

Волинський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ СТУДІЇ

№ 3, 2023



Видавничий дім
«Гельветика»
2023

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 та клінічної психології, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Україна;

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
28 вересня 2023 р., протокол № 10

Науковий журнал «Психологічні студії» зареєстрований Міністерством юстиції України у 2022 році
(свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія КВ № 25301-15241Р від 02.11.2022 року)

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

Богун Вікторія Василівна, Макогончук Наталія Віталіївна ПЕРЕВАЖАЮЧІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ В ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ.....	7
Бородулькіна Тетяна Олександрівна ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТ У РОБОТІ З ПСИХОЛОГІЧНОЮ ТРАВМОЮ.....	15
Ганаба Світлана Олександрівна, Балашов Едуард Михайлович ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИРАЖЕНОСТІ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ.....	22
Гриньова Наталія Вячеславівна ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТИЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ДО РОБОТИ З УЧНЯМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	31
Дучимінська Тамара Іванівна, Мельник Антоній Петрович, Дучимінський Олег Григорович СТРІЛЬБА З ЛУКА ЯК ІНСТРУМЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ЕКСКОМБАТАНТІВ.....	38
Каряка Інна Вікторівна ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	45
Кириченко Віктор Васильович СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ ПОЛЯКІВ ТА УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ (ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ).....	51
Ковтун Алла Юріївна НЕВИДИМИЙ АСПЕКТ ДЕМОГРАФІЧНОЇ КРИЗИ: ПОРУШЕННЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВ'Я В ЖІНОК.....	57
Кордунова Наталія Олександрівна, Грицюк Ірина Михайлівна ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ / ПОРУШЕННЯМИ ЗДОРОВ'Я.....	62
Кошелева Наталя Геннадіївна, Щербина Юлія Миколаївна ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	68
Крижановська Зореслава Юріївна, Бабак Костянтин Валерійович ВПЛИВ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ДИТИНСТВА НА ЯКІСТЬ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ.....	74
Кротюк Катерина Андріївна СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ.....	81
Магдисюк Людмила Іванівна, Федоренко Раїса Петрівна, Шкарлатюк Катерина Іванівна ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ПОДРУЖНИМИ ВЗАЄМИНАМИ В МОЛОДІЙ СІМ'ї.....	89
Міщиха Лариса Петрівна, Кобилянська Наталія Миколаївна ОСОБЛИВОСТІ АКАДЕМІЧНОЇ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	95

Мудрак Ігор Аркадійович, Демчук Віолета Борисівна, Ващинець Олена Григорівна ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ НЕВРОТИЗАЦІЇ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З РІЗНИМ РІВНЕМ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ.....	102
Оверчук Вікторія Анатоліївна РОЛЬ СІМ'Ї В ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ПСИХІАТРИЧНОЇ ДОПОМОГИ ХВОРИМ ІЗ ПСИХІЧНИМИ РОЗЛАДАМИ.....	108
Папуча Микола Васильович МАТЕРИНСТВО В УКРАЇНСЬКІЙ КУЛЬТУРІ: ПСИХОЛОГІЯ СУЧАСНОЇ МАТЕРІ.....	115
Перепелюк Тетяна Дмитрівна ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ЖІНКАМ, ЯКІ СТРАЖДАЮТЬ НА БЕЗПЛІДНЯ, В УМОВАХ МЕДИЧНОЇ УСТАНОВИ.....	121
Петреченко Світлана Анатоліївна ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ ТА РОЛЬ ЖІНКИ У ВІЙСЬКОВІЙ СЛУЖБІ В УКРАЇНІ.....	126
Твердохліб Наталія Гнатівна ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ БОЙОВОГО СТРЕСУ ТА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	132
Ходотаєв Артем Андрійович ВПЛИВ СОЦІУМУ ТА КРИЗОВИХ ПЕРІОДІВ НА ПОВЕДІНКУ Й СОЦІАЛІЗАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ.....	136
Цумарева Наталя Вікторівна ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СФЕРІ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В КУРСАНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ПРАВООХОРОННА ДІЯЛЬНІСТЬ» ТА СПОСОБИ ЇЇ ПІДВИЩЕННЯ	143

CONTENTS

Bohun Victoria, Makohonchuk Nataliia PREVAILING COPING STRATEGIES OF TEACHERS IN WARTIME CONDITIONS.....	7
Borodulkina Tetiana FEATURES OF THE APPLICATION OF METAPHORICAL ASSOCIATION CARDS IN WORKING WITH PSYCHOLOGICAL TRAUMA.....	15
Hanaba Svitlana, Balashov Eduard EMPIRICAL ANALYSIS OF THE MANIFESTATION OF POST-TRAUMATIC GROWTH IN COMBATANTS.....	22
Hrynova Nataliia FORMATION OF EMOTIONAL RESISTANCE OF FUTURE TEACHERS TO WORK WITH STUDENTS WITH PEOPLE.....	31
Duchyminska Tamara, Melnyk Antonii, Duchyminskyi Oleh ARCHERY AS A TOOL FOR THE PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF EXCOMBATANTS.....	38
Kariaka Inna FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF COMMUNICATIVE COMPETENCE IN PSYCHOLOGY STUDENTS.....	45
Kyrychenko Viktor SOCIAL-PSYCHOLOGICAL PORTRAIT OF POLES AND UKRAINIANS IN TIMES OF WAR (COMPARATIVE ANALYSIS).....	51
Kovtyn Alla THE INVISIBLE ASPECT OF THE DEMOGRAPHIC CRISIS: IMPAIRED REPRODUCTIVE HEALTH IN WOMEN.....	57
Kordunova Nataliya, Hrytsyuk Iryna PSYCHOLOGICAL FEATURES OF WILL DEVELOPMENT OF PERSONS WITH DISABILITIES / HEALTH DISORDERS.....	62
Kosheleva Natalia, Shcherbyna Yulia PECULIARITIES OF LEADERSHIP QUALITIES FORMATION IN ADOLESCENCE.....	68
Kryzhanovska Zoreslava, Babak Konstantin THE IMPACT OF TRAUMATIC CHILDHOOD EXPERIENCES ON THE QUALITY OF ATTACHMENT.....	74
Krotiuk Kateryna STRUCTURAL MODEL OF THE VALUE AND MEANINGFUL SPHERE OF THE MILITARY PERSONNEL PARTICIPATING IN COMBAT ACTIONS.....	81
Mahdysiuk Liudmyla, Fedorenko Raisa, Shkarlatiuk Kateryna GENDER CHARACTERISTICS OF SATISFACTION WITH MARITAL RELATIONSHIPS IN YOUNG FAMILIES.....	89
Mishchykha Larysa, Kobylanska Nataliia PECULIARITIES OF ACADEMIC PROCRASTINATION OF STUDENTS IN THE CONDITIONS OF MARTIAL LAW.....	95
Mudrak Ihor, Demchuk Violeta, Vashchynets Olena PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MANIFESTATION OF NEUROTISATION IN UNIVERSITY STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION.....	102

Overchuk Victoria

THE ROLE OF THE FAMILY IN THE ORGANIZATION OF PSYCHOSOCIAL REHABILITATION AND PSYCHIATRIC ASSISTANCE FOR PATIENTS WITH MENTAL DISORDERS.....108

Papucha Mykola

MOTHERHOOD IN UKRAINIAN CULTURE: THE PSYCHOLOGY OF THE MODERN MOTHER.....115

Perepeliuk Tetiana

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO WOMEN SUFFERING FROM INFERTILITY IN THE CONDITIONS OF A MEDICAL INSTITUTION.....121

Petrenchenko Svitlana

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF GENDER EQUALITY AND THE ROLE OF WOMEN IN MILITARY SERVICE IN UKRAINE.....126

Tverdokhlib Nataliia

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF COMBAT AND OPERATIONAL STRESS REACTION AND ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL.....132

Khodotaiev Artem

INFLUENCE OF SOCIETY AND CRISIS PERIODS ON BEHAVIOUR AND SOCIALISATION OF INDIVIDUALS.....136

Tsumarieva Natalia

STUDY OF COMMUNICATIVE COMPETENCE IN GENDER EQUALITY AMONG CADETS MAJORING IN SPECIALTY "LAW ENFORCEMENT" AND WAYS TO IMPROVE IT.....143

