найменш представленими у імпліцитній моделі успіху досліджуваних є «хитрість» (30%), «агресія, нахабство» (1%) та «провидіння долі» (0%) (рис. 3).

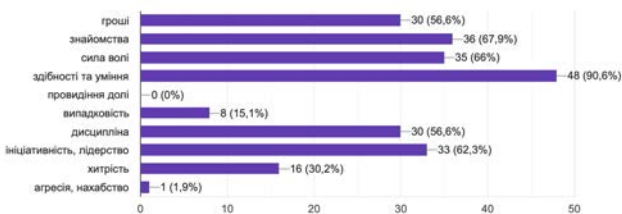


Рис. 3. Семантична концептуалізація досягнення успіху досліджуваними (у майбутньому)

Відповідаючи на питання «Що допомогло тобі досягти успіху (у минулому)?», дослі-

джувані схиляються до того, що основним ресурсом досягнення успіху є «здібності та уміння» (64,2%), «дисципліна» (52,8%) та «знайомства» (50,9%), найменшу вагу мають змістові блоки – «хитрість» (22,6%), «провидіння долі» (1,9%) та «агресія, нахабство» (0%) (рис. 4).

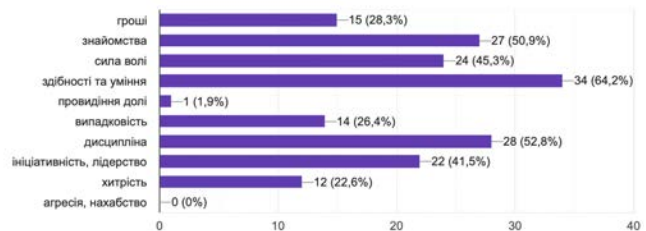


Рис. 4. Семантична концептуалізація досягнення успіху досліджуваними (у минулому)

Аналіз результатів дослідження. Уявлення минулого про успіх формуються на основі отриманого досвіду людини, уявлення майбутнього – на соціальних очікуваннях та культурних стереотипах. Між ними, за результатами нашого дослідження, є позитивний зв'язок на рівні $r=0,93$, що свідчить про те, що між уявленнями про життєвий успіх та отриманим досвідом немає відмінностей. За результатами дослідження В. Ю. Вінкова (2018) було встановлено, що для молоді важливими ресурсами досягнення успіху є «добрі взаємини» (38,3%), «творча самореалізація» (30,6%), «кар'єра» (9,5%), «професіоналізм» (9,3%), «впливовість» (5,2%), «соціальне визнання» (3,7%), «багатство» (3,2%), що більшою мірою співмірне з отриманими нами результатами [5]. Між шкалами, які використовуються для атрибуції власного успіху та іншої персони, спостерігається статистичний зв'язок на рівні $r=0,7$, що свідчить про те, що відмінностей у сприйнятті успіху інших осіб та власного немає, що є досить неочікуваним результатом з огляду на те, що закономірним є те, що для оцінки результатів діяльності іншої людини, як правило, використовуються зовнішні атрибути успіху – фінансові ресурси, соціальні зв'язки, а власного успіху – внутрішньоособистісні ресурси (уміння, досвід, особистісні якості).

Отримані нами результати свідчать, що досліджувані (ми не претендуємо на

репрезентативність отриманих даних) продуктивно оцінюють внутрішньоособистісні передумови досягнення життєвого успіху, орієнтовані на поступальну модель саморозвитку як основи вирішення життєвих завдань та розглядають зовнішні чинники як посилюючі фактори власних домагань. Імплицитна концепція успіху осіб юнацького віку наповнена універсальними складниками, які дозволяють проявити поведінкову лабільність у виробленні життєвої стратегії вирішення життєвих завдань, не містить асоціальних чи непродуктивних елементів, що також оцінюється нами як хороший результат. Отримані нами результати свідчать, що соціалізація досліджуваних відбувається в продуктивному руслі, дає можливість гнучко пристосовуватися до навколишнього середовища, спираючись на індивідуальні соціально-психологічні здібності. Досліджувані досить чітко усвідомлюють значення умінь та здібностей для досягнення успіху, що, на нашу думку, також є досить неочікуваним результатом, адже тематика вивчення здібностей та обдарованості в останній період не має належного рівня зацікавленості в освітньому середовищі. З огляду на те, що соціалі-

зація особистості відбувається в мультикультурному інформаційному просторі, це може пояснюватися тим, що на рівні мегакультури глобалізованого світу серед молоді популярними є тренди особистісного саморозвитку, професійного самовдосконалення та усвідомлення необхідності навчатися впродовж життя.

Висновки. Проведене нами дослідження дає можливість зробити такі висновки, що імплицитна теорія успіху осіб юнацького віку залежить від соціокультурних умов розвитку. В узагальненому по вибірці вигляді вона містить комунікативні, поведінкові та інтелектуальні складники, які дозволяють людині побудувати конструктивну стратегію адаптації до соціального середовища, адаптувати її до змін кон'юнктури оточення і бути готовим до екстремальних ситуацій. Досліджувані орієнтовані на внутрішньоособистісні ресурси у досягненні успіху та оцінюють успіх інших з точки зору наявності (або відсутності) у них певних соціально-психологічних властивостей. Дослідження не вичерпує проблему розуміння успіху в рамках сучасної психології, скоріше налаштовує на подальше, більш глибоке вивчення проблеми.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кириченко В.В. Психологічні основи професійної адаптації та вибору професії. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 110 с. ISBN 978-966-485-183-8.
2. Нохріна І.С. Теоретичні аспекти понять «успіх» та «успішність» особистості. *Ввічливість. Humanitas*. 2024. № 3. С. 100–105.
3. Поліванова О.Є. Взаємозв'язок уявлення про успіх та соціально-психологічних характеристик особистості у сучасній молоді. *Вісник Харківського національного університету*. 2014. № 1099. С. 19–22.
4. Боровинська І.Є. До психологічного розуміння понять «успіх», «успішність», «життєвий успіх», «життєва успішність». *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. Випуск 3. Том 2. С. 142–148.
5. Вінков В.Ю. Уявлення молоді про життєвий успіх: структурно-змістовий аспект дослідження. *Проблеми політичної психології*. 2018. Вип. 7 (21). С. 161–173.
6. Вінков В.Ю. Уявлення про життєвий успіх: стан розробленості проблематики в соціальній психології. *Проблеми політичної психології*. 2015. Вип. 2 (16). С. 221–231.

REFERENCES:

1. Kyrychenko, V.V. (2015). *Psychologichni osnovy profesiinoi adaptatsii ta vyboru profesii* [Psychological foundations of professional adaptation and career choice]. Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU im. I. Franka [in Ukrainian].
2. Nokhrina, I.S. (2014). *Teoretychni aspekty poniat «uspikh» ta «uspishnist» osobystosti* [Theoretical aspects of the concepts "success" and "effectiveness" of an individual]. *Vvichlyvist. Humanitas*. № 3, 100–105 [in Ukrainian].

3. Polivanova, O.Ie. (2014). Vzaiemozviazok uiavlennia pro uspikh ta sotsialno-psykholohichnykh kharakterystyk osobystosti u suchasni molodi [The relationship between perceptions of success and social-psychological characteristics of contemporary youth]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu*. № 1099, 19–22 [in Ukrainian].
4. Borovynska, I.Ie. (2017). Do psykholohichnoho rozuminnia poniat «uspikh», «uspishnist», «zhyttievyi uspikh», «zhyttieva uspishnist» [Toward the psychological understanding of the concepts "success", "effectiveness", "life success", and "life effectiveness"]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya «Psykholohichni nauky»*. Vypusk 3, Tom 2, 142–148 [in Ukrainian].
5. Vinkov, V.Iu. (2018). Uiavlennia molodi pro zhyttievyi uspikh: strukturno-zmistovyi aspekt doslidzhennia [Youth perceptions of life success: a structural and content analysis]. *Problemy politychnoi psykholohii*. Vyp. 7, (21), 161–173 [in Ukrainian].
6. Vinkov, V.Iu. (2015). Uiavlennia pro zhyttievyi uspikh: stan rozroblenosti problematyky v sotsialnii psykholohii [Perceptions of life success: the state of research in Social Psychology]. *Problemy politychnoi psykholohii*. Vyp. 2 (16), 221–231 [in Ukrainian].

ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЖУРНАЛІСТІВ ПІД ЧАС ВИСВІТЛЕННЯ ВІЙСЬКОВИХ ПОДІЙ В УКРАЇНІ

Мілютіна Катерина Леонідівна,

доктор психологічних наук, професор кафедри психології
Академії праці, соціальних відносин і туризму
<https://orcid.org/0000-0003-0013-2989>

Согор Оксана Михайлівна,

практичний психолог
<https://orcid.org/0009-0006-5364-3095>

У статті представлено аналіз проблеми формування резильєнтності журналістів під час висвітлення військових подій в Україні, розкрито особливості відновлення та психічних станів на тлі подачі військового контенту. У дослідженні брали участь 30 журналістів, поділених на дві ключові групи. Перша група (15 осіб) включала репортерів, які працюють напямучу на створення фактажу. Вони проводять інтерв'ю з постраждалими, військовими та волонтерами, збирають інформацію на місцях подій та розробляють розгорнуті аналітичні матеріали. До другої групи (15 осіб) увійшли журналісти, які працюють на місцях та у редакціях, не маючи безпосереднього контакту із подіями та особами, але грають важливу роль у розгортанні новин та аналізі інформації. Було використано такі методики, як: шкала резильєнтності Коннора-Девідсона, опитувальник рівня депресії, опитувальники на визначення стану позитивного ментального здоров'я. Отже, проаналізувавши дослідження та перевірили їх на коефіцієнт розбіжностей Стюдента та кореляційний аналіз Пірсона, можна стверджувати, що репортери, які працюють у контакті з подіями та людьми, а також аналізують і обробляють отриману інформацію, мають вищі ментальні показники і більш сформовану резильєнтність. Медіапрацівники мають риси, які сприяють салютогенним ефектам після травми, зокрема, вони звертають увагу на свої емоції, емпатію, екстраверсію, оптимізм та самоефективність. Раніше проведені дослідження також показують, що оптимізм, екстраверсія, низький рівень нейротизму та самостійність-ефективність мають зв'язок із салютогенними ефектами після травми. Ці риси можуть допомогти журналістам зберегти стійкість та уникнути сильних і тривожних емоцій провини, докорів сумління та жалю, які можуть виникнути через їхню професійну діяльність. Ретельне інформування про травму та правильна поведінка можуть забезпечити їм мінімізацію шкоди з усіх боків та допомогти функціонувати у салютогенних рамках.

Ключові слова: стресостійкість, журналісти, війна, ментальне здоров'я, депресія.

Miliutina Kateryna, Sogor Oksana. Peculiarities of journalists' resilience when covering military events in Ukraine

The article presents an analysis of the problem of forming journalists' resilience during coverage of military events in Ukraine, revealing the features of recovery and mental states against the background of providing military content. The study involved 30 journalists divided into two key groups. The first group (15 people) included reporters who work directly on creating facts. They conduct interviews with victims, military personnel and volunteers, collect information on the scene of events and develop detailed analytical materials. The second group (15 people) included journalists who work in the field and in editorial offices, without direct contact with events and individuals, but play an important role in the development of news and analysis of information. The following methods were used: the Connor-Davidson Resilience Scale, a depression questionnaire, and questionnaires to determine the state of positive mental health. Therefore, after analyzing the studies and testing them with Student's t-test and Pearson's correlation analysis, it can be argued that the difference between reporters who work in contact with events and people, as well as analyze and process the information received, have higher mental performance and more developed resilience. Media workers have traits that contribute

to salutogenic effects after trauma, in particular, they pay attention to their emotions, empathy, extraversion, optimism and self-efficacy. Previous studies also show that optimism, extraversion, low neuroticism and self-efficacy are related to salutogenic effects after trauma. These traits can help journalists maintain resilience and avoid strong and disturbing emotions of guilt, remorse and regret that may arise due to their professional activities. Careful information about the injury and proper behavior can ensure that they minimize harm from all sides and help them function within a salutogenic framework.

Key words: stress resistance, journalists, war, mental health, depression.

Постановка проблеми. З початком повномасштабної війни в Україні, яка розпочалася 24 лютого 2022 року, стало очевидним, наскільки важливим є інформування населення про навколишні події і яку вагому роль у цьому процесі відіграють засоби масової інформації. Раніше в екстремальних ситуаціях головними трансляторами новин були військові кореспонденти, які спеціалізувалися на висвітленні бойових дій. Однак сучасні реалії змушують звичайних журналістів, які ще недавно писали про мирне та культурне життя країни, брати на себе відповідальність за розповідь про жахливі та важкі події.

Отже, формування резильєнтності журналістів стає важливим завданням для забезпечення безпеки та ефективності їхньої роботи.

Метою дослідження стало визначення проблем, що постають перед сучасними журналістами, які працюють над висвітленням воєнних подій в Україні, та розуміння, чи впливає їхня діяльність на їхній ментальний стан та формування резильєнтності. Для цього ми намагатимемося з'ясувати, які саме чинники допомагають їм зберегти стійкість і відновлюватися після трагічних подій. Чи піддаються журналісти, які висвітлюють події безпосередньо з редакцій, більшому навантаженню, аніж кореспонденти з фронту чи з місця трагічних подій?

Результати дослідження. Д. Хеллерштейн, який є прихильником конструктивістського підходу до вивчення резильєнтності, відрізняє два основні складники цього явища. Перший – фізична резильєнтність, яка включає у себе стресостійкість та толерантність до негативних впливів. Другий – психологічна резильєнтність, яка передбачає розвиток та підтримку соціальних контактів, використання соціальної підтримки, пошук сенсу у складних подіях та ситуаціях, збіль-

шення рівня освіти та опанування різноманітних психотехнологій, що сприяють розвитку та здатності подолання негативних наслідків стресу [1].

К. Болтон зазначає, що для того щоб вважатися резильєнтною людиною, після стикання з несприятливими подіями вона повинна демонструвати позитивну адаптацію в конкретних аспектах свого життя, що вказує на подальший здоровий психологічний розвиток [2].

Ф. Лютанс розширює поняття резильєнтності, зазначаючи, що людина переживає емоційні потрясіння однаково як від негативних подій, так і від позитивних. Він розкриває резильєнтність як розвинену здатність відновитись після негараздів, конфліктів і невдач або навіть позитивних подій та підвищення відповідальності [3]. Також Ф. Лютанс стверджує, що резильєнтність є набутою властивістю особистості. Відповідно, може розвиватись протягом життя.

Резильєнтність – це динамічний процес, що охоплює позитивну адаптацію в контексті пережитих значних життєвих негараздів [4].

Наведемо ще декілька визначень резильєнтності.

Резильєнтність втілює особистісні якості, які дають змогу людині зростати перед лицем невдач [5].

Резильєнтність – це процес адаптації людини в умовах виснаження, травмування, після трагедій, загроз; за умови перебування в постійних джерелах стресу [6].

На думку Ш. Хешмат, резильєнтність визначається як психологічна здатність адаптуватися до стресових обставин і відновлюватися після несприятливих подій. Науковець зазначає, що резильєнтність є процесом створення ресурсів для пошуку кращого майбутнього після потенційно травматичних подій. Деякі із цих ресурсів походять від внутрішнього потенціалу людини, а деякі – від того, який досвід

людина отримала в минулому, щоб витримати труднощі [7].

Загалом, більшість визначень резильєнтності вказують на здатність особистості відновлюватися після несприятливих подій у житті.

Згідно з О. Односталко [8] та Т. Титаренко [9], резильєнтність та оптимізм є факторами, які мають як природне походження, так і можуть бути розвинуті. Ці фактори допомагають особистості самостійно відновлюватися після психічних, фізичних та соціальних втрат. Відомо, що наявність здорового оптимізму є важливим ресурсом для підтримки надії, надання необхідної життєвої енергії та стійкості, запобігання апатії та безнадійності, а також допомагає долати стрес у кризових ситуаціях. Дослідження «The role of social support in the stress buffering effects of mindfulness» [10] було проведено в Університеті Південної Кароліни у США. 120 студентів були піддані стресовому тесту, який мав на меті спричинити певний рівень емоційного навантаження. Після завершення тесту студенти повинні були повернутися до нормального стану за допомогою виконання завдань, які також вимагали певних когнітивних зусиль. Результати дослідження показали, що люди, які отримували більше соціальної підтримки від своїх близьких та рідних, мали вищий рівень резильєнтності, тобто були здатні краще переживати стресові ситуації та швидше повертатися до нормального функціонування.

Отже, можна зробити висновки, що соціальна підтримка може мати значний вплив на формування резильєнтності. Отримання підтримки від близьких людей, друзів, колег чи співробітників може допомогти особистості відновитися та повернутися до нормального функціонування після стресу.

Результати емпіричного дослідження. У дослідженні брали участь 30 журналістів із Суспільного, NV (Новое Время), LB (Лівий берег), ICTV, УНІАН та видання ELLE, їх розділили на дві групи. До першої групи

(15 осіб) були відібрані репортери, що займаються безпосередньо створенням фактажу, зокрема, проводять інтерв'ю з постраждалими, військовими, волонтерами, збирають інформацію на місцях подій та пишуть розгорнуті аналітичні матеріали. До другої групи (15 осіб) увійшли журналісти, що працюють на місцях, у редакціях, без посереднього контакту із подіями та людьми.

Гіпотеза: журналісти першої групи, які мають більше безпосереднього контакту з людьми та подіями, матимуть більш високий рівень психоемоційного напруження, аніж журналісти-новинники, що працюють з інформацією, не виходячи з офісу та без посереднього контакту з людьми.

1. Було використано такі методики дослідження: Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона 2. Опитувальник рівня депресії. 3. Опитувальники на визначення стану позитивного ментального здоров'я.

Результати дослідження ментального здоров'я журналістів відображено у таблиці 1.

Визначити достовірність відмінностей між журналістами першої і другої груп ми вирішили за допомогою коефіцієнта достовірності t (критерій Стьюдента).

Коефіцієнт Стьюдента становить 3,03, що за рівня свободи 28 становить коефіцієнт розбіжностей 0,01.

Зі статистичної точки зору це означає, що коефіцієнт $p=0,01$ за ступеня свободи 28 вказує на високий рівень статистичної значущості.

Результати розподілу респондентів за рівнями депресії представлено у таблиці 2.

Для визначення значущості різниці між журналістами першої та другої груп ми скористалися t -критерієм Стьюдента.