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.1>

ПЕРЕВАЖАЮЧІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ В ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Богун Вікторія Василівна,

магістрант ОП «Психологія»

Національного університету «Острозька академія»

<https://orcid.org/0000-0002-6756-5204>**Макогончук Наталія Віталіївна,**

кандидат педагогічних наук, доцент,

старший викладач кафедри психології, педагогіки та соціально-економічних дисциплін
Національної академії Державної прикордонної служби України

імені Богдана Хмельницького

<https://orcid.org/0000-0001-7378-8917>

Актуальність дослідження внутрішніх ресурсів людини зумовлена низкою кризових явищ у суспільстві, які посилюються на тлі подій російсько-української війни. Військові реалії спричиняють низку травматичних подій та суспільних викликів, на які людина має адекватно реагувати та знаходити ефективні відповіді, опановуючи величезний арсенал особистісних адаптаційних ресурсів. Стресогенна, психотравматична ситуація, пов'язана з військовими подіями, впливає на психічне здоров'я й благополуччя кожної людини. Педагоги загальноосвітніх закладів – не виняток. Дослідження копінг-стратегій було проведено серед педагогів м. Хмельницького та м. Тячів Закарпатської області. До опитування залучалися особи зрілого віку, оскільки ця категорія є основою в цій професійній групі. У процесі проведеного емпіричного дослідження було з'ясовано, що переважаючими копінг-стратегіями в подоланні стресових і травматичних життєвих подій є орієнтація педагогів на вирішення завдань й активне подолання стресотравматичних ситуацій. Внутрішніми ресурсами, які зазвичай використовують педагоги в подоланні стресогенних ситуацій, є пізнавальні практики й когнітивні стратегії, орієнтація на соціальну підтримку та соціальну приналежність, оперття на власні переконання, систему цінностей і готовність слідувати своїй філософії життя. Водночас необхідно звернути увагу на розвиток і збагачення ресурсів, які пов'язані з вираженням емоцій та почуттів, спрямованих на розвиток творчості, мрій та фантазій. У ситуаціях, коли людина «вибита з колії» та втратила ґрунт під ногами, їй варто звернутися до тих ресурсів, які поки що не проявлені чи використовуються не повною мірою. Важливо розуміти сильні сторони й розвивати слабкі (пасивні) канали, в такий спосіб посилюючи опір травматичним подіям і розвиваючи себе як гармонійну збалансовану особистість.

Ключові слова: суспільні кризи, копінг-стратегії, внутрішні ресурси, педагоги, стрес, благополуччя.

Bohun Victoria, Makohonchuk Nataliia. Prevailing coping strategies of teachers in wartime conditions

The relevance of the study of internal human resources is determined by a number of crisis phenomena in society, which are intensified by the events of the Russian-Ukrainian war. Military realities cause a number of traumatic events and social challenges, to which a person must respond adequately and find effective answers, mastering a huge arsenal of personal adaptation resources. The stressful, psychotraumatic situation associated with military events affects the mental health and well-being of every person. Teachers of secondary schools are no exception. The study of coping strategies was conducted among teachers in Khmelnytskyi and Tyachiv, Zakarpattia Oblast. People of mature age were involved in the survey, since this category is the main one in this professional group. In the course of the conducted empirical research, it was found that the dominant coping strategies in overcoming stressful and traumatic life events are teachers' orientation towards solving tasks and actively overcoming stressful and traumatic situations. Internal resources that teachers usually use to overcome stressful situations are cognitive practices and cognitive strategies, focus on social support and social belonging, reliance on one's own beliefs, value system, and willingness to follow one's philosophy of life. At the same time, it is necessary to pay

attention to the development and enrichment of resources related to the expression of emotions and feelings aimed at the development of creativity, dreams and fantasies. In situations where a person is "knocked out of the rut" and has lost the ground under his feet, he should turn to those resources that have not yet been manifested or are not being used to their full extent. It is important to understand the strengths and develop weak (passive) channels, thus strengthening resistance to traumatic events and developing oneself as a harmonious balanced personality.

Key words: social crises, coping strategies, internal resources, teachers, stress, well-being.

Постановка проблеми. Питання вибору та аналізу стратегій діяльності й забезпечення життєстійкості людини у складних життєвих ситуаціях набуло актуальності в психології ще у ХХ столітті. Інтерес до цієї проблематики пов'язаний зі зростанням кількості й масштабів суспільних криз, посиленням їх впливу на людину та сфери її життя. Сучасна людина живе в умовах перманентних суспільних криз, переходів у «незнане буття», які, з одного боку, викликають у неї стан тривоги та розгубленості перед подіями сьогодення і прогнозами майбутнього, а, з іншого боку, спонукають до пошуку життєвих ресурсів, стратегій подолання особистісних та життєвих негараздів. Зауважимо, що в умовах сучасного світу кризовість буття, відчуття небезпеки і тривоги посилюється на тлі російсько-української війни. Військові реалії спричиняють низку травмувальних подій та суспільних викликів, на які людина має адекватно реагувати і знаходити ефективні відповіді, опановуючи величезний арсенал особистісних адаптаційних ресурсів. Очевидно, що окреслені вище обставини активізують необхідність дослідження внутрішніх ресурсів людини, які допоможуть їй протидіяти руйнівним наслідкам небезпечних подій, що повсякчас виникають і набувають загрозливих масштабів в умовах війни. Як ілюстрацію можна навести міркування Ю. Габермаса про розуміння (на прикладі медичної сфери) потенційних ресурсів суспільної кризи для людини та спроможності її особистісного зростання. Зазначимо, що дослідник розглядав суспільну кризу метафорично, як певну фазу захворювання організму. Ця криза, на його думку, є індикатором, який засвідчує, чи досить у людини сил для боротьби й ресурсів для одужання. Йдеться насамперед про ситуацію, за якої пацієнт «втягнутий» у боротьбу за життя й, відповідно, одужання. На тлі небезпеки для життя пацієнт долає роль пасивного внутрішнього спостерігача по

відношенню до тих факторів, які її спричиняють, мобілізуючи всі наявні та приховані ресурси задля її подолання, з тим, щоб одужати [1, с. 7]. Отже, суспільна криза може слугувати як ситуація пошуку й використання прихованих, потенційних чи можливо раніше несуттєвих ресурсів для особистісного розвитку та адаптаційних можливостей людини. Зауважимо, що в пошуку особистісних ресурсів та адаптаційних можливостей людини суттєвий інтерес для науковців становить вивчення копінг-стратегій як елементів свідомої поведінки людини. Йдеться про розуміння осмисленої діяльності людини, яка спрямовується на активну взаємодію із ситуацією, піддається контролю або пристосуванню до ситуації за умови неможливості її змінити чи повністю контролювати.

У психологічній літературі термін «копінг» (англ. coping) вперше було використано Л. Мерфі в книзі «Подолання вразливості у проживанні дитинства. Копінг та адаптація». У праці дослідник проаналізував копінг як стратегію подолання тривоги та стресу дітьми під час вікових криз розвитку. Він розглядав цю дефініцію як «безперервно мінливі спроби впоратися в когнітивній та поведінковій областях зі специфічними зовнішніми чи внутрішніми вимогами, які оцінюються як надмірні чи перевищують ресурси людини» [12]. Згодом у низці теоретичних та експериментальних досліджень зарубіжні науковці Н. Сельє, Дж. Роттер, А. Маслоу, С. Фолкман та інші визначили, що для подолання стресу кожна людина використовує спектр власних копінг-стратегій. Релевантним у цьому процесі, на їхню думку, є наявні в неї психологічні ресурси та набутий особистісний досвід. Загалом, стрес-долаюча поведінка ними визначається як результат взаємодії копінг-стратегій та копінг-ресурсів. Проте різні життєві ситуації потребують використання людиною різних копінг-стратегій та копінг-ресурсів. Так, один із представників ресурсної теорії С.Е. Хобфолл

дійшов висновку, що зберегти здоров'я та адаптуватися до складних життєвих обставин можна завдяки «розподілу ресурсів», які впливають на копінгову поведінку людини. Суттєву роль у визначенні стратегій поведінки людини у складних соціальних ситуаціях мають соціальні чинники. Зокрема, соціальна активність людини, а саме волонтерська діяльність, розглядалася К. Шубніковою як ефективна копінг-стратегія в подоланні складних життєвих ситуацій. Розширили смислове розуміння копінг-стратегій Р. Каламаж, Г. Гандзелевська, Г. Гільман. На їхню думку, вибір копінг-стратегій є прикладом саногенного мислення й розглядається як здатність проводити рефлексивну діяльність у проблемній ситуації та як практична реалізація вибраного варіанту дій [11]. Загалом у психологічній літературі представлено широкий континуум проблематики, пов'язаної з аналізом та можливостями використання копінг-стратегій у вирішенні життєвих ситуацій та в професійній діяльності людини. Так, особливості формування копінг-поведінки в різних сферах професійної діяльності проаналізовано в наукових розвідках О. Склень, З. Сивогракової. Питання саморегуляції педагогів у складних умовах їхньої професійної діяльності розглянуто в дослідженнях С. Малазонія, Н. Сидоренко. Дослідниця А. Кіясь звернула увагу на стресонебезпечність професії педагога та поширення в цій професійній сфері стану емоційного вигорання, що є результатом специфіки діяльності педагога й вимагає ефективного використання механізмів адаптації та саморегуляції в складних життєвих і педагогічних ситуаціях, тобто копінг-поведінки [3]. Війна виснажує фізично та психічно. Попри те, що людська психіка здатна адаптуватися до життєвих перепитів та складнощів, життя в умовах війни характеризується великою кількістю стрес-факторів у професійній діяльності педагога. Вони завдають шкоди здоров'ю, зумовлюють виникнення почуття безпорадності та тривожності, низької оцінки своєї професійної діяльності, негативно впливають на якість міжособистісної комунікації тощо. Загалом йдеться про актуалізацію вивчення проблеми особливостей копінг-стратегій педагогів в умовах воен-

ного часу. Актуальність та релевантність цієї проблеми посилюється з огляду на те, що професія педагога є соціально значимою. Здатність педагогів до стресостійкості та резильєнтності сприятиме створенню в освітньому процесі атмосфери позитивного мислення та співробітництва, формуванню в учасників навчальної взаємодії особистої відповідальності за власне життя, емоції, здоров'я, дії тощо.

Метою роботи є аналіз особливостей прояву копінг-стратегій у педагогів в умовах воєнного стану й визначення домінуючого типу копінг-стратегій у цієї професійної групи.

Матеріали й методи дослідження: теоретичні – загальнонаукові методи аналізу, синтезу, порівняння та узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження; емпіричні – опитування за методиками «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера в адаптації Т. Крюкової); «Тест BASIC Ph. Модель стресоподолання» (М. Лаада).

Результати дослідження. Емпіричне дослідження копінг-стратегій було проведено серед педагогів м. Хмельницького та м. Тячів Закарпатської області. Вибірка становила 129 осіб. До опитування залучалися респонденти певної вікової категорії, а саме особи зрілого віку (охоплює період життя людини від 40 років до 60 років). Цю вікову категорію було вибрано з огляду на те, що згідно з даними інформаційно-статистичного бюлетеня «Освіта в Україні: базові індикатори» середній вік українського педагога коливається у віковому діапазоні від 41 року до 50 років [7]. Очевидно, що вибір цієї вікової категорії дозволить більш об'єктивно визначити переважаючі копінг-стратегії цієї професійної групи. Вважаємо за доцільне звернути увагу на психологічні характеристики цієї вікової категорії. Зауважимо, що зрілий вік є важливим етапом у житті людини. Це середина її життя. На цьому етапі вона усвідомлює, що прийняла для себе низку важливих рішень у професійній кар'єрі та сімейному житті й тому необхідно сконцентруватися на їх реалізації. Цей період є релевантним у житті людини, оскільки характеризується спрямуванням до розвитку інтелектуальних, фізичних

та духовних здібностей особистості. Зрілість – це стан, до якого приходять людський організм наприкінці свого розвитку [4, с. 167]. Однією з основних ознак зрілості є акцентування людини на виконанні своїх соціальних обов'язків, оскільки вона несе відповідальність не лише за себе, але й інших та у прийнятті рішень змушена враховувати не лише особисті інтереси [5]. На цьому віковому етапі емоції людини стають більш урівноваженими, набуває розвитку почуття компетентності й самоповаги, окреслюється реалістична самооцінка тощо. Очевидно, що інтелектуальна діяльність й активність людей зрілого віку може розглядатися як своєрідна основа для відстоювання усталених способів вирішення життєвих і професійних проблем. Ця заувага є важливою в контексті розуміння психологічних особливостей життєстійкості та резильєнтності людей зрілого віку. Наприклад, процеси мислення осіб зрілого віку відрізняються від молоді наявністю досвіду та знань, їх рефлексією, яка за потреби дозволяє переглядати певні судження й способи діяльності. Якщо мислення молодих людей спрямовано на інтеріоризацію отриманих знань та способів їх опосередкування, то для людей зрілого віку є властивим досвід особистої рефлексії, який стосується сумнівів в істинності усталених поглядів, сприйнятті інформації критично. Мислення стає об'єктом цієї рефлексії. У процесі розвитку життєстійкості й життєтворчості важливою є максимальна мобілізація особистісних ресурсів людини цього вікового етапу. Ці ресурси визначаються як масивами інтелектуальних знань та досвіду, так і вираженими особистісними характеристиками людини, й залежать від її індивідуальних особливостей та морально-ціннісних орієнтацій. Отже, під час вирішення проблемних ситуацій максимально актуалізуються особисті якості людини [10].

Для визначення особливостей прояву копінг-стратегій у педагогів в умовах воєнного стану було вибрано методичку «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях (CISS)» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер, адаптований варіант Т. Крюкової). Адаптований варіант опитувальника містить 48 запитань тесту, які респондентам необхідно було оцінити від 1

до 5 балів. Під час оброблення результатів бали підсумовують, використовуючи ключ для інтерпретації даних. Зазначимо, що методичку аналізують за такими шкалами: копінг, орієнтований на вирішення проблем; копінг, орієнтований на емоції; копінг, орієнтований на уникнення; субшкала відволікання; субшкала соціального відволікання (пошук соціальної підтримки). За результатами проведеного емпіричного дослідження було встановлено, що переважна більшість опитаних, а саме 86%, вибрали домінуючим способом вирішення складних життєвих ситуацій воєнного часу стратегію, орієнтовану на виконання завдань й активне вирішення проблем. Зазначимо, що копінг, орієнтований на самостійне вирішення респондентом завдань, дозволяє проілюструвати: зусилля педагогів у вирішенні проблем (часто – 42,9% дуже часто – 33,6%, майже часто – 10,1% респондентів); уміння визначити курс дій і дотримуватись його (часто – 45,8%, дуже часто – 11,9%, майже часто – 5,1%); демонструють здатність визначати пріоритети (часто – 49,6%, дуже часто – 21%, майже часто – 3,4%); намагаються вникнути в ситуацію (часто – 43,2%, дуже часто – 22,9%, майже часто – 4,2%); намагаються зібратися, щоб вийти переможцем із ситуації (часто – 35,9%, дуже часто – 9,4%, майже часто – 6%) тощо. Загалом копінг, орієнтований на вирішення завдань, описує низку цілеспрямованих зусиль респондентів на вирішення складних життєвих ситуацій, котрі виникли перед ними в умовах воєнного стану, й свідчить про їх прагнення і здатність долати життєві труднощі, знаходити внутрішні ресурси. Водночас середньостатистичний показник копіngu, спрямований на виявлення емоцій, становив 34%. Зауважимо, що емоційно орієнтована стратегія передбачає також активну поведінкову діяльність. Вона зорієнтована на пошук людиною підтримки навколишнього середовища (родини, друзів, колег та інших людей) в ефективному вирішенні проблем, на відкритість та поцінування іншого досвіду та знань, на прагнення отримати ресурси під час звернення по допомогу до інших [9]. Водночас ця стратегія описує не завжди ефективні емоційні реакції та стани людини. Йдеться