Було отримано значення 2,22, що відповідає **коефіцієнту розбіжностей 0,05**.

За допомогою опитувальника стресостійкості Коннора-Девідсона ми хочемо перевірити, наскільки ж у результаті різнитимуться дві групи у сформованій резильєнтності. Результати наведено у таблиці 3.

Таблиця 1

Показники ментального здоров'я у групах журналістів (кількість осіб)

Групи	Низький рівень (9–24 бали)	Середній рівень (25–29 балів)	Високий рівень (30–36 балів)
1	1	8	6
2	3	8	4

Для статистичної достовірності ми знову ж таки використали коефіцієнт Стьюдента, щоб оцінити значущість різниці між журналістами першої та другої груп. Під час проведення вибіркового дослідження серед журналістів було виявлено, що середнє значення першої групи становить 24,6 із відхиленням 0,55, а другої групи – 23,6 з відхиленням 0,05, достовірних розбіжностей не виявлено.

Далі, для того щоб визначити, який взаємозв'язок між різними методиками, ми провели кореляційний аналіз між ментальним здоров'ям та депресією і наскільки ці стани корелюють зі стресостійкістю.

У першій групі між станом ментального здоров'я і депресією $r = -0,155$, між ментальним здоров'ям і стресостійкістю $r=0,57$ і між депресією і стресостійкістю $r= 0,25$.

У другій групі між станом ментального здоров'я і депресією кореляція буде 0,347, між ментальним здоров'ям і стресостійкістю 0,015 і між депресією і стресостійкістю $r=0,127$.

Аналіз результатів дослідження.

У результаті проведеного дослідження було виявлено, що в журналістів, які безпосередньо висвітлюють бойові дії, рівень психічного здоров'я вищий, а рівень депресії – нижчий, ніж у «студійних» журналістів. Це спростувало нашу попередню гіпотезу, але такі результати мають достатню цінність. Наприклад, дослідження Макмехон (2005) вказує на те, що журналісти, які взяли участь у експерименті, мали сильний позитивний зв'язок між посттравматичним ростом і посттравматичним стресом з коефіцієнтом кореляції $r = 0,25$,

$r < 0,01$. Це означає, що зі зростанням рівня посттравматичного стресу у журналістів зростає і рівень посттравматичного росту, підтверджуючи теорію про те, що зростання відбувається у разі більш серйозних рівнів травматичного стресу. У дослідженні також виявлено, що посттравматичний стрес мав найсильніший прогностичний вплив на посттравматичний ріст у журналістів. [11] Так, і в нашому дослідженні журналісти, які були під впливом безпосереднього стресу, мали кращий психоемоційний стан, не виключено, що саме через посттравматичне зростання.

Тут важливо згадати про виступи двох видатних фахівців – Г'ю Рімінтона, на той момент ведучого новин та старшого репортера на Nine Network, та Джейсона Саута, фотожурналіста газети The Age, на форумі, що відбувся у вересні 2004 року в Мельбурні, Австралія, на тему травматичного досвіду у журналістиці. Обидва досвідчені журналісти були збентежені, згадуючи жахливі злочини та події, які їм довелося побачити у ході своєї професійної діяльності, проте обидва висловили свою любов до цієї роботи та переконання у її важливості для світу, допомагаючи інформувати людей про те, що, на їхню думку, є важливим. Рімінтон заявив, що хоча іноді це може бути важко, проте журналістика може бути як найгіршою, так і найкращою роботою у світі, що є тим, що він любить робити, і що він вірить у важливість ролі журналістики та журналіста [12].

Незважаючи на те, що журналісти в Україні у війні переживають власні трагедії: втрати колег, друзів, загрозу життю не тільки своєму, а і своїх рідних,

Таблиця 2

Розподіл за показниками депресії (кількість осіб)

Групи	Депресія відсутня (0–4 балів)	Депресія легкого ступеня (5–9 балів)	Депресія помірного ступеня (10–14 балів)	Депресія вираженого ступеня (15–19)	Депресія важкого ступеня (20–27 балів)
1	4	8	1	2	0
2	1	8	2	2	2

Таблиця 3

Рівень стресостійкості за шкалою Коннора-Девідсона-10

Групи	Низький рівень (9–20 балів)	Середній рівень (20–25 балів)	Високий рівень (25–30 балів)
1	1	7	7
2	2	7	6

кожен з них відчуває свою велику місію. «У журналістів з'явилися нові виклики. Нам потрібно бути більш оперативними, витривалими, мобільнішими, ніж раніше. Наприклад, коли о другій ночі стаються вибухи, ми прокидаємося і починаємо працювати. І неважливо, скільки вдалося поспати. Нам потрібно перебувати на місці подій з моменту вибуху і до того, як рятувальники знайдуть всіх потерпілих. Тому тепер ми не зважаємо на власні емоції, страх і втому. Наша місія у суспільстві у 100 разів збільшилася. Все особисте відсунули на задній план», – зазначає головна редакторка Суспільного Альона Наталуха [13].

Журналісти мають сильну ідентифікацію зі своєю професією. Ця ідентичність може сприяти стійкості та позитивним результатам завдяки наявності факторів, що сприяють здоров'ю, за Антоновським [14], таких як розуміння, керованість та значущість.

Салютогенез Антоновського – це концепція, яка описує процеси, що сприяють збереженню та підтримці здоров'я, незважаючи на стресові ситуації та негативні фактори навколишнього середовища. Згідно з цією концепцією сприяє стресостійкості відчуття контролю – людина, яка відчуває контроль над своїм життям та може впливати на навколишнє середовище, менш схильна до стресу та хвороб; формування резильєнтності – можливість ефективно пристосовуватися до стресових ситуацій та швидко відновлювати емоційний баланс після них [15].

Отже, у контексті салютогенезу рольова ідентичність журналістів може мати позитивний вплив на їхню стійкість та ефективність у роботі, завдяки наявності салютогенних факторів, які допомагають зберігати здоров'я та ефективність. Медіапрацівники мають риси, які сприяють салю-

тогенним ефектам після травми, зокрема, вони звертають увагу на свої емоції, емпатію, екстраверсію, оптимізм та самоефективність. Раніше проведені дослідження також показують, що оптимізм, екстраверсія, низький рівень нейротизму та самостійність-ефективність мають зв'язок із салютогенними ефектами після травми. Ці риси можуть допомогти журналістам зберегти стійкість та уникнути сильних і тривожних емоцій провини, докорів сумління та жалю, які можуть виникнути через їхню професійну діяльність. Ретельне інформування про травму та правильна поведінка можуть забезпечити їм мінімізацію шкоди з усіх боків та допомогти функціонувати у салютогенних рамках.

Важливим обмеженням цього дослідження є невелика вибірка дослідження, але воно триває і сподіваємось, що надалі буде розширена як вибірка, так і перелік методик.

Висновки. Отже, проаналізувавши дослідження та перевіривши їх на коефіцієнт розбіжностей Стьюдента та кореляційний аналіз Пірсона, можна стверджувати, що репортери, які працюють у контакті з подіями та людьми, а також аналізують і обробляють отриману інформацію, мають вищі ментальні показники і більш сформовану резильєнтність. Адже, як зазначалося вище у роботі, соціальний контакт, відчуття вищої мети, інтелектуально-аналітичний рівень знань, які більш притаманні по роду діяльності першій групі, сприяють формуванню резильєнтності. Однак необхідно враховувати, що наша група журналістів перебуває у більш складних ментальних умовах порівняно з кореспондентами. Для обох категорій професіоналів має сенс впроваджувати комплексні методи, тренінги та семінари. Це дозволить журналістам ефективно впоратися з труднощами у складних ситуаціях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Hellerstein D.J., Pinsker H., Rosenthal R.N., Klee S. Supportive therapy as the treatment model of choice. *The Journal of Psychotherapy Practice and Research*. 1994.
2. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. University of Texas at Arlington. 2013. 118 p.
3. Luthans F. Positive Organizational Behavior: Developing and Managing Psychological Strengths. Academy of Management Executive. 2002.
4. Connor K.M., Davidson J.R. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*. 2003.
5. Masten A. Ordinary magic: resilience in development. New York : The Guilford press, 2014.

6. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. University of Texas at Arlington, 2013.
7. Heshmat S. Basics of identity. *Psychology Today*, 8. 2014.
8. Односталко О., Кіреєва З., Бірон Б. Психометричний аналіз адаптованої версії шкали резильєнтності (CD-RISC-10). *Габітус*. 2020. № 14. С. 110–117.
9. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018.
10. Richardson G.E., Neiger B., Jensen S., Kumpfer K. The resiliency model. *Health Education*. 1990.
11. McMahon J. Journalists and trauma: A preliminary study of personal attitudes and coping behaviors. *Journalism Practice*, 8(5). 2004. P. 469–481.
12. Zhen Troy Chen. The emotional impact of newsroom trauma: a study of job-related trauma and its management in the news industry. *Conflict, Trauma and the Media: A Collection of Essays*. 2017. P. 66–86. ТУ–СНАР.
13. Наталуха А. Перший день повномасштабної війни. URL: <https://www.work.ua/articles/career/3073/> (дата звернення: 20.12.24).
14. Antonovsky A. *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*. San Francisco : Jossey-Bass, 1987.
15. Eriksson M. The Sense of Coherence in the Salutogenic Model of Health. 2016 Sep 3. In: Mittelmark MB, Sagy S, Eriksson M, et al., editors. *The Handbook of Salutogenesis* (Internet). Cham (CH) : Springer; 2017. P. 103.

REFERENCES:

1. Hellerstein, D.J., Pinsker, H., Rosenthal, R.N., & Klee, S. (1994). Supportive therapy as the treatment model of choice. *The Journal of Psychotherapy Practice and Research* [in English].
2. Bolton, K. (2013). *The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis*. University of Texas at Arlington [in English].
3. Luthans, F. (2002). Positive Organizational Behavior: Developing and Managing Psychological Strengths. *Academy of Management Executive* [in English].
4. Connor, K.M., Davidson, J.R. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*.
5. Masten, A. (2014). *Ordinary magic: resilience in development*. New York: The Guilford press [in English].
6. Bolton, K. (2013). *The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis*. University of Texas at Arlington [in English].
7. Heshmat, S. (2014). Basics of identity. *Psychology Today*, 8 [in English].
8. Odnostalko, O., Kireeva, Z., & Biron, B. (2020). Psykhometrychnyi analiz adaptovanoi versii shkaly rezylentnosti (CD-RISC-10). *Habitus*. 2020. No. 14 [in Ukrainian].
9. Tytarenko, T.M. (2018). *Psykhologichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloi travmatyzatsii*. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD [in Ukrainian].
10. Richardson, G.E., Neiger, B., Jensen, S., & Kumpfer, K. (1990). *The resiliency model*. *Health Education* [in English].
11. McMahon, J. (2004). Journalists and trauma: A preliminary study of personal attitudes and coping behaviors. *Journalism Practice*, 8(5) [in English].
12. Zhen Troy Chen. (2017). *The emotional impact of newsroom trauma: a study of job-related trauma and its management in the news industry*. *Conflict, Trauma and the Media: A Collection of Essays* [in English].
13. Natalukha, A. *Pershyi den povnomasshtabnoho vtorhnennia*. Retrieved from: <https://www.work.ua/articles/career/3073/> (Last accessed: 20.12.24) [in Ukrainian].
14. Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*. San Francisco: Jossey-Bass [in English].
15. Eriksson, M. (2017). The Sense of Coherence in the Salutogenic Model of Health. 2016 Sep 3. In: Mittelmark MB, Sagy S, Eriksson M, et al., editors. *The Handbook of Salutogenesis* (Internet). Cham (CH): Springer [in English].

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Мушкевич Мирослава Іванівна,

доктор психологічних наук,
професор кафедри практичної психології
та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-3268-5767>

Мушкевич Валентин Олегович,

доктор філософії в галузі психології, докторант
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0003-3593-1086>

Білан Крістіна Віталіївна,

здобувач освіти ОС магістр
факультету психології
Навчально-наукового інституту неперервної освіти
Волинського національного університету імені Лесі Українки

У сучасному світі питання опанувальної поведінки розглядається як один з елементів для існування у навколишньому середовищі. Пристосування та адаптація до різних негативних, стресових чинників вкрай необхідна населенню. Також необхідно розглянути стратегії для військових як окрему гілку опанувальної поведінки. Особливості копінг-стратегій військових полягають у тому, що вони майже постійно перебувають у стресовій ситуації: на навчаннях, у зоні бойових дій, виконуючи завдання за призначенням і навіть повертаючись на місце постійної дислокації, це знову ж таки йде зміна середовища й адаптація до нього. Внаслідок проведеного наукового дослідження виділено, що серед опитуваних військовослужбовців Збройних сил України найбільш значимими є такі копінг-стратегії, як проблемно-орієнтована копінг-стратегія, для якої характерними є вирішення проблеми, аналіз ситуації, вибудовування плану дії, пошуку інформації. Також активно використовується копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки, яка характеризується взаємодією з оточуючими для подолання труднощів. Зазначено, що найменше вираженими у використанні є такі стратегії, як копінг-стратегія, орієнтована на уникнення, за якої людина намагається ухилитися від виниклої проблеми, та емоційно-орієнтована копінг-стратегія, для якої характерне врегулювання емоційного напруження. Встановлено, що військовослужбовці досить стійкі до стресу за всіма показниками. Для військовослужбовців Збройних сил України важливими є показники за шкалою «Комунікативні особливості», яка характеризується вмінням побудови міжособистісних відносин у колективі. Найменший відсоток має шкала «Нервово-психологічна стійкість», яка визначає схильність та толерантність до несприятливих дій професійної діяльності. Доведено малозначущість стратегії дистанціювання, яка являє собою когнітивні зусилля з віддалення від стресової ситуації, а також зменшення її значення.

Ключові слова: копінг-стратегії, військовослужбовці, психологічна стійкість, соціальна підтримка, стресова ситуація, психологічне здоров'я.

Mushkevych Myroslava, Mushkevych Valentyn, Bilan Christina. Coping strategies and psychological health of military servants

In the modern world, the issue of coping behavior is considered to be one of the elements necessary for the existence in the environment. Adjustment and adaptation to various negative, stressful factors is extremely necessary for the population. It is also necessary to consider strategies for the military as a separate branch of coping behavior. The peculiarities of coping strategies for the military are that they are almost constantly in a stressful situation: during

exercises, in the combat zone, performing tasks as assigned and even returning to the place of permanent deployment, this is again a change in the environment and adaptation to it. As a result of the conducted scientific study, it was highlighted that among the surveyed servicemen of the Armed Forces of Ukraine, the most significant are such coping strategies as problem-oriented coping strategy, which is characterized by solving the problem, analyzing the situation, building an action plan, searching for information. The coping strategy of seeking social support, which is characterized by interaction with others to overcome difficulties, is also actively used. It is noted that the least expressed in use are such strategies as the avoidance-oriented coping strategy, in which a person tries to evade the problem that has arisen, and the emotionally-oriented coping strategy, which is characterized by the regulation of emotional tension. It was established that military personnel are sufficiently resistant to stress by all indicators. For military personnel of the Armed Forces of Ukraine, the indicators on the "Communication Features" scale, which is characterized by the ability to build interpersonal relationships in the team, are important. The "Neuro-psychological Stability" scale, which determines the predisposition and tolerance to adverse effects of professional activity, has the lowest percentage. The insignificant significance of the distancing strategy, which is a cognitive effort to distance oneself from a stressful situation, as well as to reduce its significance, has been proven.

Key words: coping strategies, military personnel, psychological stability, social support, stressful situation, psychological health.

Постановка проблеми. Військовослужбовці у своїй діяльності завжди підлягають високому рівню стресогенності, який характеризується регулярним висуванням вимог до їхньої психічної діяльності та й цілком до особистості. Необхідність бути компетентним у своїй справі, чітко усвідомлювати і прораховувати кожен свій крок (особливо це важливо зараз, під час війни, коли від дій керівника і його наказів залежать людські життя), мати холодний розум, але також не забувати про людяність, приймати рішення за обмеженого обсягу інформації і часу, виявляти емоційну стійкість – ось маленька частина того, що має виконувати військовослужбовець. Серед такої великої кількості вимог, ситуацій, які виникають у військовослужбовців, і виникає стрес, який відображає специфіку роботи.

У публікації С. Василенка «Особливості психологічної реабілітації особового складу військ (сил) Збройних сил України (з урахуванням досвіду антитерористичної операції та операції об'єднаних сил)» представлено, що якість професійної діяльності військовослужбовця залежить від рівня його активності, спрямованої на протидію негативному впливу стрес-факторів бойової обстановки; характеру застосовуваних ним способів подолання дестабілізуючого впливу бойових стресорів на психіку, поведінку і життєдіяльність загалом; наявності у військовослужбовця досвіду копінг-поведінки в бойовій обстановці і його змісту [1].

Звичайно, військовий, який прийшов на службу, – це вмотивована людина, яка знає, для чого вона тут. Як зазначено у дослідженні Н. Гуртовенка, поняття «мотивація» – це сукупність усіх факторів (як особистісних, так і ситуаційних), які визначають діяльність особистості та визначають напрям її діяльності, за якого стимулюючі фактори можуть бути розподілені на дві групи. До першої групи відносять потреби та інстинкти як джерела діяльності, а до другої групи – мотиви як причини, що визначають орієнтацію поведінки чи діяльності [2].

Але, перебуваючи у соціумі, кожна особистість у колективі проявляється по-різному. У статті О. Лісової, Т. Нечитайла та Г. Фесунможна «Особливості прояву агресії у військовослужбовців з умовами служби і званнями» виокремлюють 6 типів поведінки військовослужбовців: «нестійкий», «конфліктно-збудливий», «егоцентричний», «гальмуючий», «недовірливий», «обмежений». Агресивність виявляється у разі нестійкого, конфліктно-збудливого, егоцентричного типів поведінки.

Так, військовослужбовці з нестійким типом поведінки мало здатні до контролю своїх почуттів. Військовослужбовці з конфліктно-збудливим типом поведінки застосовують засоби фізичного примусу з погрозами про розправу, вимагання грошей щодо фізично слабких або молодших за віком осіб. За егоцентричного типу

поведінки військовослужбовці схильні підкреслювати свою зневагу до оточуючих і протиставляти себе колективу, схильні до бравади, цинічних розмов, проявляють вербальну та фізичну агресію [3]. У цьому випадку хочемо звернути увагу на дослідження науковця Л. Гачак-Величко, де зазначено, що військовий колектив – це високоорганізована, невелика за розміром спільність військовослужбовців, яка досягла високого рівня розвитку, призначена для захисту Батьківщини, що характеризується згуртованістю, розвинутою колективною психологією і спроможністю протистояти як різним внутрішнім, так і зовнішнім негативним впливам [4].