про характеристику психологічних станів, які свідчать про недостатню стресостійкість, емоційне та фізіологічне виснаження людини тощо. Зокрема, результати опитування показали, що педагоги зазнають роздратування (часто – 20,3%, дуже часто – 8,5%, майже часто – 0,8%); самозвинувачення (іноді – 39,5%, часто – 21%, дуже часто – 5%), мають надмірну емоційність (іноді – 59,7%, часто – 23,5%, дуже часто – 1,7%, майже часто – 2,5%), зацикленість на собі й заглиблення у світ фантазій (іноді – 29,1%, часто – 13,7%, дуже часто – 6,8%). Ще однією копінг-стратегією дослідження є «уникнення». Ця копінг-стратегія використовується для характеристики пасивних способів вирішення проблеми (втеча від реальності тощо). Так, у випадку складної ситуації чи невирішеної проблеми дивляться телевізор (часто – 24,6%, дуже часто – 8,5%, майже часто – 2,5%); беруть відпустку чи відгул і віддаляюся від ситуації (іноді – 16,9%, часто – 4,2%, дуже часто – 0,8%); намагаються більше спати (іноді – 35,3%, часто – 21,8%, дуже часто – 1,7%, майже часто – 0,8%); відволікаються на перегляд фільму (іноді – 31,4%, часто – 34,7%; дуже часто – 7,6%, майже часто – 3,4%) тощо. Загалом стратегія уникнення описує поведінку або когнітивні зміни, спрямовані на уникнення стресової ситуації. Це відбувається шляхом відволікання на інші ситуації (найчастіше орієнтовані на вирішення конкретних завдань) або шляхом уникнення соціальних контактів, що призводить до тимчасового зменшення сили стресу. Зауважимо, що використання цієї стратегії зумовлено недостатнім розвитком особистісно-середовищних копінг-ресурсів і навичок активного вирішення проблем. Однак ця стратегія може бути адекватною й навіть ефективною залежно від конкретної стресової ситуації, віку і стану ресурсної системи людини. Йдеться про те, що в деяких складних життєвих ситуаціях педагог здатен самостійно впоратися з ними, а в інших – йому необхідна підтримка соціального оточення чи, наприклад, він зможе просто уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, заздалегідь проаналізувавши її негативні наслідки. Дослідники М. Перес та М. Райхерт вважають, що залежно від об'єктивних харак-

теристик ситуації окреслюється розуміння її людиною. Спроба людини вплинути на ситуацію вважається адекватною копінговою реакцією. На їхню думку, адекватною копінговою реакцією є когнітивна переоцінка ситуації, надання їй іншого сенсу [13, с. 230]. Очевидно, що узвичаєний характер оцінок та розуміння ситуації впливатиме на вибір стратегії її подолання й, відповідно, на спектр емоційних реакцій. До прикладу, під час емоційної оцінки ситуації людина обережно й насторожено аналізує зміни, до яких вона має адаптуватися, щоб зберегти власне психологічне благополуччя. Якщо ситуація розцінюється нею як прогнозована чи незначна, то вона викликає у людини орієнтовані реакції. Інший тип подій, що теж не викликає адаптивні процеси, – це приємні ситуації, долати які не потрібно (наприклад, успішне завершення справи). Якщо співвідношення між вимогами середовища та здібностями розцінюються людиною як урівноважені, то ситуація відповідає визначенню стресу [10].

Наступний етап дослідження передбачав пошук внутрішніх ресурсів людини, які би сприяли розвитку здатності педагога самостійно впоратися з життєвими труднощами під час війни. З метою пошуку продуктивних ресурсів, які сприяють подоланню травмувальних стресових ситуацій, використано методіку «BASIC Ph», розроблену ізраїльським психологом Мулі Лаадом. Засадничою ідеєю є міркування, що травматичну стресову ситуацію людина долає індивідуально, так би мовити, у свій спосіб, спираючись на весь спектр своїх можливостей та інтересів у шести модальностях: B (belief) – віра, переконання, цінності, філософія життя. A (affect) – вираження емоцій та почуттів. S (socialization) – соціальні зв'язки, соціальна підтримка, соціальна приналежність, спілкування. I (imagination) – уява, мрії, спогади, творчість. C (cognition) – розум, пізнання, когнітивні стратегії. Ph (physical) – фізична активність, тілесні ресурси [6, с. 45].

Очевидно, що внутрішні ресурси надають основу для стійкості й розвивають упевненість і здатність подолання наслідків психотравмувальної події, вони є основою адаптивних захисних реакцій. Так,

віра, переконання, цінності надають життю людини сенсової наповненості, є джерелом, з якого людина у складні періоди свого життя може почерпнути сили. Цей спосіб подолання кризи ґрунтується на вірі (в Бога, в інших людей, у самого себе тощо). Результати тестування засвідчили, що педагоги використовують цей особистісний ресурс, спираючись на свої духовні переконання чи свою життєву філософію (періодично – 10,3%, часто – 26,2% майже завжди – 17,8%, завжди – 21,5%); визначають своїм життєвим кредо «Те, що не вбиває мене, робить мене сильнішим» (періодично – 7,6%, часто – 24,8% майже завжди – 20%, завжди – 17,1%) чи «Я зможу пережити це, незважаючи ні на що» (періодично – 6,5%, часто – 28%, майже завжди – 21,5%, завжди – 29%); вірять у власні сили й здатність долати перешкоди (періодично – 17,6%, часто – 13,9%, майже завжди – 34,3% завжди – 16,7%) тощо. Ще одним ресурсом людини в подоланні стресових ситуацій є вміння розпізнавати свої почуття. Йдеться про пряме чи опосередковане вираження почуттів. Результати опитування засвідчили, що педагоги не завжди дають вихід своїм емоціям, рідко звільняються від почуттів через плач, сміх або крик (ніколи – 7,4%, рідко – 27,8%, іноді – 23,1%), практично не говорять про свої емоції прямо чи опосередковано (періодично – 7,4%, часто – 9,3% майже завжди – 2,8%, завжди – 0,9%) тощо. Водночас емоційна зрілість є однією з характеристик, яка «властива біологічно зрілій людині й визначається як відповідність емоційної реактивності нормам дорослої людини в цьому суспільстві» [8, с. 49]. Емоції як ресурс тісно пов'язані зі спілкуванням та соціальною підтримкою. Завдяки спілкуванню людина створює себе впродовж усього життя, відкриває для себе нові можливості й набуває нових характеристик, розкриваючи складну багатогранність своєї природи [2, с. 26]. Соціальна включеність людини, можливість бути корисною іншим людям, почувати себе частиною групи чи організації є важливим ресурсом у подоланні складних ситуацій. Результати тестування засвідчили, що педагоги активно використовують соціальні зв'язки та соціальну підтримку

у вирішенні складних, проблемних ситуацій. Так, намагаються знайти підтримку у друга або членів своєї сім'ї (періодично – 15,9%, часто – 25,2%, майже часто – 6,5%, завжди – 12,1%), ведуть бесіди з друзями по телефону (періодично – 23,1%, часто – 33,3%, майже завжди – 4,6%, завжди – 7,4%). Водночас педагоги не повною мірою використали ресурс спілкування з людьми просто для проведення часу, не займаючись нічим важливим (періодично – 10,3%, часто – 7,5%, майже завжди – 0%, завжди – 2,8%). Потужним джерелом натхнення й відновлення є уява. До ресурсів уяви дослідники відносять медитацію, насолоду тишею, захоплення символами, які надихають, і творчість. Результати тестування засвідчили, що педагоги не повною мірою використовують цей ресурс. Так, згадують свої улюблені історії, байки, притчі або ж казки як спосіб пошуку вирішення проблеми (періодично – 12%, часто – 16,7%, майже завжди – 5,6%, завжди – 1,9%); фантазують і дають волю своїй уяві, наприклад, уявляють себе у спокійному, безтурботному місці (періодично – 11,1% часто – 12%, майже завжди – 0,9%, завжди – 1,9%), переглядають спортивні змагання, фільми або читають книги, уявляючи себе на місці дійових осіб (періодично – 5,7%, часто – 9,4%, майже завжди – 0,9%, завжди – 2,8%) тощо. Радше винятком є твердження респондентів, що вони мріють про кращі часи, уявляючи їх собі (періодично – 12,3%, часто – 25,5%, майже завжди – 6,6%, завжди – 10,4%), що свідчить про життєвий оптимізм та віру в краще.

Знання й мислення розглядається як ресурс моделі «BASIC Ph». Вміння ретельно аналізувати ситуацію, виокремлювати основне й розставляти пріоритети є важливим для самоорганізації та самоконтролю тощо. Так, педагоги в переважній більшості у вирішенні проблеми зважують усі можливі варіанти і, якщо це можливо, вибирають найкращий з них (часто – 26,4%, майже завжди – 19,8%, завжди – 19,8%), створюють спеціальний план і діють згідно з ним крок за кроком (періодично – 14%, часто – 12,1%, майже завжди – 15%, завжди – 7,5%), насамперед намагаються зрозуміти, що, власне,

відбувається (періодично – 11,2%, часто – 29,9% майже завжди – 22,4%, завжди – 15,9%) тощо.

Ще одним важливим ресурсом, який дозволяє подолати стресотравмвальні ситуації, є звернення до фізичної активності нашого тіла. Рух дає людині відчуття життя на рівні тіла. Біг, плавання, велопогулянки, фітнес, йога тощо, а ще улюблені смаки та аромати, гарячий чи прохолодний душ поповнюють життєві й енергетичні ресурси людини. Нівелювання людиною дискомфорту та інших тілесних неприємних для неї відчуттів – це прагнення людини сховатися від самої себе. Здатність людини знову відчути внутрішній зв'язок з потребами свого тіла означає її здатність піклуватися про себе, спрямовуючи свою увагу на підтримку свого здоров'я, своє харчування, енергію, планування вільного часу тощо. Результати опитування показали, що педагоги досить активно використовують фізичну діяльність у подоланні стресотравмвальних ситуацій (періодично – 25,5%, часто – 29,2%, майже завжди – 6,6%, завжди – 22,6%), постійно займають себе фізичною працею, наприклад, прибиранням, приготуванням їжі, роботою з деревом, ремонтом автомобіля чи навіть створенням моделі літака (періодично – 4,6%, часто – 38,9%, майже завжди – 12%, завжди – 29,6%). Водночас вони рідко звертаються до фізичної активності з метою розслаблення (ніколи – 27,1%, рідко – 27,1%, іноді – 18,7%, періодично – 14%, часто – 9,3%, майже завжди – 1,9%, завжди – 1,9%),

виконують вправи для того, щоб позбутися надлишку енергії (ніколи – 16%, рідко – 22,6%, іноді – 19,8%, періодично – 16%, часто – 12,3%, майже завжди – 7,5%, завжди – 5,7%) тощо.

Висновки. Стресогенні, психотравмвальні ситуації, зумовлені військовими подіями, впливають на психічне здоров'я і благополуччя кожної людини. Педагоги загальноосвітніх закладів – не виняток. У процесі проведеного емпіричного дослідження з'ясовано, що переважаючими копінг-стратегіями в подоланні стресових і травмвальних життєвих подій є орієнтація педагогів на вирішення завдань й активне подолання стресотравмвальних ситуацій. Внутрішніми ресурсами, які здебільшого використовують педагоги, є пізнавальні практики й когнітивні стратегії, орієнтація на соціальну підтримку та соціальну приналежність, опертя на власні переконання, систему цінностей і готовність слідувати своїй філософії життя. Водночас необхідно звернути увагу на розвиток і збагачення ресурсів, які пов'язані з вираженням емоцій та почуттів, спрямованих на розвиток творчості, мрій та фантазій. У ситуаціях, коли людина «вибита з колії» та втратила ґрунт під ногами, їй варто звернутися до тих ресурсів, які поки що не проявлені чи використовуються не повною мірою. Важливо розуміти сильні сторони і розвивати слабкі (пасивні) канали, в такий спосіб посилюючи опір травмвальним подіям і розвиваючи себе як гармонійну збалансовану особистість.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Габермас Ю. До реконструкції історичного матеріалізму. *Філософія освіти*. 2017. № 2(21). С. 6–28.
2. Ганаба С. О. Саморозвиток особистості у практиках діалогу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2018. № 5. С. 26–31.
3. Кіясь А. В. Формування ефективних копінг-стратегій учителів як захист їхнього психологічного здоров'я. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія : № 12. Психологічні науки* : зб. наукових праць. № 30 (54). Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. С. 76–82.
4. Магдисюк Л. І. Теоретично-емпіричні межі поняття ейджизму у психології. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : зб. наук. праць. 2013. № 3(32). С. 161–168.
5. Магдисюк Л. І. Концептуальна матриця вікової зрілості особистості в контексті її готовності до пенсії. *Психологічні перспективи*. 2014. Вип. 13. С. 168–178.
6. Застосування моделі BASIC Ph в програмі психоневрологічної реабілітації учасників бойових дій на сході України / Р. В. Микитенко та ін. *Молодий вчений*. 2020. № 6(82). С. 44–48.
7. Освіта України мовою цифр: статистичні дані напередодні реформ. URL: <https://vseosvita.ua/news/osvita-ukraini-movou-cifr-statisticni-dani-naperedodni-reform-2290.html> (дата звернення: 12.10.2023).

8. Хлівна О.М. Емоційна зрілість як умова особистісного росту. *Психологічні студії*. 2022. № 1. С. 46–50.
9. Яковлева М.В., Каламаж Р.В., Гільман А.Ю. Домінуючі копінг-стратегії у студентів медичного коледжу. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія : Психологія*. 2022. № 15. С. 78–86.
10. Cicchetti D. Fractures in the crystal: Developmental psychopathology and the emergence of self. 1991. 271 p.
11. The Role of Sanogenic and Critical Thinking in Preventing the Emotional Burnout of Young Primary School Teachers / H. Handzilevska et al. *Youth Voice Journal*. 2021.
12. Murphy L. Coping vulnerability and residence in childhood. Coping and adaptation. New York : Basic Books, 1974. 420 p.
13. Perrez M., Reicherts M. Stress, coping, and Health. A Situation-Behavior Approach. Theory, Methods, Applications. Seattle, 1992. 230 p.

REFERENCES:

1. Habermas, Yu. (2017). Do rekonstruktsii istorychnoho materializmu [Towards the reconstruction of historical materialism]. *Filosofia osvity*, 2(21). S. 6–28. [in Ukrainian]
2. Hanaba, S.O. (2018). Samorozvytok osobystosti u praktykakh dialohu [Self-development of personality in dialogue practices]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya. Psykholohichni nauky*, 5. S. 26–31. [in Ukrainian]
3. Kiias, A.V. (2010). Formuvannia efektyvnykh kopinh-stratehii uchyteliv yak zakhyst yikhnoho psykholohichnoho zdorovia [Formation of effective coping strategies of teachers as protection of their psychological health]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriya № 12. Psykholohichni nauky : zb. naukovykh prats. № 30(54)*. Kyiv : NPU imeni M. P. Drahomanova. S. 76–82. [in Ukrainian]
4. Mahdysiuk, L. I. (2013). Teoretychno-empyrychni mezhi poniattia eidzhyzmu u psykholohii [Theoretical and empirical limits of the concept of ageism in psychology]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii : zb. nauk. prats, 3(32)*. S. 161–168. [in Ukrainian]
5. Mahdysiuk, L.I. (2014). Kontseptualna matrytsia vikovoi zrilosti osobystosti v konteksti yii hotovnosti do pensii [Conceptual matrix of age maturity of the individual in the context of his readiness for retirement]. *Psykholohichni perspektyvy*, 13. S. 168–178. [in Ukrainian]
6. Mykytenko, R. V., Hryshchenkova, O. S., Zolotarov, P. V., Kosolapov, O. P., & Honchar, Yu. A. (2020). Zastosuvannia modeli BASIC Ph v prohrami psykhonevrolohichnoi reabilitatsii uchasnykiv boiovykh dii na skhodi Ukrainy [Application of the BASIC Ph model in the program of psycho-neurological rehabilitation of combatants in eastern Ukraine]. *Molodyi vchenyi*, 6(82). S. 44–48. [in Ukrainian]
7. Osvita Ukrainy movoiu tsyfr: statychtychni dani naperedodni reform [Education of Ukraine in the language of numbers: statistical data on the eve of reforms]. Retrieved from: <https://vseosvita.ua/news/osvita-ukraini-movou-cifr-statisticni-dani-naperedodni-reform-2290.html> [in Ukrainian]
8. Khlivna, O. M. (2022). Emotsiina zrilist yak umova osobystisnoho rostu [Emotional maturity as a condition of personal growth]. *Psykholohichni studii*, 1. S. 46–50. [in Ukrainian]
9. Yakovlieva, M. V., Kalamazh, R. V., & Hilman, A. Iu. (2022). Dominuiuchi kopinh-stratehii u studentiv medychnoho koledzhu [Dominant coping strategies of medical college students]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu "Ostrozka akademiia". Seriya. Psykholohiia*, 15. S. 78–86. [in Ukrainian]
10. Cicchetti D. (1991). Fractures in the crystal: Developmental psychopathology and the emergence of self. 271 r.
11. Handzilevska, H., Kalamazh, V., Ratinska, O., & Khmiliar, O. (2021). The Role of Sanogenic and Critical Thinking in Preventing the Emotional Burnout of Young Primary School Teachers. *Youth Voice Journal*. ISBN 978-1-911634-35-5
12. Murphy L. (1974). Coping vulnerability and residence in childhood. Coping and adaptation. New York. Basic Books. 420 p.
13. Perrez M., Reicherts M. (1992). Stress, coping, and Health. A Situation-Behavior Approach. Theory, Methods, Applications. Seattle. 230 p.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.2>