Також актуальним у цьому контексті є дослідження науковця Л. Карамушки, де визначено поняття «психічне здоров'я персоналу», у якому дослідниця виділяє три складники прояву феномену здоров'я в організації: індивідуальне здоров'я окремого працівника, здоров'я персоналу конкретної організації і здорова організація. При цьому наголошується, що здорова організація орієнтована на підтримку індивідуального здоров'я окремого працівника та здоров'я персоналу конкретної організації, що передбачає гармонію і оптимум усіх складників здорової організації [5; 6; 7]. Тому можна зробити висновок, що психологічний стан окремої людини впливає на стан усього колективу.

Загально визначеними показниками спеціального рівня розвитку військової групи як військової частини є: єдність мети і завдань, захист інтересів Українського народу та держави, суспільно корисна бойова діяльність кожного військовослужбовця, яка спрямована на підтримання постійної бойової готовності частини, матеріальна цінність і одиниця емоційної цінності, спілкування та посередництво в міжособистісних стосунках через цілі та завдання військової діяльності, високий рівень життєдіяльності організації та здатність до самоуправління і самоорганізації, оптимальні показники згуртованості. Усі ці елементи, зазначає В. Готич, сприяють адаптації до стресових чинників і нетипових ситуацій і сприяють психологічній стійкості як динамічному конструкту, що являє собою безперервний і активний процес позитивної адаптації людини в кризових умовах [8].

Бойовій діяльності властиві адаптаційні механізми, але повної адаптації до умов бою ніколи не настає, оскільки людина не в змозі звикнути до постійної загрози її життю. Тому в бойових умовах відбувається зрив адаптації – такий висновок та аналіз зробили А. Денисова та Ю. Живоглядів. Дослідники виявили, що менше половини фахівців після виконання службових обов'язків в екстремальних умовах демонструють здатність продовжувати ефективну дію [9]. Тому психологічна стійкість є одним з важливих елементів, на який потрібно звернути увагу, також як доповнення до покращення вибору правильної копінг-стратегії.

Для військовослужбовця, як зазначено у дослідженні Т. Бульчик та В. Мушкевича, чинниками психічної травматизації виділяють реальну загрозу життю. Як приклад дослідники презентують перебування на позиціях без особливого захисту, можливість підризу на вибухових пристроях, можливості загибелі під вогнем, очікування можливості загострення ситуації, необхідність бачити тіла загиблих, спілкуватися з важко пораненими. Виділено також чинники, які спостерігаються у полонених і проявляються у вигляді стану невизначеності та невідомості, відсутності вірогідної інформації, небезпеки непередбачуваних дій терористів, тяжких побутових умов, відсутності їжі, води, можливостей задовольнити природні потреби, чутки про значну кількість у полоні, загроз, що спричиняли думки про розправу та загибель [10]. Ці чинники впливають на формування стресу в особистості.

У своїй праці «Особливості психоемоційного стану військовослужбовців під час виконання бойових завдань» В. Овод та Б. Опальчук визначають, що успішність виконання професійних дій військовослужбовцем в умовах, пов'язаних з виконанням бойових завдань, здебільшого залежить від перенесеної психологічної напруги. Психологічна напруга є цілісним особистісним психологічним станом, який формує цілісне психологічне навантаження і ці особистісні навантаження потребують негайного подолання.

Психологічна напруга сприяє діям військовослужбовців, військовий стає енергійним, активним, швидким, поліпшується

увага, посилюється мотивація, проявляється рішучість і сміливість, відчувається внутрішній підйом, почуття сили, інтерес. Але лишень психологічна напруга переходить межу, виникає перенапруженість, яка негативно відображається на діях військовослужбовця: втрачається гнучкість і спроможність діяти з урахуванням ситуації, порушується координація рухів, загальмовуються рухові реакції, виникає почуття безсилля, слабкість у ногах, з'являються безглузді помилки в професійних діях, навичках, уміннях [11].

У дослідженні психологічних особливостей психічних станів військовослужбовців В. Мушкевич визначає, що військовослужбовці схильні до впевненості у собі та своїх силах, проте вони не завжди готові приймати нововведення та мають проблеми з адаптацією до змін, намагаються самостійно контролювати ситуацію, яка виникає у житті. Вченим встановлено, що в учасників бойових дій переважає середній рівень прояву таких психологічних станів, як тривожність, фрустрація, що породжує певні особливості у структурі особистості та її функціонування у соціумі. Відповідно до даних дослідження виявлено, що у військовослужбовців яскраво виражені стани ригідності та агресії, де ригідність свідчить про слабку адаптацію до нововведень, а агресія проявляється у вибухових реакціях на події та ситуації, що виходять за межі контролю [12; 13]. Щоб опанувати бойовий стрес, використовують низку копінг-стратегій, таких як: проблемно-орієнтовна, емоційно-орієнтована, пошук соціальної підтримки, уникання та відволікання.

Проблемно-орієнтовна копінг-стратегія характеризує когнітивно-поведінкові процеси, за яких відбувається аналіз ситуації, пошук альтернативних рішень, зменшення впливу стресу, позитивна налаштованість. Науковці С. Корсун, Т. Ткачук вважають, що проблемно-орієнтовна стратегія зменшує вплив стресу та надмірне психологічне напруження військовослужбовця, активує його когнітивну сферу і сприяє розвитку критичного мислення, тому вона є ефективною в кризових ситуаціях і бойових умовах, завдяки чому воїн може приймати та відстоювати зважені рішення й шукати нові шляхи подолання проблем [14].

Емоційно-орієнтована копінг-стратегія спрямована на підкорення емоційного стану, відчуттів, дії. Науковці С. Корсун, Т. Ткачук описують емоційно-орієнтовану стратегію як відображення прагнення регулювати власний емоційний стан, відчуття і дії в бойовій ситуації. На фізіологічному рівні можуть змінюватись функціонування кровоносної, дихальної, травної та інших систем організму. Такі стани дисфункціонування відбуваються під впливом емоцій. Якщо такий вплив емоцій відбувається під час бойових дій, це може призвести до афективних проявів і спричинити значну психоемоційну травматизацію особистості. Позитивні емоції мобілізують сили особистості, прискорюють процес одужання у разі травматизації, створюють сприятливий клімат тощо [14].

Пошук соціальної підтримки спрямований на отримання розуміння від інших людей та активну взаємодію від соціуму. Українські вчені Л. Будагьянц В. Осьодло зазначили, що військовослужбовці застосовують стратегію пошуку соціальної підтримки. Отримання розуміння і підтримки інших людей та взаємодія із соціальним середовищем (це може бути сім'я, родичі, друзі, колеги), також потреба в емпатії, емоційній підтримці та духовній опорі є характеристиками копінг-стратегії соціальної підтримки. Дослідники визначили, що застосування цієї стратегії сприяє збільшенню впевненості у собі, своїй цінності, розумінні, а також значимості у суспільстві. При цьому зменшується негативний вплив стресових чинників, покращується психічне здоров'я, благополуччя та відчуття захищеності. Однак за надмірності і недоречності соціальна допомога може викликати зворотний процес [15].

Отже, зважаючи на те, що військовослужбовець – це професіонал справи у своїй галузі, він може зустрітися з такою проблемою, як психологічна невідповідність. Тому важливо проводити заняття, тренінги з військовослужбовцями у місці їх постійного розташування, щоб вони розуміли, що таке стрес, бойовий стрес, бойова психотравма, надати їм рекомендації, підготувати, щоб у військовослужбовців сформувалася своя копінг-стратегія для подолання проблеми, яка виникне. Це набагато швидше і ефективніше буде

діяти, коли військовослужбовець буде на полі бою, адже він буде психологічно підготовлений до стресової ситуації.

Наше емпіричне дослідження копінг-стратегій військовослужбовців проводилося на базі психодіагностичної лабораторії кафедри практичної психології та психодіагностики Волинського національного університету імені Лесі Українки та на базі військової частини Волинської області, у військових силах правопорядку Рівненської області, на виїзних взводах радіотехнічних військ повітряних сил, військової частини командування сил логістики Міністерства оборони Київської області та у сухопутних військах на першій лінії Донецької області в онлайн-режимі. Вибіркову сукупність становили 69 військовослужбовців, серед яких було виділено чотири родів військ (сухопутні війська, радіотехнічні війська повітряних сил, військова служба порядку, командування сил логістики Міністерства оборони).

Вік військовослужбовців варіював від 20 до 59 років. Серед них – 23,1% віком 20–29 років, 36,2% військовослужбовців від 30 до 39 років, 27,5% – військовослужбовці віком 40–49 років та 13,1% – віком від 50 до 59 років. Військовослужбовці перебували у різних дислокаціях (місця проведення бойових дій, постійного місця дислокації, виїзному взводі).

Метою дослідження є аналіз психологічних особливостей прояву копінг-стратегій військовослужбовців, проведення психодіагностики найбільше виражених копінг-стратегій в умовах ситуації військових дій.

Результати дослідження. У дослідженні було встановлено, що серед опитуваних військовослужбовців було 86,9% представників чоловічої статі та 13,1% жіночої статі. 62,3% проходять службу в Збройних силах до 5 років, 27,5% – від 5 до 10 років, 7,2% – від 11 до 20 років, 2,9% – більше 20 років. 75,4% брали участь у бойових діях, 24,7% не брали участь у бойових діях. 69,6% становили опитувані, які проживають у місті, 18,8% – опитувані, які проживають у сільській місцевості, та 11,6% опитувані, які проживають у селищі. Також в опитуваних дослідили сімейний стан та тип сім'ї. Респонденти відповіли, що 84,1% пере-

бувають у повній сім'ї, 15,9% перебувають у неповній. Серед військовослужбовців 58,0% одружених, 15,9% розлучених, 26,1% не в шлюбі.

Серед військовослужбовців 26,1% перебувають у сухопутних військах, 27,5% – радіотехнічних військах повітряних сил, 8,7% становили військові, які перебувають на службі у військах служби порядку, та 37,7% становлять військовослужбовці, які перебувають у командуванні сил логістики Міністерства оборони.

Аналіз результатів дослідження. Емпіричне дослідження проводилось в декілька етапів: підготовка до дослідження, збирання інформації, обробка інформації, інтерпретація даних та аналіз отриманих результатів. Основним завданням нашої наукової роботи було дослідження копінг-стратегій військовослужбовців. Для проведення і аналізу емпіричних даних ми використали такі методи, як бесіда, анкетування, тестування.

Метод бесіди був використаний для уточнення даних респондентів, обговорення та застосування копіngu та надання інструкцій щодо виконання кожного елементу методик. Також бесіда передбачала питання військовослужбовцям щодо поняття «копінг-стратегії».

Для дослідження копінг-стратегій у військовослужбовців було розроблено та проведено анкетування. У анкетах містилися питання щодо віку, статі, роду військ, скільки часу в Збройних силах, чи брали участь у бойових діях, сімейний стан, місце проживання. Анкетування проводилося анонімно для з'ясування біографічних даних.

Для тестування використовувалися такі методики, як: опитування та регресійний аналіз подолання труднощів у різних галузях психічної діяльності, копінг-стратегій (автори Р. Лазарус та С. Фолькман); методика копінг-поведінки у стресових ситуаціях CISS (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер); методика індикатор копінг-стратегій (Дж. Амірхан); Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (А. Маклакова і С. Чермяніна).

Усі вищезгадані методи та методики використовувались у комплексі. Також використовувався метод математичної статистики. З математичних методів дослідження вико-

ристовувались статистичний метод, кореляційний аналіз, факторний аналіз.

Відповідно до проведеного емпіричного дослідження за допомогою методів та методик ми отримали такі результати.

Відповідно до результатів аналізу, здійснених за допомогою бесіди, хочемо зазначити, що серед опитаних військовослужбовців 43,7% орієнтуються в понятті «опанувальна поведінка». Розуміння поняття «вирішення проблеми» виявлено у 65,6% опитуваних військовослужбовців, на питання про поняття «втеча-уникнення проблеми» та «соціальна підтримка» серед респондентів відповіли лише 39,2%.

Відповідно до аналізу анкети отримали такі дані. Серед військовослужбовців 26,1% перебуває у сухопутних військах, 27,5% – у радіотехнічних військах повітряних сил, 8,7% військових перебувають на службі у військах служби порядку та 37,7% становлять військовослужбовці, які перебувають у командуванні сил логістики Міністерства оборони.

Аналіз результатів, отриманих за результатом методики «Опитування та регресійний аналіз подолання труднощів у різних галузях психічної діяльності, копінг-стратегій», дозволив нам виявити, що серед копінг-стратегій військовослужбовців виявлено таку послідовність розстановки копінгу. Найбільш вираженим показником – 14,5% – є позитивна переоцінка, 14,4% становить втеча-уникнення, 14,1% – планування вирішення проблеми та 13,9% – самоконтроль. Наступною копінг-стратегією військові з показником 12,1% визначили пошук соціальної підтримки, далі 11,3% – конфронтаційний копінг. Наступна за рангом з показником 10,8% копінг-стратегія дистанціювання. На останньому місці копінг-стратегій визначено стратегію прийняття відповідальності – 8,9%. Дані цього дослідження представлені на рис. 1.

Можемо зазначити, що серед військовослужбовців найбільш використовуваними копінг-стратегіями є позитивна переоцінка, що характеризує собою використання зусиль зі створення позитивних думок і особистісного зростання, та втеча-уникнення, яка характеризується поведінковими зусиллями щодо втечі або уникнення проблем.

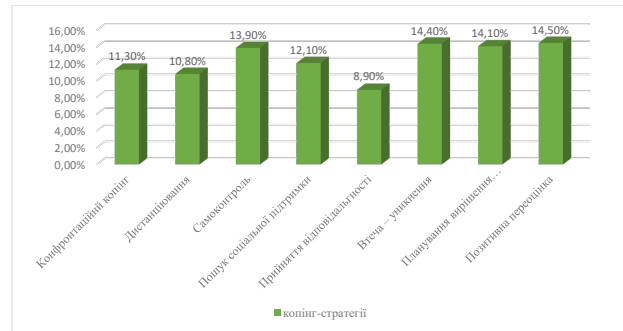


Рис. 1. Відсоткове співвідношення виявлення копінг-стратегій за методикою «Опитування та регресійний аналіз подолання труднощів у різних галузях психічної діяльності, копінг-стратегій»

Найменш вираженими у використанні становлять стратегія прийняття відповідальності, роль якої являє собою когнітивні зусилля з віддалення від складеної ситуації, а також зменшення її значення. Середні значення мають у використанні такі копінг-стратегії, як конфронтаційний копінг, який характерний тим, що веде активні дії щодо зміни ситуації, інколи може бути агресивним, та пошук соціальної підтримки, для якої характерний пошук інформації, а також зовнішня підтримка. Третина опитуваних військовослужбовців виділяють самоконтроль як використання зусиль щодо регулювання своїх почуттів, та використовується копінг-стратегія планування вирішення проблем, за якої використовуються доволі проблемно-фокусовані зусилля щодо зміни ситуації.

Наступною в інтерпретації результатів дослідження копінг-стратегій військовослужбовців стала методика «копінг-поведінки у стресових ситуаціях CISS». Встановлено, що у 23,9% респондентів виявлено проблемно-орієнтовну копінг-стратегію, у 16,8% виражена емоційно-орієнтована копінг-стратегія. Копінг-стратегія, орієнтована на уникнення, виявлена у 18,5% опитуваних військовослужбовців, копінг-стратегія відволікання характерна для 17,7% респондентів, копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки, цінність власного престижу виявлена у 23,1%. Дані цього дослідження представлені на рис. 2.

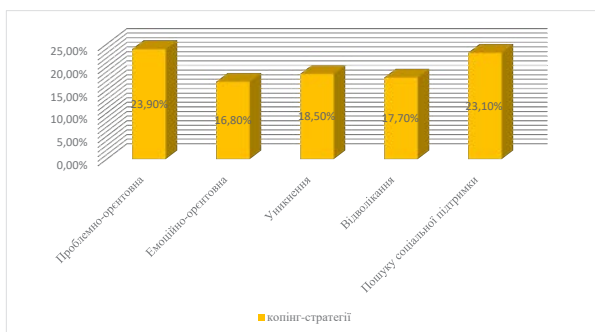


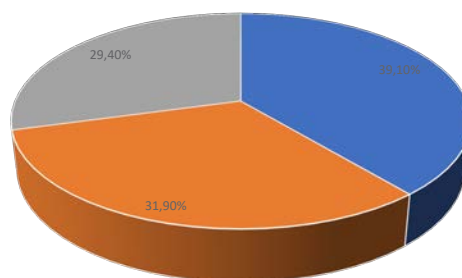
Рис. 2. Відсоткове співвідношення виявлення копінг-стратегій за методикою «копінг-поведінки у стресових ситуаціях CISS»

Як бачимо з рисунка 2, у значній кількості військовослужбовців різних родів військ вираженими копінг-стратегіями є проблемно-орієнтовна копінг-стратегія, для якої характерними є вирішення проблеми, аналіз ситуації, вибудовування плану дії, пошуку інформації. Також активно використовується копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки, яка характеризується взаємодією з оточуючими для подолання труднощів. Менш вираженими у використанні є такі стратегії, як копінг-стратегія, орієнтована на уникнення, за якої людина намагається ухилитися від виниклої проблеми, та копінг-стратегія відволікання. Найменш вираженою є емоційно-орієнтована копінг-стратегія, для якої характерне врегулювання емоційного напруження.

Аналіз результатів методики «Індикатор копінг-стратегій» встановив, що для 39,1% опитуваних військовослужбовців притаманне використання копінг-стратегії вирішення проблеми, 31,9% притаманне використання копінг-стратегії пошуку соціальної підтримки, копінг-стратегію уникнення проблеми виявлено у 29,4% респондентів. Дані цього дослідження представлені на рис. 3.

Як бачимо з рисунка 3, найбільшою мірою у військовослужбовців виражена копінг-стратегія вирішення проблеми, для якої характерним є те, що вона спрямована на активні дії для подолання стресових ситуацій та інших проблем, що виникають. Наступною за використанням є копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки, яка характеризується взаємодією з оточуючими людьми для подолання склад-

ної ситуації. Третьою за використанням є копінг-стратегія уникнення проблеми, за допомогою якої виникає прагнення уникати будь-якими способами проблеми.