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТ У РОБОТІ З ПСИХОЛОГІЧНОЮ ТРАВМОЮ

Бородулькіна Тетяна Олександрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології

Національного університету «Запорізька політехніка»

<https://orcid.org/0000-0002-7793-0412>

Web of Science ResearcherID: AAX-2693-2020 (<https://www.webofscience.com/wos/author/record/2065285>)

У статті досліджено проблему застосування метафоричних асоціативних карт (МАК) у роботі з психологічною травмою, зокрема травмою, спричиненою війною. На основі здійсненого теоретичного аналізу та власного практичного досвіду автора сформульовано ключові особливості застосування МАК у роботі з психологічною травмою, а саме: для повноцінного зцілення від психологічної травми роботи тільки з МАК недостатньо, тому що обговорення зображення здійснюється переважно на рівні свідомості та не задіює тіло людини, робота з яким теж необхідна; застосування МАК може бути доречним на окремих етапах роботи з психологічною травмою, але це – лише частина терапевтичної програми; під час роботи з психологічною травмою припустимим є використання МАК як матеріалу для розповіді; роботу з МАК можна вважати певною кризовою інтервенцією, якщо враховувати характер запитань, які формулює психолог під час обговорення з клієнтом певного метафоричного зображення; перевагою використання МАК під час терапевтичної бесіди про травматичний досвід є створення умовно безпечного простору та екологічність; слід бути максимально обережними у використанні МАК у роботі з людьми, які пережили травматичний досвід, оскільки фактично будь-яке зображення може стати тригером та спровокувати бурхливі неконтрольовані реакції; в ситуації відсутності образів по метафоричній карті роботу з МАК можна продовжити вже як роботу з розвитку уяви та гнучкості мислення; МАК можна успішно використовувати в роботі зі смислами та екзистенційними проблемами, запитання екзистенційного змісту актуалізують, відповідно, саме екзистенційні смисли, допомагають переключити увагу людини з психічних реакцій на духовний вимір, тобто дистанціюватися від психічного до духовного; МАК є гарним інструментом (та/або) матеріалом для роботи з ресурсами людини, тобто тим, що підтримує людину та зміцнює її сили.

Ключові слова: психологічна травма, війна, метафоричні асоціативні карти, кризова допомога, тригер, ресурс.

Borodulkina Tetiana. Features of the application of metaphorical association cards in working with psychological trauma

The article focuses on the problem of using metaphorical associative cards (MAC) in working with psychological trauma, in particular, trauma caused by war. On the basis of the performed theoretical analysis and the author's own practical experience, the key features of the application of MAC in working with psychological trauma are formulated, namely: for full healing from psychological trauma, working only with MAC is not enough, because the discussion of the image is carried out mainly at the level of consciousness and does not involve the human body, work with which is also necessary; the use of MAC may be appropriate at certain stages of work with psychological trauma, but this is only part of the therapeutic program; when working with psychological trauma, the use of MAC as material for storytelling will be acceptable; work with MAC can be considered a certain crisis intervention, if we take into account the nature of the questions that the psychologist formulates during the discussion with the client of a certain metaphorical image; the advantage of using MAC during a therapeutic conversation about a traumatic experience is the creation of a conditionally safe space and environmental friendliness; one should be extremely careful in using MAC in working with people who have experienced a traumatic experience, since virtually any image can become a trigger and provoke violent uncontrolled reactions; in the absence

of images on the metaphorical map, the work with MAC can be continued as work on the development of imagination and flexibility of thinking; MAC can be successfully used in working with meanings and existential problems, questions of existential content actualize, accordingly, precisely existential meanings, help to switch a person's attention from mental reactions to the spiritual dimension, to distance oneself from the mental to the spiritual; MAC is a good tool (and/or) material for working with human resources, that is, something that supports a person and strengthens his strength.

Key words: *psychological trauma, war, metaphorical associative cards, crisis assistance, trigger, resource.*

Постановка проблеми. Війна в Україні та очікуваний післявоєнний період ставлять нові непрості виклики і для нашого суспільства в цілому, і для представників соціономічних професій, зокрема, для психологів та психотерапевтів. Виклики для фахівців пов'язані з наслідками тривалого стресу та з наявним як у військових, так і у цивільних, специфічним травматичним досвідом, спричиненим війною, ситуацією небезпеки та невизначеності. Фахівців з базовою психологічною освітою багато, але отримання додаткової сертифікації з військової психології, кризової допомоги, роботи з втратою, різноманітним травматичним досвідом тощо стає нагальною вимогою для тих, хто практикує як психолог-консультант та/або психотерапевт будь-якого напрямку. Фактично обов'язковою зараз вимогою для кожного українського психолога є підвищення кваліфікації по роботі з психологічною травмою. На фоні зростаючого попиту на якісні психологічні послуги у сфері кризової допомоги актуальним стає пошук ефективних інструментів і технік роботи з психологічно травмованими людьми. Звичайно, в різних психотерапевтичних напрямках уже напрацьовано різноманітний досвід по роботі з психологічною травмою, в т.ч. травмою, спричиненою війною. Проте, крім загальних усталених рекомендацій, методів і програм, перевірених експериментальним шляхом, є велика кількість різноманітних коінічних інструментів, якими фахівці також користуються, керуючись власним досвідом та інтуїцією, орієнтуючись як на власні впади, так і на специфіку кожного конкретного випадку та індивідуальність кожної людини, з якою працюють. Одним із розповсюджених і доступних для використання інструментів роботи

психолога є метафоричні асоціативні карти (далі – МАК), які часто застосовуються в психологічному консультуванні та психотерапевтичній роботі, в тому числі в роботі з психологічною травмою. Незважаючи на різноманітність та розповсюдженість МАК у професійному середовищі, вважаємо, що слід бути максимально обережним в їх використанні в роботі з травмою. МАК, як і будь-який інший інструмент, має свою сферу застосування, а також певні обмеження. Психологам важливо заздалегідь орієнтуватися в нюансах застосування МАК з клієнтами, що пережили травму, а не провокувати погіршення їхнього психічного стану легковажним використанням цього інструменту і не дискваліфікувати професію.

Метою роботи є на основі здійсненого теоретичного аналізу та власного практичного досвіду сформулювати особливості застосування МАК у роботі з психологічною травмою.

Результати дослідження. У кризовій психології є певні усталені вже уявлення про психологічну травму та орієнтири по роботі з нею на етапі зцілення та відновлення. Розглянемо можливості застосування МАК у роботі з травмою, враховуючи ці орієнтири.

Перший орієнтир – це уявлення про психологічну травму, яке існує в певній психотерапевтичній традиції та, відповідно, професійній спільноті, а також сформоване у конкретного фахівця, який безпосередньо працює з травмованими людьми. Вважаємо більш прийнятним цілісний (комплексний) підхід до розуміння травми, який передбачає задіяння на етапі зцілення і фізичного тіла, і свідомості, і психічних якостей, і духовних можливостей людини, і соціальних контактів. Так, Пітер Левін вважає, що травма – це передусім фізіо-

логічне явище [6, с. 40], і розуміє під нею «втрату або руйнування нормальних зв'язків – із самим собою, з власним організмом, своєю сім'єю, іншими людьми та оточуючим світом» [6, с. 18]. Такий погляд на травму передбачає комплексну роботу з людиною «цілком», а не тільки з якимсь її проявом чи виміром; дає можливість зрозуміти, що роботи тільки з МАК для повноцінного зцілення від психологічної травми буде недостатньо, тому що обговорення картки із зображенням фактично не задіює тіло людини; робота з МАК відбувається переважно в площині свідомості із задіянням підсвідомого та надсвідомого. Тобто розраховувати працювати з травмою тільки за допомогою МАК буде неефективно, принаймні в рамках підходу, де роботі з тілом приділяється значна увага. Як зазначає Бессел ван дер Колк, «травма – це не лише подія, яка залишається в минулому, а й відбиток, який вона залишає на нашій свідомості, нашому мозку і тілі» [4, с. 35]; «тіло нічого не забуває», що вимагає «радикальних змін наших терапевтичних підходів і переконань» у роботі з психологічною травмою [4, с. 132]. За Пітером Левінім, успішні методи зцілення від травми обов'язково мають бути спрямованими на встановлення міцного зв'язку між людиною та її організмом [6, с. 36]. З іншого боку, є психотерапевтичні підходи, які в роботі з психологічною травмою приділяють значну увагу задіяню духовного виміру людини, наприклад, логотерапія Віктора Франкла. Так, у логотерапії досліджуються духовні можливості, які залишилися у людини, незважаючи на її фізичний та психічний стан. Логотерапевтичний підхід, зосереджуючись на духовному вимірі, дає можливість виявити саме ті симптоми травми, які пов'язані з духовними проявами людини (відсутність смислу, екзистенційний вакуум, заблокованість доступу до духовного виміру та ін.). Під час роботи з цими станами можна, наприклад, застосувати МАК із зображеннями різних шляхів і доріг та орієнтовні актуалізуючі запитання: «Де Ви зараз?», «На якому етапі життєвого шляху Ви знаходитеся?», «По якій дорозі Ви зможете

вийти з прірви спустошеності?» та ін. Georges-Elia Sarfati зазначає, що «в той час, коли класичні форми психотерапії ставлять собі за мету психосоціальне відновлення суб'єкта, логотерапія має намір привести суб'єкта до визначення фундаментального екзистенційного проекту, що виходить за межі психосоціального функціонування»; «психологічна травма спричиняє розрив в екзистенційному проекті»; «до специфічних страждань ПТСР додається відчуття екзистенційного вакууму»; «терапію травми можна вважати успішною з того моменту, коли вона дозволила пацієнту, який перебуває в дистресі, подолати свої симптоми і відновити певний життєвий проект» [7]. Припускаємо, що в рамках такого підходу до роботи з травмою використання МАК може бути доречним (наприклад, робота з образом свого «життєвого проекту» за допомогою МАК; для цього можуть бути в нагоді різноманітні сюжетні зображення).

Другий орієнтир – це стабільний (врівноважений) психічний стан як травмованої людини, так і фахівця, який з нею працює. Під час роботи з травмою фахівець має бути врівноваженим, професійно володіти дієвими техніками стабілізації та самопомоги, яким він може також навчити і клієнта. Найчастіше техніки негайної стабілізації є невеличкими тілесними вправами із застосуванням певних вправ дихання та заземлення. Погоджуємося з Бессел ван дер Колком у тому, що працювати з травмою під час психотерапії «можна лише тоді, коли пацієнт почувається цілком присутнім у реальному часі й таким спокійним, упевненим і «заземленим», наскільки це можливо» [4, с. 107]. Припускаємо, що застосування МАК на цьому етапі не є доречним та необхідним, хіба що для обговорення актуального психічного стану після виконання стабілізаційних вправ та наявного стійкого ефекту, який проявлений у стабільному психічному стані. Для обговорення актуального психічного стану можна використовувати, наприклад, МАК із зображенням дерев (образ себе), рук (через аналіз психічних станів вийти на рівень активних дій).

Третій орієнтир – це уявлення про конкретні шляхи/методи зцілення від травми та наявність практичного досвіду їх застосування. У різних психотерапевтичних напрямках у лікуванні травми важливу роль відіграє клінічна (терапевтична) бесіда та можливість розповіді про травматичні спогади. Доктор Клавдія Герберт у своєму путівнику з розуміння травматичного досвіду зазначає, що «для того, щоб зцілитися, про пережите потрібно розповісти» і ця розповідь «має бути повною до найменших деталей»; «для того, щоб відновити рівновагу після травми, ми повинні знайти можливість розповісти все до кінця» [3, с. 49]. При цьому автор має на увазі саме ґрунтовну роботу над травмою під час терапії, а не поверхневі розмови про травматичні події [3, с. 63]. Якщо притримуватися цього підходу (когнітивно-поведінкова терапія), то можливе використання МАК як матеріалу для розповіді. Зазначимо, що важливим у такій роботі є не тільки опис клієнтом метафоричних зображень та подальше обговорення вражень від карти з психологом, а відповіді клієнта на запитання психолога, які є певною кризовою інтервенцією в такій роботі. Але треба враховувати, що, як зазначає Бессел ван дер Колк, «людині важливо розповісти свою історію, але це ще не означає, що зміняться автоматичні фізичні та гормональні реакції організму, який залишається надчутливим до небезпеки, завжди готовим до нападу або припинення» [4, с. 35]; «коли я працюю з пацієнтами, яких мучить <...> тягар, моє головне завдання – не з'ясувати, що з ними сталося, до найменших подробиць, а навчити цих людей давати собі раду зі своїми відчуттями, емоціями та реакціями» [4, с. 270]. На основі цього вважаємо, що застосування МАК може бути доречним та корисним на цьому етапі роботи з психологічною травмою, але в будь-якому випадку це – лише частина терапевтичної програми. Перевагою використання метафори та, зокрема, МАК під час терапевтичної бесіди про травматичний досвід є створення умовно безпечного простору та екологічність, яка полягає в тому, що

людина розповідає стільки, скільки вона готова розповісти, зручною для себе мовою та з використанням доречних образів-замінників. Для роботи з травматичними переживаннями існують окремі, спеціально розроблені, МАК, наприклад, німецькі МАК «COPE» («Подолання») (автори – Офра Аялон та Моріц Егетмейєр). Метафора допомагає людині переосмислити власний життєвий та травматичний досвід, подивитися на все з боку; її використовують тоді, коли необхідно виразити те, що прямо висловити складно [2].

Четвертий орієнтир – це уявлення про те, що травма змінює сприйняття людиною самої себе, світу, інших людей, життєвих ситуацій. Як зазначає Бессел ван дер Колк, «травма впливає на уяву», а люди з травматичним досвідом часто схильні переносити його «на все, що вони бачать і відчують, і це значно ускладнює їм сприйняття того, що відбувається довкола» [4, с. 28]. Бессел ван дер Колк описав реакції людей із травматичним досвідом (переважно це були ветерани В'єтнамської війни) на картки із зображеннями чорнильних плям з відомої проєктивної психодіагностичної методики – тесту Роршаха. Під час досліджень проявилися дві специфічні реакції: перша – переживання травматичних спогадів з війни наново у вигляді флешбеків, які були, як описує автор, жажливішими, ніж отриманий колись досвід; друга – частина учасників (ветерани) не бачили на цих картках нічого. Автор відзначає, що в обох випадках учасниками дослідження було продемонстровано розумову негнучкість, відсутність уяви [4, с. 25–35]. Описане дослідження звертає нашу увагу на те, що, застосовуючи МАК у роботі з людьми, які пережили травматичний досвід, особливо з військовими, психологам і психотерапевтам слід бути максимально обережними та готовими до подібних бурхливих реакцій навіть на картки з умовно нейтральним або позитивним змістом, особливо це стосується абстрактних зображень. Якщо відбувається вже свідомою робота з травматичними переживаннями і цілеспрямоване опрацювання травматичних спогадів, то

це – одна справа. У такому випадку фахівець усвідомлено може використовувати МАК для актуалізації цього досвіду в той момент, коли клієнт максимально готовий до такої роботи. Фахівець, який заздалегідь усвідомлює прояви будь-яких деструктивних реакцій людини під час роботи з МАК, здатний забезпечити безпеку в цьому процесі як для клієнта, так і для себе. Якщо психолог/психотерапевт використовує МАК, не усвідомлюючи всі ризики та можливі бурхливі емоційні й навіть фізичні реакції, то він «грає з вогнем», провокує ретравматизацію у такого клієнта, а також створює ситуацію небезпеки, в т.ч. для себе. У ситуації відсутності образів по метафоричній карті роботу з МАК можна продовжити вже як роботу з розвитку уяви та гнучкості мислення (для цього підійдуть МАК з абстрактними зображеннями, наприклад, німецькі МАК «ЕССО»). Саме розвиток психологічної гнучкості є, на думку шведського психіатра, доктора медицини Н. Торнеке, одним із принципів використання метафор у психотерапії, її сутністю [8, с. 103].