• Вирішення проблеми • Пошук соціальної підтримки • Уникнення проблеми

Рис. 3. Визначення типу використання копінг-стратегій за методикою «Індикатор копінг-стратегій»

За допомогою методики «Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» визначили, що 34,6% опитуваних військовослужбовців мають адаптивні здатності, 30,8% – нервово-психологічну стійкість, для 39,3% військовослужбовців становить шкала комунікативних особливостей, а моральна нормативність – 37,6%. Дані цього дослідження представлені на рис. 4.

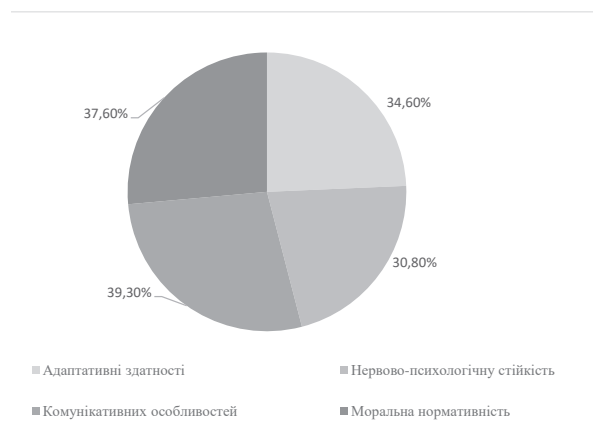


Рис. 4. Відсоткове співвідношення показників за методикою «Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність»

Як бачимо з рисунка 4, більшість військовослужбовців досить стійкі до стресу за всіма показниками. Шкала «Комунікативні особливості» показала найбільшу вира-

женість і характеризується вмінням побудови міжособистісних відносин у колективі. Наступною виражено шкалу «Моральна нормативність», яка характеризує здатності дотримуватись норм моральної поведінки, вміння співпрацювати у колективі. Далі за ієрархією перебуває шкала «Адаптивні здібності», яка спрямована на визначення професійної діяльності та мотивації. Найменший відсоток має шкала «Нервово-психологічна стійкість», яка визначає схильність та толерантність до несприятливих дій професійної діяльності.

Висновки. Отже, аналіз результатів нашого дослідження встановив такі узагальнення. Досліджено, що серед опитуваних військовослужбовців Збройних сил України найбільш значимими є такі копінг-стратегії, як позитивна переоцінка, що характеризує собою використання зусиль зі створення позитивних думок і особистісного зростання, та втеча-уникнення, яка характеризується поведінковими зусиллями щодо втечі або уникнення проблеми.

Доведено, що найменш вираженою у використанні є стратегія прийняття відповідальності та дистанціювання, яка являє собою когнітивні зусилля з віддалення від складної ситуації, а також зменшення її значення.

Проаналізовано, що третина опитуваних військовослужбовців виділяють самоконтроль як використання зусиль щодо регулювання своїх почуттів та планування вирішення проблеми, як використання довільно проблемно-фокусованих зусиль щодо зміни ситуації.

Досліджено, що у великій кількості військовослужбовців різних родів військ вираженими копінг-стратегіями є стратегія пошуку соціальної підтримки, яка

характеризується взаємодією з оточуючими для подолання труднощів, та проблемно-орієнтовна копінг-стратегія, для якої характерними є вирішення проблеми, аналіз ситуації, вибудовування плану дії, пошуку інформації. Менш вираженими є такі копінг-стратегії, як орієнтація на уникнення, за якої людина намагається ухилитися від виниклої проблеми, та копінг-стратегія відволікання. Найменш вираженою є емоційно-орієнтована копінг-стратегія, для якої характерне врегулювання емоційного напруження.

Доведено, що найбільшою мірою у військовослужбовців виражена копінг-стратегія вирішення проблеми, для якої характерним є те, що вона спрямована на активні дії для подолання стресових ситуацій та інших проблем, що виникають. Другою за використанням є копінг-стратегія з пошуку соціальної підтримки, яка характеризується взаємодією з оточуючими людьми для подолання складної ситуації. Третьою щодо використання є стратегія уникнення проблеми – прагнення уникати будь-якими способами проблеми.

Встановлено, що військовослужбовці досить стійкі до стресу за всіма показниками. Для військовослужбовців Збройних сил України вираженою є шкала «Комунікативні особливості», яка характеризується вмінням побудови міжособистісних відносин у колективі, та шкала «Моральна нормативність», що характеризує здатності дотримуватись норм моральної поведінки, вміння співпрацювати у колективі.

Подальші наші дослідження будуть спрямовані на виявлення та вивчення копінг-стратегій військовослужбовців та розробку програми розвитку успішних копінг-стратегій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Василенко С. Психологічна реабілітація в системі психологічного забезпечення підготовки та застосування військ (сил) Збройних сил України в сучасних умовах. *Вісник Національного університету оборони України*. Випуск № 1. 2019. С. 5–10. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2019_1 3.
2. Гуртовенко Н. Вплив агресивності особистості на мотивацію досягнення успіху. *Психологічні студії*. Випуск № 2. 2023. С. 51. URL: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.2.6>.
3. Нечитайло Т., Лісова О., Фесунможна Г. Особливості прояву агресії у військовослужбовців з умовами служби і званнями. *Психологічні студії*. № 2. 2022. <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.2.10>.
4. Гачак-Величко Л. Психологічні засади колективних настроїв у Збройних силах України. *Психологічні студії*. Випуск 2. 2023. URL: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.2.5>.

5. Карамушка Л., Снігур Ю. Психологія вибору копінг-стратегій керівниками освітніх організацій : монографія. Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 188 с.
6. Карамушка Л., Карамушка Т., Креденцер О., Трофімов А. Зв'язок копінг-стратегій у кризових ситуаціях у військових, які зазнали ампутації, з їх освітньо-професійними характеристиками. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. С. 26–36. URL: <http://orgpsy-journal.in.ua/index.php/oper/article/view/377>.
7. Карамушка Л. Копінг-стратегії персоналу освіти та науки організацій під час війни: рівень враженості та зв'язок з психічним здоров'ям. *Журнал сучасної психології*, № 4 (27), 2022. С. 33. URL: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4-4>.
8. Готич В. Структурна модель психологічної стійкості студентів в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Психологія*. Випуск 1. 2023. С. 22. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.1.4>.
9. Живоглядюв Ю., Денисова А. Психологічні особливості професійної самосвідомості військових психологів. *Вчені записки Університету «Крок»*. Випуск № 4 (68). 2022. С. 118. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-68-115-122>.
10. Бульчик Т., Мушкевич В. Емоційні та поведінкові прояви військовослужбовців, що перебувають в зоні бойових дій. *Психологічні студії*. Випуск 1. 2022. URL: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.1.5>.
11. Опальчук Б.В., Овод В.Д. Особливості психоемоційного стану військовослужбовців під час виконання бойових завдань. *Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи* : Матеріали IV міжнар. наук.-практ. конф. Київ, 2019. С. 168–171.
12. Мушкевич В., Пасічник Л. Психологічні особливості копінг-поведінки військовослужбовців та цивільного населення в умовах бойових дій. *Психологічні перспективи*. Випуск 40. 2022. С. 104–120. URL: <https://psychoprospects.vnu.edu.ua/index.php/psychoprospects/article/view/839>.
13. Мушкевич В. Показники психологічного здоров'я військовослужбовців. *Психологічні студії*. 2. 2022. URL: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.2.9>.
14. Корсун С., Ткачук Т. Копінг-стратегії як складові копінг-поведінки особистості. 2019. URL: <https://www.myslenedrevo.com.ua/uk/Sci/Philosophy/PsychologyTax/2/3/1.htm>.
15. Осьодло В., Будагьянц Л. Сучасні контексти концепту моральної готовності військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*, № 73(3), 2023. С. 106–114. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-106-114>.

REFERENCES:

1. Vasylenko, S. (2019). *Psykhologichna reabilitatsiya v systemi psykhologichnoho zabezpechennya pidhotovky ta zastosuvannya viys'k (syl) Zbroynykh syl Ukrayiny v suchasnykh umovakh* [Psychological rehabilitation in the system of psychological support for the training and use of the troops of the Armed Forces of Ukraine in modern conditions]. *Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrayiny*, 1, 5–10. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2019_13 [in Ukrainian].
2. Hurtovenko, N. (2023). *Vplyv ahresyvnosti osobystosti na motyvatsiyu dosyahnennya uspikhu* [The influence of personality aggressiveness on the motivation to achieve success]. *Psykhologichni studiyi*, 2, 51. Retrieved from: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.2.6> [in Ukrainian].
3. Nechytaylo, T., Lisova, O., & Fesunmzhna, H. (2022). *Osoblyvosti proyavu ahresiyi u viys'kovosluzhbovtziv z umovamy sluzhby i zvannyamy* [Peculiarities of the manifestation of aggression in military personnel with terms of service and ranks]. *Psykhologichni studiyi*. <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.2.10> [in Ukrainian].
4. Hachak-Velychko, L. (2023). *Psykhologichni zasady kolektyvnykh nastroyiv u Zbroynykh sylakh Ukrayiny* [Psychological foundations of collective moods in the Armed Forces of Ukraine]. *Psykhologichni studiyi*, 2. <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.2.5> [in Ukrainian].
5. Karamushka, L., & Snihur, Yu. (2024). *Psykhohiia vyboru kopinh-stratehiy kerivnykamy osvitnikh orhanizatsiy* [Psychology of the choice of coping strategies by the

heads of educational organizations]: Monohrafiya. Instytut psykholohiyi im. H.S. Kostyuka NAPN Ukrainy, 88 [in Ukrainian].

6. Karamushka, L., Karamushka, T., Kredentser, O., & Trofimov, A. (2023). Zv'yazok kopinh-stratehiy u kryzovykh sytuatsiyakh u viys'kovykh, yaki zaznaly amputatsiyi, z yikh osvith'o-profesiynymy kharakterystykamy [The relationship of coping strategies in crisis situations in military personnel who have undergone amputations with their educational and professional characteristics]. *Orhanizatsiyna psykholohiya. Ekonomichna psykholohiya*, 26–36. Retrieved from: <http://orgpsy-journal.in.ua/index.php/o pep/article/view/377> [in Ukrainian].

7. Karamushka, L. (2022). Kopinh-stratehiyi personalu osvity ta nauky orhanizatsiy pid chas viyny: riven' vrazhenosti ta zv'yazok z psykhhichnym zdorov'yam [Coping strategies of education and science personnel of organizations at the time of the war: the level of shock and the connection with the mental health]. *Zhurnal suchasnoyi psykholohiyi*, 4 (27), 33. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4-4> [in Ukrainian].

8. Hotych, V. (2023). Strukturna model' psykholohichnoyi stiykosti studentiv v umovakh viyny [Structural model of psychological resilience of students in the war conditions]. *Naukovyy visnyk Uzhhorods'koho natsional'noho universytetu. Seriya Psykholohiya*, 1, 22. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.1.4> [in Ukrainian].

9. Zhyvohlyadov, Yu., & Denysova, A. (2022). Psykholohichni osoblyvosti profesiynoyi samosvidomosti viys'kovykh psykholohiv [Psychological features of the professional self-awareness of military psychologists]. *Vcheni zapysky Universytetu «Krok»*, 4 (68), 118. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-68-115-122> [in Ukrainian].

10. Bul'chuk, T., & Mushkevych, V. (2022). Emotsiyni ta povedinkovi proyavy viys'kovosluzhbovtziv, shcho perebuvayut' v zoni boyovykh diy [Emotional and behavioral manifestations of military personnel in the combat zone]. *Psykholohichni studiyi*, 1. <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.1.5> [in Ukrainian].

11. Opal'chuk, B.V., & Ovod, V.D. (2019). Osoblyvosti psykhoemotsiynoho stanu viys'kovosluzhbovtziv pid chas vykonannya boyovykh zavdan' [Peculiarities of the psycho-emotional state of military personnel during combat missions]. *Viys'kova psykholohiya u vymirakh viyny i myru: problemy, dosvid, perspektyvy: Materialy IV mizhnar. nauk.– prakt. konf. Kyiv*, 168–171 [in Ukrainian].

12. Mushkevych, V., & Pasichnyk, L. (2022). Psykholohichni osoblyvosti kopinh-povedinky viys'kovosluzhbovtziv ta tsyvil'noho naselennya v umovakh boyovykh diy [Psychological features of coping behavior of military personnel and civilians in combat conditions]. *Psykholohichni perspektyvy*, 40, 104–120. Retrieved from: <https://psychopropects.vnu.edu.ua/index.php/psychopropects/article/view/839> [in Ukrainian].

13. Mushkevych, V. (2022). Pokaznyky psykholohichnoho zdorov'ya viys'kovosluzhbovtziv [Indicators of psychological health of military personnel]. *Psykholohichni studiyi*, 2. <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.2.9> [in Ukrainian].

14. Korsun, S., & Tkachuk, T. (2019). Kopinh-stratehiyi yak skladovi kopinh-povedinky osobystosti [Coping strategies as the components of the coping behavior of the personality]. Retrieved from: <https://www.myslenedrevo.com.ua/uk/Sci/Philosophy/PsychologyTax/2/3/1.htm> [in Ukrainian].

15. Os'odlo, V., & Budah'yants, L. (2023). Suchasni konteksty kontseptu moral'noyi hotovnosti viys'kovosluzhbovtziv [Modern contexts of the concept of moral readiness of military personnel]. *Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrainy*, 73(3), 106–114. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-106-114> [in Ukrainian].

АКСІОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФЕНОМЕНОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ ГРУП ПІДТРИМКИ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО АНАЛІЗУ

Ніколаєв Леонід Олегович,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології,

завідувач навчально-методичної лабораторії психології групової роботи

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

<https://orcid.org/0000-0001-6506-4871>

У статті окреслено теоретико-методологічні засади дослідження аксіологічних детермінант феноменології діяльності груп підтримки в умовах воєнного стану. Визначено три фундаментальні механізми впливу аксіологічних детермінант на ефективність групової підтримки: ціннісна інтеграція, екзистенційне переосмислення та соціальна консолідація. Доведено, що ці механізми забезпечують не лише терапевтичний ефект групової роботи, але і сприяють формуванню нової соціальної реальності в умовах воєнного часу. У процесі дослідження здійснено порівняльну характеристику аксіологічних детермінант групової підтримки в мирний час та в умовах війни. Виявлено фундаментальні відмінності у характері групової динаміки та ціннісних орієнтаціях: трансформацію домінуючих цінностей від індивідуального розвитку до колективного виживання та взаємопідтримки; зміну характеру групової взаємодії від структурованої до кризово-орієнтованої; переорієнтацію фокусу психологічної роботи від особистісних проблем до травматичного досвіду та екзистенційних криз. Встановлено, що трансформація ціннісно-сислової сфери має системний характер і проявляється на когнітивному (переосмислення життєвих цінностей), емоційному (посилення емпатійних зв'язків) та поведінковому (розвиток адаптивних механізмів) рівнях групової взаємодії. Виявлено специфічні феномени групової динаміки в контексті роботи з воєнною травмою: ціннісної консолідації, екзистенційного резонансу та травматичного зростання. Обґрунтовано, що ці феномени відображають глибинні процеси трансформації травматичного досвіду та формування нових адаптивних механізмів у груповому контексті. Розроблено практичні рекомендації щодо впровадження трирівневої моделі підготовки фасилітаторів, що включає розвиток компетенцій у сфері ціннісної інтеграції, формування навичок екзистенційного переосмислення та розвиток здібностей соціальної консолідації. Сформульовано методичні рекомендації щодо створення безпечного простору для травматичного зростання, формування ціннісно-орієнтованого підходу до групової роботи та інтеграції культурно-специфічних аспектів.

Ключові слова: аксіологічні детермінанти, військова травма, групова динаміка, групи підтримки, екзистенційне переосмислення, психологічна допомога, соціально-психологічний супровід, ціннісні трансформації.

Nikolaiev Leonid. Axiological determinants of the phenomenology of support groups' activities in the context of socio-psychological analysis

The article outlines the theoretical and methodological foundations for studying the axiological determinants of support groups' phenomenology during wartime conditions. Three fundamental mechanisms of axiological determinants' influence on group support effectiveness are identified: value integration, existential reframing, and social consolidation. These mechanisms are proven to provide not only therapeutic effects of group work, but also contribute to forming a new social reality under wartime conditions. The study presents a comparative analysis of axiological determinants of group support in peacetime versus wartime. Fundamental differences in group dynamics and value orientations are revealed: the transformation of dominant values from individual development to collective survival and mutual support; changes in group interaction patterns from structured to crisis-oriented; reorientation of psychological work focus from personal issues to traumatic experiences and existential crises. The transformation of the value-semantic sphere is established to have a systemic nature, manifesting at cognitive (reassessment of life values), emotional (strengthening empathic connections), and behavioral

(development of adaptive mechanisms) levels of group interaction. Specific phenomena of group dynamics in the context of working with war trauma are identified: value consolidation, existential resonance, and traumatic growth. These phenomena are substantiated to reflect deep processes of traumatic experience transformation and formation of new adaptive mechanisms in the group context. Practical recommendations for implementing a three-level model of facilitator training are developed, including competency development in value integration, existential reframing skills formation, and social consolidation abilities development. Methodological recommendations are formulated regarding the creation of safe spaces for traumatic growth, formation of value-oriented approaches to group work, and integration of culturally specific aspects.

Key words: *axiological determinants, group dynamics, existential reframing, psychological support, socio-psychological support, support groups, value transformations, war trauma.*

Постановка проблеми. Дослідження аксіологічних детермінант феноменології діяльності груп підтримки набуває особливої актуальності у сучасних українських реаліях, що характеризуються безпрецедентними викликами воєнного часу та масштабною трансформацією соціально-психологічних процесів у суспільстві.

По-перше, в умовах широкомасштабної війни в Україні спостерігається стрімке зростання потреби у психологічній підтримці різних категорій населення: військовослужбовців, внутрішньо переміщених осіб, родин загиблих, постраждалих від окупації, а також громадян, що переживають хронічний стрес через постійну загрозу безпеці. Це зумовлює необхідність поглибленого вивчення механізмів ефективного функціонування груп підтримки як ключового інструменту надання психологічної допомоги.

По-друге, специфіка діяльності груп підтримки в умовах війни характеризується підвищеною емоційною напруженістю, необхідністю працювати з важкою травматизацією, що висуває особливі вимоги до ціннісно-сислової єдності учасників групи. Розуміння аксіологічних детермінант, що забезпечують стійкість та ефективність таких груп, стає критично важливим для розробки методологічних засад їх організації та функціонування.

По-третє, феноменологічний аналіз діяльності груп підтримки дозволяє виявити унікальні патерни групової динаміки, що формуються в умовах спільного переживання травматичного досвіду війни. Особливої ваги набуває дослідження того, як спільні цінності та смисли трансформуються у процесі групової взаємодії та впливають на терапевтичний ефект групової роботи.

Значущість дослідження полягає у розширенні наукових уявлень про роль аксіологічних чинників у забезпеченні ефек-

тивності групової психологічної підтримки в екстремальних умовах, а отримані результати дозволяють збагатити розуміння феноменології групової динаміки та механізмів формування терапевтичного середовища в групах підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичний аналіз наукових джерел засвідчує багатоаспектність досліджень феноменології групової взаємодії та діяльності груп підтримки у світовій та вітчизняній психологічній науці, зокрема методологічне підґрунтя вивчення групової динаміки, закладене К. Левінім [1].

Вітчизняна психологічна наука збагатилася теоретико-методологічними засадами дослідження групової взаємодії через розробку суб'єктно-вчинкового підходу (В. Татенко [2]), концепції соціально-психологічного супроводу (Т. Титаренко [3]), генетико-моделюючого підходу до вивчення особистості в груповому контексті (С. Максименко [4]).

У контексті роботи з психологічною травмою ключове значення мають дослідження Дж. Герман щодо механізмів психологічної травматизації та процесів відновлення [5], нейробіологічний підхід Б. ван дер Колка [6] та концепція посттравматичного зростання Р. Тедескі, Л. Калхун [7].

Специфіка функціонування груп підтримки в кризових умовах розкривається у працях З. Кісарчук [8], де висвітлюються особливості організації психологічної допомоги в умовах соціальних криз. Т. Кетлер-Митницька [9] досліджує феномени впливу психологічного тренінгу задля активізації посттравматичного зростання особистості в умовах війни, а В. Горбунова, О. Савиченко, І. Тичина, Н. Портницька [10] розробляють практичні підходи до організації психологічної підтримки ветеранів та їхніх сімей з питань психічного здоров'я.

Мета статті полягає у теоретико-методологічному обґрунтуванні та системному аналізі аксіологічних детермінант феноменології діяльності груп підтримки в контексті соціально-психологічного дослідження в умовах воєнного стану, що передбачає визначення ключових механізмів ціннісної трансформації та розробку науково обґрунтованих рекомендацій щодо оптимізації діяльності груп психологічної підтримки у сучасних українських реаліях.

Результати дослідження. Теоретичний аналіз проблеми аксіологічних детермінант феноменології діяльності груп підтримки дозволив здійснити комплексне дослідження цього феномену в контексті сучасних викликів воєнного часу. Результати дослідження свідчать про глибинну трансформацію ціннісно-сислової сфери як окремих особистостей, так і соціальних груп в умовах війни.

За результатами теоретичного аналізу встановлено, що аксіологічні детермінанти виступають системоутворюючими чинниками ефективності групової підтримки. У дослідженні соціально-психологічних технологій реабілітації Т. Титаренко [3, с. 64] визначено основні способи організації соціально-психологічного супроводу: пряма підтримка для відновлення після травматизації, опосередкована підтримка через активізацію роботи спільнот та інституцій, розвиток соціальних мереж для підживлення комунікативних ресурсів, а також практики взаємо- і самопідтримки для зростання самостійності та відповідальності особистості.

У процесі дослідження виявлено три фундаментальні механізми впливу аксіологічних детермінант на ефективність групової підтримки. Перший механізм – ціннісна інтеграція – забезпечує формування спільного ціннісного простору через узгодження індивідуальних та групових цінностей, розвиток групових норм та етичних стандартів взаємодії. В. Горбунова [10] підкреслює важливість процесуальних характеристик групової роботи у формуванні терапевтичного простору.

Другий механізм – екзистенційне переосмислення – проявляється через спільне конструювання нових життєвих смислів та трансформацію травматичного досвіду в ресурс для розвитку. З. Кісарчук [8] від-

значає особливу роль ціннісної узгодженості у роботі з травмою та ПТСР.

Третій механізм – соціальна консолідація – реалізується через формування групової ідентичності на основі спільних цінностей та розвиток емпатійних зв'язків між учасниками групи. За даними досліджень Н. Пов'якель [11], ціннісний складник групової взаємодії особливо актуалізується в кризових ситуаціях.

Аналіз результатів дослідження. Аналіз отриманих теоретичних результатів дозволяє стверджувати про наявність глибинних взаємозв'язків між аксіологічними детермінантами та процесами групової динаміки в умовах воєнного часу. С. Максименко [4] у своїх дослідженнях показує, як екстремальні умови можуть каталізувати процеси ціннісної трансформації, при цьому група стає унікальним середовищем для таких змін.

Дослідження доводять, що в умовах війни відбувається суттєва активізація колективних цінностей, що проявляється у зростанні значущості групової підтримки та взаємодопомоги, посиленні відчуття спільності та єдності, розвитку колективної відповідальності за благополуччя кожного члена групи. Т. Кетлер-Митницька у своїй роботі визначає, що групова форма забезпечує одночасну допомогу більшій кількості клієнтів та їхнім сім'ям; атмосфера безпеки сприяє зціленню учасників після травми; досягається подвійний терапевтичний ефект від впливу тренера та групи; еkleктичність дозволяє використовувати методики з різних напрямів психології; універсальність технік забезпечує роботу з різними категоріями клієнтів, включаючи когнітивні, поведінкові та емоційно-регулятивні методи; розвиваються комунікативні навички як ресурс посттравматичного відновлення [9, с. 28].

Особливої уваги заслуговує питання трансформації особистісних смислів у груповому контексті. Б. ван дер Колк [6] розглядає відновлення після травми як процес відновлення зв'язків із собою, іншими та сенсом життя. У контексті групової підтримки це відновлення реалізується через складний процес переосмислення життєвих пріоритетів, формування нової ідентичності та інтеграцію травматичного досвіду в життєву історію.

Аналіз досліджень дозволив також виявити специфічні характеристики розвитку екзистенційної свідомості в умовах групової підтримки. Дж. Герман [5] підкреслює роль групи у відновленні відчуття приналежності та створенні простору для нового розуміння пережитого досвіду. Це проявляється у поглибленні розуміння базових екзистенційних питань, формуванні більш зрілого ставлення до життя і смерті, розвитку здатності жити в умовах невизначеності.

Важливим результатом дослідження стало виявлення специфічних феноменів групової динаміки в контексті роботи з воєнною травмою. О. Романчук [12] у своїх дослідженнях розкриває особливості прояву та наслідків психотравми, наголошуючи на важливості створення підтримуючого середовища для трансформації травматичного досвіду.

Виявлені феномени групової динаміки включають феномен ціннісної консолідації, що проявляється у спонтанному об'єднанні учасників навколо спільних цінностей та формуванні глибокої групової солідарності. Р. Тедескі та Л. Калхун [7] у своїх дослідженнях описують, як травматичний досвід може стати каталізатором особистісного зростання в умовах групової підтримки.

Особливу увагу в дослідженні було приділено аналізу динамічної природи аксіологічних процесів у групах підтримки.

Н. Пов'якель [11] розглядає особливості професійної рефлексії в роботі з групою динамікою, відзначаючи прискорення ціннісних трансформацій в умовах кризи.

Для систематизації отриманих результатів дослідження та більш чіткого розуміння специфіки аксіологічних детермінант групової підтримки було проведено порівняльний аналіз ключових характеристик групової динаміки в мирний час та в умовах війни (табл. 1).

Представлені у таблиці дані наочно демонструють фундаментальні відмінності у характері групової динаміки та ціннісних орієнтаціях груп підтримки в умовах війни порівняно з мирним часом. Дослідження З. Кісарчук [8] та Т. Кетлер-Митницької [9] підтверджують значущі трансформації: від індивідуально-орієнтованого підходу до колективно-підтримуючого, від планомірної довготривалої роботи до інтенсивної кризової інтервенції. Також спостерігається суттєва зміна фокусу психологічної роботи у бік опрацювання травматичного досвіду та екзистенційних криз. Зазначені зміни вимагають відповідної адаптації методологічних підходів та практичних інструментів групової роботи, що має враховуватися в організації психологічної підтримки в умовах воєнного часу.

На основі проведеного теоретико-методологічного аналізу та виявлених механізмів функціонування груп підтримки можна запропонувати конкретні практичні реко-

Таблиця 1

Порівняльна характеристика аксіологічних детермінант групової підтримки

Характеристики групової динаміки	Мирний час	Умови війни
Домінуючі цінності	Індивідуальний розвиток, самореалізація, особистісне зростання	Вживання, безпека, єдність, патріотизм, взаємопідтримка
Характер групової взаємодії	Структурований, планомірний, орієнтований на довготривалий результат	Інтенсивний, кризово-орієнтований, спрямований на термінову допомогу
Фокус психологічної роботи	Особистісні проблеми, міжособистісні конфлікти, професійний розвиток	Травматичний досвід, втрати, екзистенційні кризи, адаптація до нових умов
Механізми групової підтримки	Рефлексія, зворотний зв'язок, моделювання поведінки	Емоційне відреагування, створення безпечного простору, колективне подолання травми
Роль фасилітатора	Направляюча, структуруюча	Підтримуюча, стабілізуюча
Часова перспектива роботи	Довготривала, орієнтована на глибокі зміни	Короткострокова, сфокусована на актуальних потребах
Характер ціннісних трансформацій	Поступовий, еволюційний	Інтенсивний, кризовий
Групова згуртованість	Формується поступово через спільну діяльність	Виникає спонтанно через спільність травматичного досвіду

мендації. Вони ґрунтуються на дослідженнях як вітчизняних науковців (Т. Титаренко [3], Т. Кетлер-Митницька [9]), так і міжнародного досвіду роботи з травмою (Дж. Герман [5], Б. ван дер Колк [6]):

1. Впровадження трирівневої моделі підготовки фасилітаторів, що включає:

- розвиток компетенцій у сфері ціннісної інтеграції (техніки фасилітації групової згуртованості, методи роботи з груповими цінностями);

- формування навичок екзистенційного переосмислення (методи роботи з травмою, техніки трансформації травматичного досвіду);

- розвиток здібностей соціальної консолідації (методи формування групової ідентичності, техніки розвитку емпатійних зв'язків).

2. Розробка системи оцінки групової динаміки з урахуванням специфіки воєнного часу:

- протоколи спостереження за груповими процесами;

- методики оцінки ціннісної трансформації;

- інструменти моніторингу групової резильєнтності.

3. Створення системи супервізійної підтримки фасилітаторів:

- регулярні групові супервізії з фокусом на роботу з ціннісними трансформаціями;

- індивідуальні консультації щодо складних випадків;

- балінтовські групи для опрацювання професійних труднощів.

4. Розробка методичних рекомендацій щодо:

- створення безпечного простору для травматичного зростання;

- формування ціннісно-орієнтованого підходу до групової роботи;

- інтеграції культурно-специфічних аспектів у групову роботу.

Запропоновані рекомендації базуються на виявлених механізмах групової динаміки та враховують специфіку роботи в умовах війни. Їх впровадження дозволить підвищити ефективність діяльності груп підтримки та забезпечити більш якісну психологічну допомогу постраждалим від військових дій.

Висновки. На основі проведеного теоретико-методологічного аналізу сучас-

них підходів встановлено, що аксіологічні детермінанти виступають ключовими факторами ефективності діяльності груп підтримки в умовах війни, що реалізується через механізми ціннісної інтеграції, екзистенційного переосмислення та соціальної консолідації. Виявлено, що ці механізми забезпечують не лише терапевтичний ефект групової роботи, але і сприяють формуванню нової соціальної реальності в умовах воєнного часу.

Визначено специфіку трансформації ціннісно-сислової сфери як окремих особистостей, так і груп загалом в умовах війни. Встановлено, що ця трансформація має системний характер і проявляється на когнітивному (переосмислення життєвих цінностей), емоційному (посилення емпатійних зв'язків) та поведінковому (розвиток адаптивних механізмів) рівнях групової взаємодії. При цьому група виступає унікальним середовищем, де ці трансформації можуть відбуватися найбільш екологічно та конструктивно.

На основі феноменологічного аналізу визначено специфічні феномени групової динаміки в контексті роботи з воєнною травмою: ціннісної консолідації, екзистенційного резонансу та травматичного зростання. Ці феномени відображають глибинні процеси трансформації травматичного досвіду та формування нових адаптивних механізмів у груповому контексті.

Обґрунтовано методологічні засади оптимізації діяльності груп підтримки через встановлення динамічної природи аксіологічних процесів, що проявляється через послідовні стадії розвитку групи. Розроблено практичні рекомендації щодо впровадження трирівневої моделі підготовки фасилітаторів, створення системи оцінки групової динаміки та супервізійної підтримки.

Перспективи подальших досліджень полягають у проведенні лонгітюдних досліджень для відстеження стійкості виявлених ціннісних трансформацій. Важливим напрямом є поглиблене вивчення взаємозв'язків між груповими цінностями та показниками резильєнтності учасників, а також розробка та валідація нового діагностичного інструментарію для оцінки ефективності ціннісних трансформацій у процесі групової роботи. Перспектив-

ним видається дослідження впливу професійної компетентності фасилітаторів на формування ціннісної єдності у групах підтримки. Особливої уваги заслуговує вивчення культурно-специфічних аспек-

тів аксіологічних детермінант у контексті української ментальності та розробка відповідних методичних рекомендацій для фахівців, що працюють з групами підтримки в умовах війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Lewin K. Principles of Topological Psychology. Read Books Ltd, 2013. 358 p.
2. Татенко В.О. Суб'єктно-вчинковий підхід як форма соціально-психологічного мислення. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2017. Вип. 39(42). С. 26–38.
3. Титаренко Т.М. Соціально-психологічний супровід посттравматичних особистісних трансформацій. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. Вип. 45(48). С. 59–68.
4. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : КММ, 2006. 240 с.
5. Herman J.L. Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence. New York : Basic Books, 2015. 336 p.
6. van der Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York : Penguin Books, 2015. 464 p.
7. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, № 1. P. 1–18. DOI: 10.1207/s15327965pli1501_01 (дата звернення: 26.11.2024).
8. Кісарчук З.Г., Омельченко Я.М., Лазос Г.П., Литвиненко Л.І., Царенко Л.Г. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник. / за ред. З.Г. Кісарчук. Київ : Логос, 2015. 207 с.
9. Кетлер-Митницька Т.С. Психологічний тренінг як засіб активізації посттравматичного зростання в умовах війни. *Соціально-психологічна робота: інновації, стратегії та можливості* : збірник матеріалів круглого столу з міжнар. участю, м. Кам'янець-Подільський-Ломжа / наук. ред.: З. Шарлович та ін., 19 берез. 2024. С. 25–29.
10. Горбунова В., Савиченко О., Тичина І., Портницька Н. Посилення спроможності соціальних працівників здійснювати психосоціальну підтримку ветеранів та їх сімей з питань психічного здоров'я : методичний посібник для соціальних працівників. 2022. 61 с. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/34828/> (дата звернення: 28.11.2024).
11. Пов'якель Н.І. Професійна рефлексія психолога-практика. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. № 6–7. С. 3–6.
12. Романчук О.І. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки й сучасні підходи до терапії. *Нейропедія: психоневрологія та нейропсихіатрія*. 2019. № 1(108). С. 30–37.

REFERENCES:

1. Lewin, K. (2013). Principles of Topological Psychology. Read Books Ltd [in English].
2. Tatenko, V.O. (2017). Subiektno-vchynkovyi pidkhid yak forma sotsialno-psykholohichnoho myslennia [Subject-behavioral approach as a form of socio-psychological thinking]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*, 39(42), 26–38 [in Ukrainian].
3. Tytarenko, T.M. (2020). Sotsialno-psykholohichnyi suprovit posttravmatychnykh osobystisnykh transformatsii [Socio-psychological support of post-traumatic personal transformations]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*, 45(48), 59–68 [in Ukrainian].
4. Maksymenko, S.D. (2006). Heneza zdiisnennia osobystosti [Genesis of personality realization]. Kyiv: KMM [in Ukrainian].
5. Herman, J.L. (2015). Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence. New York: Basic Books [in English].
6. van der Kolk, B. (2015). The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York: Penguin Books [in English].
7. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01 [in English].

8. Kisarchuk, Z.H., Omelchenko, Ya.M., Lazos, H.P., Lytvynenko, L.I., & Tsarenko, L.H. (2015). *Psykhologichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podii* [Psychological assistance to victims of crisis traumatic events]. Kyiv: Lohos [in Ukrainian].

9. Ketler-Mytynska, T.S. (2024). Psykhologichniy treninh yak zasib aktyvizatsii posttravmatychnoho zrostannia v umovakh viiny [Psychological training as a means of activating post-traumatic growth in war conditions]. *Sotsialno-psykhologichna robota: innovatsii, stratehii ta mozhlyvosti*, pp. 25–29 [in Ukrainian].

10. Horbunova, V., Savychenko, O., Tychyna, I., & Portnytska, N. (2022). Posylennia spromozhnosti sotsialnykh pratsivnykiv zdiisniuvaty psykhosotsialnu pidtrymku veteraniv ta yikh simei z pytan psykhichnoho zdorovia: metodychnyi posibnyk dlia sotsialnykh pratsivnykiv [Strengthening the capacity of social workers to provide psychosocial support to veterans and their families on mental health issues: methodical manual for social workers]. Retrieved from: <http://eprints.zu.edu.ua/34828/> [in Ukrainian].

11. Poviakel, N.I. (1998). Profesiina refleksiiia psykhologa-praktyka [Professional reflection of a practicing psychologist]. *Praktychna psykhologhiia ta sotsialna robota*, 6–7, 3–6 [in Ukrainian].

12. Romanchuk, O.I. (2019). Psykhotrauma ta sprychyneni neiu rozlady: proiavy, naslidky y suchasni pidkhody do terapii [Psychotrauma and its disorders: manifestations, consequences and modern approaches to therapy]. *Neironews: psykhonevrolohiia ta neiropsykhiatriia*, 1(108), 30–37 [in Ukrainian].

УДК 159.955; 159.953

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.4.11>

РІВНЕВА СТРУКТУРА МЕТАКОГНІТИВНОГО МОНІТОРИНГУ: ОСНОВНІ АСПЕКТНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Пасічник Ігор Демидович,

доктор психологічних наук, професор,
ректор-організатор, голова вченої ради
Національного університету «Острозька академія»
<https://orcid.org/0000-0001-7785-2584>

Борисенко Валерій Євгенович,

докторант кафедри психології
Національного університету «Острозька академія»
<https://orcid.org/0009-0002-2047-8768>

Августюк Марія Миколаївна,

доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри міжнародних відносин
Національного університету «Острозька академія»
<https://orcid.org/0000-0002-9510-5715>

Стаття присвячена окресленню основних аспектів системно-рівневої організації метакогнітивного моніторингу як регулятивної основи метапізнання. Теоретичні та порівняльні методи аналізу, однак, дозволяють стверджувати про відсутність чіткого розрізнення об'єктної сторони метакогнітивного моніторингу, що ускладнює вибудовування його структурно-рівневої основи. Процес ефективного метакогнітивного моніторингу набуває вигляду виокремлення спеціальних навчальних/пізнавальних цілей, (само)спостереження за рівнем такої ефективності, здійснення моніторингу досягнення цілей, проспективного моніторингу відповідей, а також моніторингу ефективності засвоєння інформації. Двофазний складник суджень метакогнітивного моніторингу передбачає врахування фаз підготовки (моніторинг процедури та розуміння) та оцінювання (моніторинг ефективності засвоєння інформації). Психологічні механізми метакогнітивних суджень ураховують природу пізнавальних актів, доступність відповіді, знайомість інформації/завдання. Проміжною ланкою між цих двох фаз є саморефлексія, що включає особливості здійснення самосуджень. Метакогнітивні стратегії набувають вигляду орієнтаційних компонентів, планування, оцінювання та розробки необхідних процедур контролю. На рівні узагальнення метакогнітивна аспектність точності суджень метакогнітивного моніторингу передбачає застосування структурно-рівневих процесів ідентифікації ситуації, розуміння ситуаційних/проблемних аспектів, усвідомлення причин і наслідків навчальної/пізнавальної діяльності, керування діяльністю. Перспективними напрямами подальших розвідок є зосередження на детальнішому аналізі основних підходів до вивчення системно-рівневої організації метакогнітивного моніторингу як регулятивної основи метапізнання. Зокрема, вбачаємо необхідність у здійсненні теоретико-емпіричного дослідження психологічної витривалості в дискурсі метакогнітивного моніторингу.

Ключові слова: метапізнання, метакогнітивний моніторинг, метакогнітивний контроль, саморегульоване навчання/пізнання, системно-рівнева структура.

Pasichnyk Ihor, Borysenko Valerii, Avhustiuk Mariia. Level structure of metacognitive monitoring: main aspects

The paper outlines the main aspects of the system-level organization of metacognitive monitoring as a regulatory basis of metacognition. Theoretical and comparative methods of analysis, however, allow us to assert the absence of a clear distinction between the objective side of metacognitive monitoring, which complicates the construction of its structural-level basis. The process of effective metacognitive monitoring takes the form of identifying special educational/cognitive goals, (self)observing the level of such effectiveness, monitoring the achievement of goals, pro-

spective monitoring of responses, and monitoring the effectiveness of information assimilation. The two-phase component of metacognitive monitoring judgments involves taking into account the phases of preparation (monitoring the procedure and understanding) and evaluation (monitoring the effectiveness of information assimilation). Psychological mechanisms of metacognitive judgments take into account the nature of cognitive acts, the availability of the answer, and the familiarity of information/tasks. The intermediate link between these two phases is self-reflection, which includes the features of self-judgment. Metacognitive strategies take the form of orientation components, planning, evaluation and development of necessary control procedures. At the level of generalization, the metacognitive aspect of the accuracy of metacognitive monitoring judgments involves the use of structural-level processes of situation identification, understanding of situational/problematic aspects, awareness of the causes and consequences of educational/cognitive activity, and activity management. Promising directions for further exploration are to focus on a more detailed analysis of the main approaches to studying the system-level organization of metacognitive monitoring as a regulatory basis for metacognition. In particular, we see the need for a theoretical and empirical study of psychological endurance in the discourse of metacognitive monitoring.

Key words: metacognition, metacognitive monitoring, metacognitive control, self-regulated learning/cognition, system-level structure.

Постановка проблеми. Метакогнітивний моніторинг є центральним процесом саморегульованого навчання/пізнання. Метакогнітивні судження виступають важливими компонентами ефективної регуляції суб'єктами пізнання власної навчальної/пізнавальної активності. Незважаючи на широкий спектр наукових вивчень, ні теоретичні, ні емпіричні дослідження не подають чіткого розрізнення об'єктної сторони метакогнітивного моніторингу, що ускладнює вибудовування його структурно-рівневої основи. На противагу, емпіричні дослідження часто нехтують необхідністю здійснення такого розрізнення і розглядають такі метакогнітивні стратегії, як планування, моніторинг та регуляція, як одне ціле [1; 2; 3]. Актуальність вивчення метакогнітивного моніторингу полягає в окресленні основних аспектів його системно-рівневої організації.

Метою дослідження є теоретичний аналіз наявних підходів до окреслення основних аспектів системно-рівневої організації метакогнітивного моніторингу як регулятивної основи метапізнання.

Результати дослідження. Протягом усього процесу навчання/пізнання суб'єкти пізнання можуть здійснювати моніторинг широкого кола проблем. Зокрема, вони можуть моніторити власні цілі та їх досягнення, використовувати стратегії та їхню ефективність, процес навчальної/пізнавальної діяльності, рівень розуміння/досягнень, тобто здійснюють моніторинг своїх мотиваційних інтенцій та/або емоційного супроводу [4; 3].

Як показує детальний розгляд навчальних/пізнавальних аспектів метакогнітивного моніторингу, процес ефективного метакогнітивного моніторингу набуває такого вигляду: 1) виокремлення спеціальних навчальних/пізнавальних цілей; 2) спостереження за рівнем ефективності навчальних/пізнавальних цілей у вигляді (само)опитування про відволікання від процесу засвоєння інформації, про більшу витрату часу на процес засвоєння інформації тощо; 3) моніторинг досягнення цілей; 4) проспективний моніторинг власних відповідей; 5) моніторинг ефективності засвоєння інформації [5; 3]. Судження метакогнітивного моніторингу свідчать про наближення до ефективного вирішення навчальної/пізнавальної проблеми і сприяють здійсненню оцінювання ефективності [5; 6; 7].

Двофазний складник суджень метакогнітивного моніторингу передбачає здійснення моніторингу процедури та розуміння під час процесу засвоєння інформації (фаза підготовки), а також під час процесу перевірки ефективності такого засвоєння (фаза оцінювання) [5; 6; 7]. Спільним для обох фаз є здійснення специфічних регулятивних функцій. На фазі підготовки метакогнітивний моніторинг може сприяти ефективній регуляції, тоді як на фазі перевірки – це сприяння ідентифікації мимовільних помилок або зміни відповіді [8; 9].

Основу процесів метакогнітивного моніторингу, крім метакогнітивних суджень, що варіюються відповідно до точності/

неточності, також становлять відчуття, що мають місце відразу після формування суджень. Відчуття впевненості в правильності/ефективності засвоєння/розуміння можуть спричинити появу або точного метакогнітивного моніторингу, або його помилок у вигляді метакогнітивних ілюзій надмірної/недостатньої впевненості, набуваючи вигляду експліцитних/імпліцитних метакогнітивних суджень про ймовірність актуалізації необхідної до вивчення/розуміння інформації [5; 6; 7]. Відчуття поділяють за рівнями знайомості/незнайомості інформації, легкості/важкості розуміння, знання/незнання, впевненості/невпевненості, задоволення/незадоволення, важкості/легкості пригадування, раціональності/нераціональності, правильності/неправильності відповідей тощо [5; 6; 7].

Аналіз результатів дослідження.

Психологічні механізми метакогнітивних суджень передбачають урахування природи пізнавальних актів, доступності відповіді, знайомості інформації/завдання. Саме завдяки двоякій природі метакогнітивних суджень їх розглядають як продукт імпліцитних, евристичних процесів і як результат свідомого самоаналізу процесу прийняття рішень [5; 6; 7]. Велика кількість зусиль зосереджена на вивченні особливостей цих суджень у рамках різних фаз (фази передбачення, безпосереднього здійснення метакогнітивних суджень і оцінювання ефективності діяльності після виконання завдань на розуміння/пригадування), що актуалізує чіткіше розмежування особливостей цих фаз, а також окреслення об'єктивної сторони метакогнітивного моніторингу [10; 3].

Стратегії метакогнітивного моніторингу разом із метакогнітивними судженнями становлять основу метакогнітивного моніторингу як регулятивної основи метапізнання [11]. Це когнітивні/поведінкові підходи, метою яких є оцінювання навчальної/пізнавальної діяльності та рівня розуміння. В основі метакогнітивних суджень лежить необхідність успішного виконання навчальних/пізнавальних завдань [12; 5].

Оскільки, як правило, спостерігаємо схильність до завищеного рівня оцінювання пізнавальних можливостей, у розрізі системно-рівневої організації метакогнітивного моніторингу особливим

постулатом є точність метакогнітивного моніторингу. Доведено, що точність метакогнітивного моніторингу представлена особливостями успішності/неуспішності виконання завдань і впевненістю/невпевненістю у правильності такого виконання. Враховують також взаємозв'язок між метакогнітивним моніторингом та метакогнітивним контролем: дієвість контролю безпосередньо залежить від точності моніторингу; як наслідок, навчальна/пізнавальна діяльність представлена вищою ефективністю і навпаки [5; 6; 7].

Аналіз наукової літератури дозволяє узагальнити інтегровану модель метакогнітивного моніторингу [10], відповідно до якої його структура враховує два перспективні компоненти з орієнтацією на стратегію і на судження. Узагальненням моделі є те, що стратегії метакогнітивного моніторингу, як і судження точності, рівною мірою сприяють його ефективності, а застосування стратегій метакогнітивного моніторингу покращує точність метакогнітивних суджень [10; 3].

На фазі підготовки відбувається здійснення ефективності підходів до вивчення/розуміння, а також моніторинг розуміння, тоді як на фазі перевірки – здійснення моніторингу виконання завдань, а також моніторингу правильності відповідей. Завдяки цьому уможливорюється здатність узагальнювати процес вивчення/розуміння з інтенцією до отримання знань [10; 3]. Крім того, суб'єкти пізнання мають можливість також моніторити об'єктну сторону цих процесів за допомогою метакогнітивних стратегій: уможливорюється здатність до імплементації стратегій метакогнітивного моніторингу відповідно до успішності навчання/пізнання [10; 3]. Моніторинг розуміння на фазі підготовки сприяє самостійному вибору обсягу моніторингу розуміння, тоді як моніторинг виконання спрямований на сприяння пошуку відповіді на екстернальні запитання, до яких відносять метакогнітивні судження [10; 3]. Успішне завершення цих фаз також передбачає усвідомлений пошук відповідей на запитання: «Що я маю робити?», «Яким чином я збираюсь це зробити?», «Яким чином я це роблю?», «Як мені вдалось це зробити?» тощо [13].

Проміжною ланкою поміж цих двох фаз є саморефлексія, що включає особли-

вості здійснення самосуджень. Найбільш репрезентативними стратегіями саморефлексування є самооцінювання, причинно-наслідкова атрибуція та адаптація [13; 5].

Стратегія моніторингу навчального/пізнавального прогресу може бути застосована для оцінювання того, чи використана стратегія є ефективною [3]. Варіантами саморефлексійного опитування можуть бути розмірковування щодо ефективності імплементації адекватних та корисних навчальних/пізнавальних стратегій або ж ідентифікація того, чи відбувається «вгрування» у безглузде/надмірне повторення. Крім того, суб'єкти пізнання можуть узагальнювати судження метакогнітивного моніторингу відповідно до рівня їхнього розуміння, що має місце на фазі підготовки відразу після включення у процес навчання/пізнання. Під час виконання завдань на перевірку рівня засвоєння інформації моніторинг слугує для ефективності процедури пошуку відповідей, раціональності розподілу часу, причин пропуску відповіді на те чи те запитання [9; 3; 5].

Моніторинг ефективності виконання передбачає застосування таких видових спектрів метакогнітивного моніторингу за рівнем виконання, як локальний моніторинг, що стосується виконання конкретного завдання і має місце безпосередньо під час виконання завдання, і глобальний (загальний) моніторинг, під час здійснення якого виникають узагальнені судження щодо ефективності/правильності процесу вивчення/розуміння. Також вагому роль відіграє метакогнітивний моніторинг, диференційований за ділянкою оцінювання навчальних/пізнавальних досягнень: предметно-специфічний моніторинг та загальний моніторинг [14; 3; 5].

Іншою релевантною моделлю є модель метакогнітивного моніторингу, відповідно до якої метакомпоненти (метакогнітивні навички) є частиною пізнання. Йдеться про компоненти вищого рівня виконання, за допомогою яких уможлиблюється процес здійснення контролю та керування процесом засвоєння інформації під час виконання проблемних завдань [13]. Метакогнітивні стратегії розрізняють за допомогою таких складників: 1) орієнтаційні компоненти, що направляють вирі-

шення проблеми у русло, необхідне для активації попередніх знань для успішного виконання; 2) планування, що уможливорює процес послідовного вирішення проблеми/ виконання завдання; 3) оцінювання, що дозволяє за допомогою свідомих та керованих оцінних стратегій здійснення оцінювання покрової діяльності з аналізуванням рівня такої ефективності для відповідного перенаправлення планування; 4) старання розробка необхідних процедур, що узагальнює ідею найвищої ефективності метапізнавальних стратегій, до складу яких відносять зокрема рефлексію навчальної/пізнавальної діяльності та її модифікації, якщо така необхідність виникає у процесі вирішення проблеми [13].

На рівні узагальнення метакогнітивна аспектність точності суджень метакогнітивного моніторингу передбачає застосування структурно-рівневих процесів. Серед основних вважаємо за доцільне виділити процеси ідентифікації ситуації, розуміння ситуаційних/проблемних аспектів, усвідомлення причин і наслідків навчальної/пізнавальної діяльності, керування подальшою діяльністю тощо [5]. Ідентифікація проблемної ситуації є умовою формування знання про завдання та зовнішні стимули, необхідними компонентами якої є постановка цілей, окреслення стратегічного планування, спрямованого на досягнення цих цілей, прогнозування самоефективності (ймовірності досягнення цілей). Характеристики інформації в процесі ідентифікації проблемної ситуації передбачають врахування відповідних внутрішніх, зовнішніх та мнемонічних чинників [14; 5]. В основі процесу розуміння навчальної/пізнавальної проблемної ситуації лежить здатність розуміти, яким чином відбувається процес утворення суджень метакогнітивного моніторингу. Основу становлять компоненти представлення проблеми (зосередження уваги на проблемі, її оцінювання, самоінструктаж та самомоніторинг вивченого), пошук та вибір необхідного варіанту вирішення проблеми (виконання навчальних/пізнавальних завдань) із подальшим здійсненням ефективного оцінювання, тобто визначення необхідних оцінних компонентів, саморефлексії для порівняння самопромонітореної інформації зі стандартними зразками тощо [5]. При-

чинно-наслідкова атрибуція є здатністю усвідомлювати причини виникнення тієї чи тієї навчальної/пізнавальної проблеми/ситуації та її можливі наслідки. Основними стратегіями метакогнітивного моніторингу є здійснення самоспостереження у процесі прийняття рішень (пошуку відповідей), ідентифікація можливих стратегій поведінки та здійснення оцінювання з метою керування пізнавальними процесами, сприяння саморегуляції навчальної/пізнавальної діяльності. Регуляційну основу становлять компоненти оцінювання успіхів/невдач, модифікації самоефективності, усвідомлення причин та наслідків, адаптація до подальшої навчальної/пізнавальної діяльності тощо [5; 6; 7].

Висновки. Теоретичні та порівняльні методи аналізу вказують на відсутність чіткого розрізнення об'єктної сторони метакогнітивного моніторингу, що ускладнює вибудовування його структурно-рівневої основи. Процес ефективного метакогнітивного моніторингу передбачає виокремлення спеціальних навчальних/пізнавальних цілей, (само)спостереження за рівнем такої ефективності, здійснення моніторингу досягнення цілей, перспек-

тивного моніторингу відповідей, а також моніторингу ефективності засвоєння інформації. Двофазний складник суджень метакогнітивного моніторингу враховує фази підготовки та оцінювання, проміжною ланкою яких виступає саморефлексія. Психологічними механізмами є природа пізнавальних актів, доступність відповіді, знайомість інформації/завдання. Метакогнітивні стратегії набувають вигляду орієнтаційних компонентів, планування, оцінювання та розробки необхідних процедур контролю. Загалом метакогнітивна аспектність точності суджень метакогнітивного моніторингу передбачає застосування структурно-рівневих процесів ідентифікації ситуації, розуміння ситуаційних/проблемних аспектів, усвідомлення причин і наслідків навчальної/пізнавальної діяльності, керування діяльністю.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі вбачаємо в детальнішому аналізі основних підходів до вивчення системно-рівневої організації метакогнітивного моніторингу. Зокрема, необхідним є здійснення теоретико-емпіричного дослідження психологічної витривалості в дискурсі метакогнітивного моніторингу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Broadbent J., Panadero E., Lodge J. M., Fuller-Tyszkiewicz M. The self-regulation for learning online (SRL-O) questionnaire. *Metacognition and Learning*, 2022. Vol. 18. P. 135–163.
2. Craig K., Hale D., Grainger C., Stewart M.E. Evaluating metacognitive self-reports: Systematic reviews of the value of self-report in metacognitive research. *Metacognition and Learning*, 2020. Vol. 15. No. 2. P. 155–213.
3. Händel M., Naujoks-Schober N., Dresel M. Metacognitive monitoring via strategies and judgments. Different phases, different objects. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 2023. Vol. 55. No. 2–3. P. 67–76.
4. Sobocinski M., Järvelä S., Malmberg J., Dindar M., Isosalo A., Nojonen K. How does monitoring set the stage for adaptive regulation or maladaptive behavior in collaborative learning? *Metacognition and Learning*, 2020. Vol. 15. No. 2. P. 99–127.
5. Августюк М.М. Емоційний інтелект у дискурсі точності метакогнітивного моніторингу : монографія. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2023. 374 с.
6. Avhustiuk M., Kalamazh R., Voloshyna-Narozhna V. Embedding metacognitive monitoring strategies in psychosocial rehabilitation field: Background aspects from university students' learning activities. *Youth Voice Journal*, 2024. Vol. 14. No. 3. P. 16–25.
7. Avhustiuk M., Pasichnyk I., Kalamazh R. The illusion of knowing in metacognitive monitoring: Effects of the type of information and of personal, cognitive, metacognitive, and individual psychological characteristics. *Europe's Journal of Psychology*, 2018. Vol. 14. No. 2. P. 317–341.
8. Law M.K.H., Stankov L., Kleitman S. I choose to opt-out of answering: Individual differences in giving up behaviour on cognitive tests. *Journal of Intelligence*, 2022. Vol. 10. No. 4. Article 86.
9. Papanastasiou E.C., Stylianou-Georgiou A. Should they change their answers or not? Modelling achievement through a metacognitive lens. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 2022. Vol. 29. No. 1. P. 77–94.

10. Händel M., Dresel M. Structure, relationship, and determinants of monitoring strategies and judgment accuracy. An integrated model and evidence from two studies. *Learning and Individual Differences*, 2022. Vol. 100.
11. Pintrich P.R. The role of metacognitive knowledge in learning, teaching, and assessing. *Theory into practice*, 2002. Vol. 41. No. 4. P. 219–225.
12. Koriat A. Confidence judgments: The monitoring of object level and same-level performance. *Metacognition and Learning*, 2019. Vol. 14. P. 463–478.
13. Sáiz-Manzanares M.C., Martin C., González-Díez I., Jiménez Eguizábal A., Calvo Rodríguez A., Vázquez C.V., Almeida L.S., Velasco Saiz R. Monitoring metacognitive strategies use during interaction collaborative groups. *Education Sciences*, 2024. Vol. 14. No. 1205. P. 1–15.
14. Koriat A. Monitoring one's own knowledge during study: A cue-utilization approach to judgments of learning. *Journal of Experimental Psychology: General*, 1997. Vol. 126. P. 349–370.

REFERENCES:

1. Broadbent, J., Panadero, E., Lodge, J.M., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2022). The self-regulation for learning online (SRL-O) questionnaire. *Metacognition and Learning*, 18, 135–163 [in English].
2. Craig, K., Hale, D., Grainger, C., & Stewart, M.E. (2020). Evaluating metacognitive self-reports: Systematic reviews of the value of self-report in metacognitive research. *Metacognition and Learning*, 15(2), 155–213 [in English].
3. Händel, M., Naujoks-Schober, N., & Dresel, M. (2023). Metacognitive monitoring via strategies and judgments. Different phases, different objects. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 55(2–3), 67–76 [in English].
4. Sobocinski, M., Järvelä, S., Malmberg, J., Dindar, M., Isosalo, A., & Noponen, K. (2020). How does monitoring set the stage for adaptive regulation or maladaptive behavior in collaborative learning? *Metacognition and Learning*, 15(2), 99–127 [in English].
5. Avhustiuk, M. (2023). Emotsiyni intelekt u dyskursi tochnosti metakognityvnoho monitorynnyu [Emotional intelligence in the context of metacognitive monitoring accuracy]: monograph. Ostroh. 374 p [in Ukrainian].
6. Avhustiuk, M., Kalamazh, R., & Voloshyna-Narozhna, V. (2024). Embedding metacognitive monitoring strategies in psychosocial rehabilitation field: Background aspects from university students' learning activities. *Youth Voice Journal*, 14(3). Pp. 16–25 [in English].
7. Avhustiuk, M., Pasichnyk, I., & Kalamazh, R. (2018). The illusion of knowing in metacognitive monitoring: Effects of the type of information and of personal, cognitive, metacognitive, and individual psychological characteristics. *Europe's Journal of Psychology*, 14(2), 317–341 [in English].
8. Law, M.K.H., Stankov, L., & Kleitman, S. (2022). I choose to opt-out of answering: Individual differences in giving up behaviour on cognitive tests. *Journal of Intelligence*, 10(4), Article 86 [in English].
9. Papanastasiou, E.C., & Stylianou-Georgiou, A. (2022). Should they change their answers or not? Modelling achievement through a metacognitive lens. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 29(1), 77–94 [in English].
10. Händel, M., & Dresel, M. (2022). Structure, relationship, and determinants of monitoring strategies and judgment accuracy. An integrated model and evidence from two studies. *Learning and Individual Differences*, 100 [in English].
11. Pintrich, P.R. (2002). The role of metacognitive knowledge in learning, teaching, and assessing. *Theory into practice*, 41(4), 219–225 [in English].
12. Koriat, A. (1997). Monitoring one's own knowledge during study: A cue-utilization approach to judgments of learning. *Journal of Experimental Psychology: General*, 126, 349–370 [in English].
13. Sáiz-Manzanares, M.C., Martin, C., González-Díez, I., Jiménez Eguizábal, A., Calvo Rodríguez, A., Vázquez, C.V., Almeida, L.S., & Velasco Saiz, R. (2024). Monitoring metacognitive strategies use during interaction collaborative groups. *Education Sciences*, 14(1205), 1–15 [in English].
14. Koriat, A. (2019). Confidence judgments: The monitoring of object level and same-level performance. *Metacognition and Learning*, 14, 463–478 [in English].

УДК 159.923:17.022.1:616-006

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.4.12>

СТАВЛЕННЯ ДО ХВОРОБИ ТА ЙОГО ЗВ'ЯЗОК ІЗ ЦІННІСНИМИ ОРІЄНТАЦІЯМИ ОНКОЛОГІЧНИХ ПАЦІЄНТІВ

Сергет Ірина Вікторівна,

аспірантка кафедри психології

Херсонського державного університету;

психолог Комунального некомерційного підприємства

«Херсонський обласний онкологічний диспансер» Херсонської обласної ради

<https://orcid.org/0000-0002-7202-9940>

Вивчення внутрішньої картини хвороби є важливим компонентом медико-психологічного супроводу пацієнтів онкологічного відділення. Хоча у світовій та вітчизняній психології накопичено досить знань про психічні стани та особистісні властивості, що впливають на перебіг онкологічних захворювань, трансформація життєвих цінностей хворих залишається малодослідженим питанням. Проведене опитування 105 пацієнтів, які мали встановлені діагнози онкологічних захворювань різного типу та рівня локалізації з різною тривалістю. Використано методику для психологічної діагностики типів реагування на хворобу «ТОБОЛ» та методику вивчення ціннісних орієнтацій особистості М. Рокича. Отримані результати показали, що загалом до умовно-адаптивних типів реагування належать 56,2% пацієнтів, при цьому власне гармонійний тип властивий лише 13,3%. Найбільш поширеним є ергопатичне ставлення, що передбачає збереження хворими активної продуктивної діяльності і професійного статусу (це може мати компенсаторний та захисний характер). Воно виявлене у 26,0% жінок та 21,9% чоловіків. Серед типів реагування, що включають ознаки дезадаптації, найбільш поширеними виявилися чутливе реагування на хворобу та тривожна залученість. За допомогою кореляційного аналізу були виявлені набори ціннісних орієнтацій, що асоціюються з різними типами реагування на хворобу. Так, вираженість гармонійного типу виявилась пов'язана із переважанням термінальних цінностей «активна життєва діяльність» та «пізнання». Ергопатичний тип реагування супроводжується такими самими орієнтаціями, при цьому цінність «цікава робота» зсувається на другорядні позиції, що підтверджує її компенсаторну роль. У разі анозогнозичного типу реагування цінність «здоров'я» відсувається на задній план, натомість пріоритет отримують життєва активність та саморозвиток. Чутливе і тривожне реагування мають схожі кореляції з цінностями: пріоритетна увага до здоров'я і стурбованість стосунками з оточуючими. Отримані результати суттєво розширюють уявлення про ціннісні аспекти внутрішньої картини хвороби онкологічних пацієнтів.

Ключові слова: сприйняття хвороби, ставлення до хвороби, ставлення до лікування, цінності, ціннісні орієнтації особистості, онкологія, внутрішня картина хвороби.

Serhet Iryna. Illness attitude and its relationship with the value orientations of oncology patients

The study of the internal picture of illness is a crucial component of medical and psychological support for oncology ward patients. While global and Ukrainian psychology have amassed substantial knowledge on psychological states and personality traits that influence the course of oncological diseases, the transformation of patients' life values remains an underexplored issue. A survey was conducted among 105 patients diagnosed with various types and levels of localization of oncological diseases of differing durations. The study utilized the "TOBOL" method for psychological diagnostics of illness response types and M. Rokeach's method for assessing personal value orientations. The findings revealed that 56.2% of patients demonstrated conditionally adaptive types of responses, with only 13.3% exhibiting a genuinely harmonious response type. The most prevalent response was ergopathic, characterized by the maintenance of active productive activities and professional status, which may serve as compensatory or defensive mechanisms. This response was observed in 26.0% of women and 21.9% of men. Among maladaptive response types, the most common were sensitive responses to illness and anxious involvement. Correlation analysis identified sets of value orientations associated with different illness response types. Specifically, the harmonious type was linked to the dominance of terminal values such

as "active life" and "knowledge". The ergopathic response was accompanied by similar orientations; however, the value of "interesting work" shifted to a secondary position, supporting its compensatory role. In the anosognosic response type, the value of "health" was deprioritized, while "life activity" and "self-development" gained prominence. Sensitive and anxious responses showed similar correlations with values, emphasizing a focus on health and concern about relationships with others. These findings significantly expand the understanding of the value aspects of the internal picture of illness in oncology patients.

Key words: illness perception, illness attitude, treatment attitude, values, personal value orientations, oncology, internal picture of illness.

Постановка проблеми. Необхідність вивчення ставлення до хвороби зумовлена тим, що пацієнт є головним суб'єктом лікувально-реабілітаційного процесу. Його особистісні особливості, позиція стосовно захворювання й лікування, відносини з лікарями та медичним персоналом виступають важливими чинниками успішності лікування (стаціонарного, амбулаторного, санаторно-курортного) та реабілітації. Вчасне, виявлення та корекція неадекватних реакцій на хворобу, створення реалістичних, адаптивних установок щодо лікування сприяє не тільки поліпшенню загального психофізіологічного стану пацієнтів, але й профілактиці рецидивів захворювання. Медико-психологічний аналіз ставлення до хвороби в особистісній структурі хворого дозволяє узагальнено відобразити зміст таких понять, як «внутрішня картина хвороби», «реагування на хворобу», «переживання хвороби», «усвідомлення хвороби» тощо. Це також основа для психологічних втручань і використання психотерапії в комплексі лікувально-реабілітаційних заходів.

Сучасні дослідження переконують, що життя у ситуації хронічного соматичного захворювання залежить не стільки від його об'єктивної важкості, скільки від того, як людина уявляє свою хворобу і як до неї ставиться. Г. Левенталь та колеги підкреслили, що сприйняття хвороби та її особистий сенс визначають вибір стратегій подолання і поведінкові реакції пацієнтів [1]. Відношення до хвороби, її прийняття та осмислення значною мірою визначають ресурси адаптації, суб'єктивне благополуччя та якість життя хворого [2; 3]. Психологічні особливості хворих із онкологічними діагнозами вивчали багато українських та західних учених. С. Тейлор пояснила, як люди адаптуються до діагнозу онкологічного захворювання через процеси когнітивної адаптації, такі як

пошук сенсу в досвіді, спроби відновити контроль над життям та підвищення самооцінки [4]. При цьому багато пацієнтів, які успішно пережили рак, повідомляли про переоцінку власних цінностей і цілей у процесі подолання захворювання [5]. Проте достовірної інформації щодо системи ставлень пацієнта та його ціннісної спрямованості досі не досить.

Мета дослідження – з'ясувати, як типи реагування на онкологічне захворювання пов'язані із трансформацією життєвих цінностей людини.

Результати дослідження. У дослідженні взяли участь 105 пацієнтів, які проходили стаціонарне та амбулаторне лікування у Херсонському обласному онкологічному диспансері. Всі вони мали встановлені діагнози онкологічних захворювань різного типу та рівня локалізації, з різною тривалістю та на різних етапах хвороби. Засобом лікування усіх досліджуваних була променева терапія або хіміотерапія. Серед учасників дослідження було 32 чоловіки та 73 жінки.

Використаний опитувальник для психологічної діагностики типів реагування на хворобу «ТОБОЛ». Методика була розроблена в 1987 р. групою вчених лабораторії клінічної психології НДПНІ імені В. М. Бехтерева під керівництвом Л. І. Вассермана (у 2005 р. переглянута). Опитувальник довгі роки використовується вітчизняними психологами у практичній роботі та клінічних наукових дослідженнях [2; 6; 7]; українською мовою текст та інструкції були перекладені Л. М. Співак та А. М. Османовою [8].

Теоретичною основою методики є теорія відношень В.М. Мясіщева та розроблена на її основі клініко-психологічна типологія реакцій особистості на хворобу, сформульована А. Є. Лічком та М. Я. Івановим (1980). Методика дозволяє діагностувати 12 типів відношення:

1. *Гармонійний (Г)*: реалістична оцінка свого стану без схильності перебільшувати його важкість та бачення всього «в темних тонах», але і без недооцінки важкості хвороби. Прагнення активно сприяти успіху лікування. Небажання обтяжувати інших піклуванням про себе. У разі несприятливого прогнозу відбувається переключення інтересів на інші сфери життя, які залишаються досяжні хворому.

2. *Ергопатичний (Р)*: відхід від хвороби у роботу. Навіть у разі тяжкої хвороби і фізичних страждань людина прагне зберегти працездатність та продовжувати активну діяльність. Хворі працюють із більшим залученням, ніж до постановки діагнозу, віддають роботі багато часу, намагаються лікуватися так, щоб це залишало можливості для продовження справи.

3. *Анозогнозичний (З)*: відкидання думок про хворобу та її можливі негативні наслідки. Людина заперечує реальні прояви хвороби, приписуючи їх випадковим обставинам. Часто відмовляється від обстеження та лікування, переконуючи себе, що «усе обійдеться».

4. *Тривожний (Т)*: постійне занепокоєння стосовно несприятливого протікання хвороби, можливих ускладнень, неефективності або небезпечності лікування. Пошук додаткової інформації про хворобу, нових способів та методик лікування, авторитетних лікарів тощо.

5. *Іпохондричний (І)* – зосередженість на суб'єктивних хворобливих й інших неприємних відчуттях, перебільшення їхнього значення, вишукування неіснуючих страждань та прагнення розповідати про них навколишнім. Бажання лікуватися поєднується із невірою в успіх, вимоги детального обстеження – зі страхом побічної дії ліків, болючості процедур.

6. *Неврастенічний (Н)* – поводження за типом «дратівливої слабкості». Часто спостерігається нетерплячість і спалахи роздратування, особливо при болях, несприятливих даних обстеження тощо. Нетерпимість, сльози, нездатність чекати полегшення чергуються із розкаянням за нестриманість.

7. *Меланхолійний (М)*: невіра в успіх та ефект лікування, в можливість одужання чи покращення навіть за сприятливих об'єктивних даних. Пацієнти пригнічені

хворобою, налаштовані песимістично, мають депресивні прояви аж до суїцидальних думок.

8. *Апатичний (А)*: характеризується повною байдужістю до своєї долі і результатів лікування, а також втратою інтересу до того, що раніше хвилювало. Пацієнти пасивно підпорядковуються медичним процедурам у разі наполегливого стимулювання ззовні.

9. *Сенситивний (С)*: надмірне піклування про неприємні враження, які може спричинити хвороба на навколишніх; страх стати тягарем для близьких.

10. *Егоцентричний (Е)*: «занурення у хворобу», демонстрація близьким та іншим людям своїх страждань, переживань для заволодіння їхньою увагою, вимагання особливого відношення до себе.

11. *Паранояльний (П)*: впевненість, що хвороба є результатом якогось злого наміру, а ускладнення є результатом недбалості лікарів та медичного персоналу. Крайня підозрілість до ліків та процедур.

12. *Дисфоричний (Д)*: домінує похмурозлий настрій, заздрість і ненависть до здорових людей [9].

Вказані типи ставлення до хвороби можуть бути об'єднані у три блоки за критеріями адаптивності та спрямованості дезадаптації:

1) умовно адаптивні типи реагування на хворобу, до яких належать гармонійний, ергопатичний та анозогнозичний (Г, Р, З);

2) типи реагування із проявами психічної дезадаптації, що пов'язані із *інтрапсихічною спрямованістю* реагування на хворобу: тривожний, іпохондричний, неврастенічний, меланхолійний і апатичний (Т, І, Н, М, А);

3) типи реагування із проявами психічної дезадаптації, що пов'язані із *інтерпсихічною спрямованістю* реагування на хворобу: сенситивний, егоцентричний, паранояльний та дисфоричний (С, Е, П, Д).

Опитувальник складається з 12 тематичних блоків, які містять інформацію про ставлення людини до низки життєвих проблем і ситуацій, безпосередньо чи опосередковано пов'язаних із захворюванням: самопочуття, настрої, сон, апетит, ставлення до хвороби, до її лікування, ставлення до лікарів та медперсоналу, ставлення до рід-

них та близьких, ставлення до майбутнього тощо. Вони містять від 10 до 15 тверджень, притаманних різним типам реагування на хворобу, що були складені на основі клінічного досвіду групи експертів. Пацієнту пропонується у кожному тематичному блоці відібрати два твердження, які найбільше йому підходять (також є можливість вказати, що жодне твердження не відповідає його ставленню до хвороби). Час заповнення реєстраційного листа необмежений.

Обробка даних є досить складною і багатоетапною. Вибрані пацієнтами твердження оцінюються за допомогою таблиць із діагностичними кодами, при цьому кожне твердження зазвичай має вагу в кількох типах реагування на хворобу (використовуються коефіцієнти від 2 до 5 балів). Набрані бали підсумовуються, на їх основі визначається профіль індивідуального ставлення та його якісна інтерпретація. Сума коефіцієнтів, що відповідає певному типу реагування, може розглядатися як окрема діагностична шкала. Індивідуальний профіль із 12 психодіагностичних шкал характеризує сукупність різних аспектів ставлення пацієнта до захворювання.

Таким чином, методика не містить кількісних діагностичних норм або точок відсікання, натомість розглядаються індивідуальні профілі оцінок, визначаються провідні типи реагування та їх якісна інтерпретація.

Аналіз результатів дослідження.

За результатами діагностики ставлення до хвороби пацієнтів можна розділити на декілька груп, які відображені у таблиці 1.

Як видно з таблиці 1, серед пацієнтів онкологічного відділення досить поширені випадки адаптивного ставлення до хвороби.

Передусім це *стенічний ергопатичний тип реагування (24,8%)*, для якого характерне посилення залученості та відповідальності щодо роботи, прагнення зберегти професійний статус і продовжувати активну трудову діяльність, незважаючи на захворювання. З одного боку, це може бути зумовлене необхідністю мати матеріальні кошти для забезпечення лікування, з іншого – допомагати людині уникати неприємних думок та переживань, пов'язаних із діагнозом.

Гармонійний тип реагування (реалістичний і зважений) властивий значно меншій кількості опитаних – лише 13,3% вибірки. Такі пацієнти оцінюють власний стан без схильності перебільшувати його тяжкість, але й без недооцінки небезпеки захворювання. Вони поведуться так, щоб активно сприяти успіху лікування, при цьому не обтяжувати близьких необхідністю догляду за собою. У разі несприятливого прогнозу хвороби вони часто переключають інтереси на сфери життя, які залишаються доступними, зосереджують увагу на справах, втіленні мрій або турботі про близьких.

Ергопатичний і гармонічний типи реагування на онкологічне захворювання дещо більше властиві жінкам, ніж чоловікам (див. табл. 1).

Анозогностичний тип реагування виявлено у 7,6% хворих, ще у 2,9% він поєднується із ергопатичним типом. Ці пацієнти активно відкидають думки про хворобу та її можливі наслідки аж до заперечення. Виразні симптоми хвороби вони сприймають як «несерйозні» або випадкові. Спостерігається бажання продовжувати жити, як раніше, незважаючи на хворобу. Усе це може спричинити легковажне ставлення до лікування, порушення режиму та лікарських рекомендацій, що згубно позначається на перебігу хвороби.

Загалом до умовно-адаптивних типів реагування (Г, Р, З, Р+З, Г+Р+З) належать 56,2% пацієнтів, серед яких кількісно переважають жінки. Вважається, що за таких типів ставлення до хвороби психічна та соціальна адаптація особистості суттєво не порушується. За гармонійного типу реагування пацієнти, адекватно оцінюючи власний стан, беруть активну участь у лікуванні, дотримуються призначеного режиму. Для них характерне прагнення подолати захворювання і водночас неприйняття ролі хворого або «жертви», збереження ціннісної структури та активного соціального функціонування. Крім гармонійного типу реагування, до цього блоку включені ергопатичний та анозогностичний типи. Для таких пацієнтів характерне деяке зниження критично-реалістичного ставлення до власного стану, що може виявлятися у захисних реакціях: применшенні значущості захворювання

(до повного витіснення) або зануренні в роботу. Проте суттєві прояви психічної дезадаптації у таких пацієнтів відсутні, що дозволяє умовно включити в один блок з гармонійним типом.

Розглянемо поширені типи реагування, що включають ознаки дезадаптації та потребують психологічного втручання.

Серед онкологічних пацієнтів досить поширені прояви *сенситивного реагування* на хворобу (чистий тип діагностовано у 7,6%), для якого характерні надмірна вразливість, коливання настрою, а також стурбованість міжособистісними контактами через несприятливе враження, яке може спричинити на інших людей повідомлення про онкологічний діагноз. Пацієнти очікують, що навколишні будуть вважати їх неповноцінними, жаліти, зневажати або уникали спілкування тощо. Крім того, вони бояться стати тягарем для близьких та відчувати неприємне ставлення до себе.

Сенситивність часто поєднується з іншими типами реагування: виразними ознаками ергопатичності (4,8%), тривожної іпохондрії (3,8%), ергопатичної неврастенії (1,9%) та іншими.

Окрім сенситивності, для онкологічних пацієнтів характерні прояви тривоги, які найчастіше сполучаються з низькими оцінками анозогнозичного типу реагування. Така «тривожна залученість» у хворобу була діагностована у 3,8% пацієнтів. Вони відчують постійне занепокоєння щодо несприятливого перебігу хвороби, можливих ускладнень, неефективності або небезпечності лікування. Через це вони схильні постійно шукати додаткову інформацію про хворобу, нові методи лікування, авторитетних лікарів і т.ін. Тривожність часто спричиняє пригніченість настрою та психічної активності.

У 17,1% пацієнтів виявлено дифузні типи реагування, що поєднують чотири

Таблиця 1

Класифікація онкологічних пацієнтів за типом ставлення до хвороби

	Випадки у вибірці (105 осіб)		Випадки у підвбірці жінок (73 особи)		Випадки у підвбірці чоловіків (32 особи)	
	Кіл-ть	%	Кіл-ть	%	Кіл-ть	%
Чисті типи						
Гармонійний тип (Г)	14	13,33	11	15,07	3	9,38
Ергопатичний (Р)	26	24,76	19	26,03	7	21,88
Анозогнозичний (З)	8	7,62	5	6,85	3	9,38
Сенситивний (С)	8	7,62	7	9,59	1	3,13
Тривожний (Т)	2	1,90	1	1,37	1	3,13
Іпохондричний (І)	1	0,95	1	1,37	0	0,00
Змішані типи						
Адаптивний із врівноваженими оцінками (Г+Р+З)	8	7,62	7	9,59	1	3,13
Сенситивно-ергопатичний (С+Р)	5	4,76	3	4,11	2	6,25
Сенситивно-тривожно-іпохондричний (С+Т+І)	4	3,81	1	1,37	3	9,38
Залучено-тривожний (високі бали Т у разі низьких показників А)	4	3,81	2	2,74	2	6,25
Ергопатично-анозогнозичний (Р+З)	3	2,86	2	2,74	1	3,13
Ергопатично-сенситивно-неврастенічний (Е+С+Н)	2	1,90	1	1,37	1	3,13
Тривожно-сенситивно-паранояльний	1	0,95	1	1,37	0	0,00
Тривожно-сенситивний	1	0,95	0	0,00	1	3,13
Дифузні типи						
З виразним паранояльним компонентом	5	4,76	2	2,74	3	9,38
З виразним меланхолічним компонентом	4	3,81	3	4,11	1	3,13
З виразним дисфоричним компонентом	2	1,90	1	1,37	1	3,13
Інші дифузні типи	7	6,67	5	6,85	2	6,25

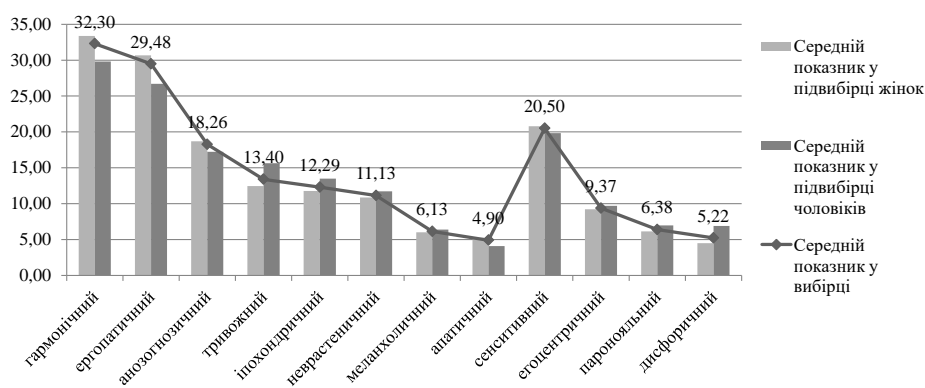


Рис. 1. Середні показники типів реагування у пацієнтів з онкологічними захворюваннями

Таблиця 2

Коефіцієнти рангової кореляції між показниками шкал ставлення до хвороби та позицією термінальних цінностей

	Гармонічний	Ергопатичний	Анозогнозичний	Тривожний	Неврастенічний	Меланхолічний	Апатичний	Сенситивний	Егоцентричний	Дисфоричний
Активна життєва діяльність	-,203*	-,242*	-,206*	0,163	,198*	0,132	0,010	-0,070	-0,047	-0,019
Здоров'я	0,039	0,080	,345**	-,214*	-0,175	-0,114	-0,196	-,264**	-0,075	-0,186
Цікава робота	0,110	,207*	0,065	-0,15	-0,073	-0,002	0,034	0,017	-0,003	-,220*
Краса природи та місцевця	-0,105	-,230*	-0,050	0,136	0,056	0,142	0,123	0,040	0,185	0,172
Суспільне покликання	-0,056	-0,001	-0,063	-0,053	-0,028	0,092	0,260**	-0,080	-0,008	0,013
Пізнання	-,258**	-,243*	-0,185	,198*	0,109	,280**	0,202*	0,017	0,157	0,035
Продуктивне життя	0,059	0,038	0,005	0,155	-0,015	-0,058	-0,004	0,122	0,000	-,234*
Розвиток	-0,070	-0,067	-,444**	,268**	,319**	0,068	-0,011	0,220*	0,030	0,072
Свобода	0,102	0,106	0,065	0,063	0,069	-,199*	-0,254*	0,127	-0,005	0,033
Щастя інших	0,077	0,015	,271**	-,308**	-,295**	-0,120	-0,130	-,313**	-,203*	-0,010
Творчість	-0,009	-0,013	0,04	0,016	0,121	-0,110	-0,141	-0,077	-0,028	,216*

Примітка: * – кореляція значуща при $p \leq 0,05$, ** – кореляція значуща при $p \leq 0,01$; цінності, стосовно яких не було виявлено значущих кореляцій, вилучені із таблиці.

і більше різноманітних ознак. Серед них можна виділити сполучення з виразним паранояльним компонентом (4,9% пацієнтів) та виразним меланхолічним компонентом (3,8%).

Аналіз узагальненого групового профілю реагування на хворобу на рис. 1 демонструє, що сенситивність є провідним типом реагування, який може призводити

до порушень психосоціальної адаптації пацієнтів.

Таке ставлення свідчить про інтерпсихічну спрямованість особистісного реагування на хворобу, що зумовлює порушення соціальної адаптації пацієнтів. Таке сенсibiлізоване ставлення до хвороби, ймовірно, залежить від преморбідних особливостей особистості. Воно часто про-

являється дезадаптивною поведінкою: пацієнти соромляться свого захворювання та відчувають дискомфорт у спілкуванні з навколишніми.

Становить науковий інтерес аналіз взаємозв'язків між ставленням до хвороби та ціннісними орієнтаціями пацієнтів. Для цього були виміряні термінальні цінності особистості за допомогою методики вивчення ціннісних орієнтацій Рокича. Результати описані в попередніх публікаціях автора [10].

За допомогою кореляційного аналізу були виявлені набори ціннісних орієнтацій, що асоціюються з певними типами реагування на хворобу. Оскільки ціннісні орієнтації виміряні у порядковій шкалі, було розраховано непараметричні коефіцієнти рангової кореляції Спірмена (табл. 2). Під час аналізу отриманих даних нас передусім цікавили поширені типи ставлення до хвороби, виявлені у вибірці: гармонійний, ергопатичний, анозогнозичний та сенситивний. У разі інтерпретації коефіцієнтів кореляції слід пам'ятати, що низьке кількісне значення рангу свідчить про пріоритетність цінності в особистій ієрархії.

Вираженість гармонійного типу реагування на хворобу виявилась пов'язана із переважанням термінальних цінностей «активна життєва діяльність» (повнота, емоційна насиченість життя) та «пізнання» (можливість вдосконалення власної освіти, світогляду, загальної культури). Ергопатичний тип реагування супроводжується

тими самими ціннісними орієнтаціями, при цьому цінність «цікава робота» зсувається на другорядні позиції (збільшення рангу). Це підтверджує попереднє припущення про те, що у ситуації хвороби зануреність у роботу відіграє скоріше захисну роль та виступає способом задоволення інших важливих життєвих потреб людини.

За анозогнозичного типу реагування цінність «здоров'я» відсувається на задній план, при цьому пріоритет отримують життєва активність та розвиток (робота над собою, фізичне й духовне вдосконалення). Це поєднує прояви такого типу з ергопатичним ставленням на хвороби.

Сенситивне і тривожне реагування на хворобу мають схожі кореляції з ціннісними орієнтаціями пацієнтів: пріоритетна позиція цінності «здоров'я», стурбованість добробутом навколишніх (вагомість цінності «щастя і добробут інших») та відсування на другорядні позиції цінності «розвиток».

Висновки. Серед пацієнтів онкологічного відділення поширені різноманітні прояви дезадаптивного ставлення до хвороби, серед яких переважають сенситивні і тривожні реакції. Окремі типи реагування на хворобу достовірно корелюють з провідними життєвими цінностями особистості. Отримані результати підтверджують психологічні знання про типологію реагування особистості на соматичну хворобу, а також розширюють уявлення про ціннісні аспекти такого реагування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Leventhal H., Meyer D., Nerenz D. The Common Sense Representation of Illness Danger. *Medical Psychology* / Ed. S. Rachman. Pergamon, New York, 1980. Vol. 2. P. 7–30.
2. Дідковська Л.І. Ставлення до хвороби та психологічне благополуччя осіб у ситуації хронічного соматичного захворювання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2020. Вип. 1. С. 182–189. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-1-25>.
3. Stanton A.L., Danoff-Burg S., Huggins M.E. The first year after breast cancer diagnosis: Hope and coping strategies as predictors of adjustment. *Psycho-Oncology*, 2002. Vol. 11(2). P. 93–102. <https://doi.org/10.1002/pon.574>.
4. Taylor S.E. Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. *American Psychologist*. 1983. Vol. 38(11). P. 1161–1173.
5. Arem H., Duarte D.A., White B., Vinson K., Hinds P., Ball N. et al. Young Adult Cancer Survivors' Perspectives on Cancer's Impact on Different Life Areas Post-Treatment: A Qualitative Study. *Journal of adolescent and young adult oncology*, 2024. Vol. 13(5). P. 748–759. <https://doi.org/10.1089/jayao.2024.0021>.
6. Смайлова С.О., Єпішкіна І.В. Типи ставлення до хвороби у членів однієї сімейної системи. *Актуальні проблеми психології*. Том 10. *Психологія навчання. Генетична психологія*.

Медична психологія. 2013. № 23. С. 604–615. URL: <http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/arkhiv-vydannia/tom-10/vipusk-10-23>.

7. Шорніков А.В. Непсихотичні психічні розлади у хворих на асептичний некроз головки стегнової кістки, які потребують ендопротезування : дис. ... доктора філософії : 222 «Медицина». Дніпро, 2023. 184 с. URL: <https://repo.dma.dp.ua>.

8. Співак Л.М., Османова А.М. Методика діагностики типів ставлення до хвороби (ТОБОЛ). *Психодіагностика в клінічній психології* / укл. Л.М. Співак, А.М. Османова. Київ : Університет «Україна», 2023. С. 56–67.

9. Мушевич М.І. Клінічна психодіагностика : методичні рекомендації. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2006. С. 117–119.

10. Сергет І.В. Трансформація життєвих цінностей осіб, хворих на онкологію. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. Вип. 2. С. 35–40. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-5>.

REFERENCES:

1. Leventhal, H., Meyer, D., & Nerenz, D. (1980). The Common Sense Representation of Illness Danger. In Rachman, S., Ed., *Medical Psychology*, Vol. 2, Pergamon, New York, 7–30 [in English].

2. Didkovska, L.I. (2020). Stavlennia do khvoroby ta psykholohichne blahopoluchchia osib u sytuatsii khronichnoho somatychnoho zakhvoriuvannia [Attitude to illness and psychological well-being of individuals in a situation of chronic somatic disease]. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Series Psychological Sciences*, 1, 182–189. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-1-25> [in Ukrainian].

3. Stanton, A.L., Danoff-Burg, S., & Huggins, M.E. (2002). The first year after breast cancer diagnosis: Hope and coping strategies as predictors of adjustment. *Psycho-Oncology*, 11(2), 93–102. <https://doi.org/10.1002/pon.574> [in English].

4. Taylor, S.E. (1983). Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. *American Psychologist*, 38(11), 1161–1173 [in English].

5. Arem, H., Duarte, D.A., White, B., Vinson, K., Hinds, P., Ball, N., Dennis, K., McCready, D.M., Cafferty, L.A., & Berg, C.J. (2024). Young Adult Cancer Survivors' Perspectives on Cancer's Impact on Different Life Areas Post-Treatment: A Qualitative Study. *Journal of adolescent and young adult oncology*, 13(5), 748–759. <https://doi.org/10.1089/jayao.2024.0021> [in English].

6. Smailova, S.O., & Yepishkina, I.V. (2013). Typy stavlennia do khvoroby u chleniv odniiei simeinoi systemy [Types of attitude to illness in members of one family system]. *Aktualni problemy psykholohii*. Vol. 10. *Psykholohiia navchannia. Henetychna psykholohiia. Medychna psykholohiia*, 23, 604–615 [in Ukrainian].

7. Shornikov, A.V. (2023). Nepsykhotychni psykhychni rozlady u khvorykh na aseptychnyi nekroz holovky stehnovoi kistky, yaki potrebuuiut endoprotezuvannia [Non-psychotic mental disorders in patients with aseptic necrosis of the femoral head requiring endoprosthetics]: dissertation ... PhD: 222 – “Medicine”. Dnipro. 184 p. Retrieved from: <https://repo.dma.dp.ua> [in Ukrainian].

8. Spivak, L.M., & Osmanova, A.M. Metodyka diahnostryky typiv stavlennia do khvoroby (TOBOL) [Methodology for diagnosing types of attitude to illness (TOBOL)]. *Psychodiagnostics in clinical psychology*. Pp. 56–67. / ed. L.M. Spivak, A.M. Osmanova. Kyiv: University “Ukraine” [in Ukrainian].

9. Mushevych, M.I. (2006). *Klinichna psykhodiahnostyka [Clinical psychodiagnostics]: metodychni rekomendatsii*. Lutsk: RVV «Vezha» Volyn. derzh. un-tu im. Lesi Ukrainky. P. 117–119 [in Ukrainian].

10. Serhet, I.V. (2022). Transformatsiia zhyttievkykh tsinnosti osib, khvorykh na onkolohiiu [Transformation of life values of individuals with oncology]. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Series “Psychological Sciences”*, 2, 35–40. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-5> [in Ukrainian].

НОТАТКИ

Наукове видання

ПСИХОЛОГІЧНІ СТУДІЇ

№ 4, 2024

Коректура • Ірина Миколаївна Чудеснова

Комп'ютерна верстка • Марина Сергіївна Михальченко

Підписано до друку 23.12.2024.

Формат 60x84/8. Гарнітура Verdana.

Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 11,39.

Замов. № 0225/134. Наклад 300 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»

65101, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1

Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08

E-mail: mailbox@helvetica.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи

ДК № 7623 від 22.06.2022 р.