П'ятий орієнтир – актуалізація екзистенційних смислів та відновлення зв'язку з Духовним Я людини, самодистанціювання (тобто мовою логотерапії – за Тімо Пурйо – дистанціювання від психічного до духовного виміру [5]). Психологи та психотерапевти під час роботи з психологічною травмою часто торкаються найглибшого в людині, її тіні, наближуючись до «осередка руйнування», до порога, за яким, мабуть, тільки – небуття, смерть. Ефективно допомагати людині, що стоїть над прірвою власного буття, можна тільки з позицій Духовного Я, що, звичайно, слід урахувати фахівцям соціономічних професій, зокрема психологам та психотерапевтам [1]. Деякі спеціально розроблені для цього МАК як раз і є одним з інструментів у роботі зі смислами та екзистенційними проблемами, що докладно нами описано в одній з попередніх публікацій [1]. Припускаємо, що будь-яка метафора може бути спрямованою, актуалізуючою. Спрямованість метафори зумовлюється, з одного боку, її об'єктивними характеристиками, з іншого боку – кон-

текстом, ситуацією. Так, наприклад, психолог/психотерапевт своїми запитаннями та завданнями по метафоричній карті задає напрямок для роздумів клієнта; запитання екзистенційного змісту (як в авторських МАК актуалізації екзистенційних смислів «Руки Небесні або Земні») актуалізують, відповідно, саме екзистенційні смисли [1], допомагають переключити увагу людини з психічних реакцій на духовний вимір, тобто дистанціюватися від психічного до духовного. Як зазначає Н. Торнеке, «сенса використання метафори полягає в дистанціюванні для спостереження за власними думками та почуттями» [8].

Шостий орієнтир – робота з травмою через ресурс, тобто через те, що підтримує людину та зміцнює її сили. Під ресурсною роботою ми розуміємо таку, що сприяє відновленню внутрішньої цілісності людини, її здорового (бадьорого, енергійного, впевненого) стану [1]. Використання МАК у роботі з ресурсами є цілком прийнятним. Серед різноманіття існуючих наборів навіть виокремлюють цілу групу МАК, які призначені для роботи з ресурсами людини (наприклад, МАК «Сила часу» та «Мандала-терапія» Н. Вернікової). Традиційною процедурою є пропозиція описати через конкретні картки те, що допомагає людині на даному етапі її життя: долати труднощі, зберігати спокій, вижити, залишатися людиною, пережити травматичну подію та ін.

Висновки. Отже, резюмуючи особливості застосування МАК у роботі з психологічною травмою, констатуємо, що: 1) для повноцінного зцілення від психологічної травми роботи тільки з МАК буде недостатньо, тому що обговорення картки із зображенням здійснюється переважно на рівні свідомості та фактично не задіює тіло людини, робота з яким теж необхідна; 2) застосування МАК може бути доречним та корисним на окремих етапах роботи з психологічною травмою, але в будь-якому випадку це – лише частина терапевтичної програми; 3) під час роботи з психологічною травмою припустиме використання МАК як матеріалу для розповіді; роботу з МАК можна вважати певною кризовою інтервенцією, якщо

враховувати характер запитань, які формулює психолог під час обговорення з клієнтом метафоричного зображення; перевагою використання МАК під час терапевтичної бесіди про травматичний досвід є створення умовно безпечного простору та екологічність; 4) враховуючи те, що травма змінює сприйняття людиною самої себе, світу, інших людей, життєвих ситуацій, слід бути максимально обережними у використанні МАК (особливо це стосується абстрактних малюнків, провокативних зображень) у роботі з людьми, які пережили травматичний досвід, оскільки фактично будь-яке зображення може стати тригером та спровокувати бурхливі неконтрольовані реакції; звичайно, фахівець може свідомо працювати з травматичними переживаннями та спогадами й усвідомлено використовувати МАК для актуалізації

травматичного досвіду в той момент, коли клієнт максимально готовий до такої роботи; в ситуації відсутності образів по метафоричній карті роботу з МАК можна продовжити вже як роботу з розвитку уяви та гнучкості мислення; 5) МАК можна успішно використовувати в роботі зі смислами та екзистенційними проблемами; психолог/психотерапевт своїми запитаннями та завданнями по метафоричній карті дає напрямок для роздумів клієнта; запитання екзистенційного змісту актуалізують, відповідно, саме екзистенційні смисли, допомагають переключити увагу людини з психічних реакцій на духовний вимір, тобто дистанціюватися від психічного до духовного; 6) МАК є гарним інструментом (та/або) матеріалом для роботи з ресурсами людини, тобто тим, що підтримує людину та зміцнює її сили.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бородулькіна Т. Актуалізація екзистенціальних смислів як форма психологічної інтервенції в кризовій психології. *Психологічні перспективи*. 2022. № 39. С. 25–43.
2. Бородулькіна Т. О. Метафора в процесі професійної підготовки майбутніх психологів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія : № 12. Психологічні науки* : зб. наукових праць. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. № 37(61). С. 81–86.
3. Герберт К. Розуміти травматичний досвід. Путівник для безпосередніх учасників та їхніх родин. Львів : «Свічадо», 2015. 72 с.
4. Колк ван дер Б. Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому. Харків : Віват, 2023.
5. Пурйо Т. Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла. Інструкції для успішного застосування. Харків : ПП «Компанія СКАТ», 2022. 248 с.
6. Levine P. A. *Healing Trauma: A Pioneering Program for Restoring the Wisdom of Your Body*. Boulder, Colorado : Sounds True, 2008.
7. Sarfati GE. Meaning and Trauma. From Psychosocial Recovery to Existential Affirmation. A Note on V. Frankl's Contribution to the Treatment of Psychological Trauma. In: Batthyány, A. (eds) *Logotherapy and Existential Analysis. Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna*, 2016, vol. 1. Springer, Cham. URL: https://doi.org/10.1007/978-3-319-29424-7_20 (дата звернення: 12.10.2023).
8. Törneke N. *Metaphor in practice: A professional's guide to using the science of language in psychotherapy*. Context Press/New Harbinger Publications, 2017.

REFERENCES:

1. Borodulkina, T. (2022). Aktualizatsiia ekzystentsialnykh smysliv yak forma psykhologichnoi interventsii v kryzovii psykhologii. [Actualization the existential meanings as a form of psychological intervention in crisis psychology]. *Psykhologichni perspektyvy*. 39, 25–43. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-bor> [in Ukrainian].
2. Borodulkina, T.O. (2012). Metafora v protsesi profesiinoi pidhotovky maibutnykh psykhologiv. [A metaphor in the process of professional training of future psychologists]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P.Drahomanova. Serii № 12. Psykhologichni nauky* : Zb. naukovykh prats, 37 (61). K.: NPU imeni M.P.Drahomanova, P. 81–86. [in Ukrainian].
3. Herbert, K. (2015). *Rozumity travmatychnyi dosvid. [Understand the traumatic experience]*. Putivnyk dlia bezposerednykh uchasnykiv ta yikhnykh rodyn. Lviv: «Svichado». 72 p. [in Ukrainian].

4. Kolk, van der B. (2023). Tilo vede lik. Yak lyshyty psykhotravmy v mynulomu. [The body heals. How to leave psychological trauma in the past]. Kharkiv : Vivat. [in Ukrainian].
5. Purio T. (2022). Dukhovni mozhyvosti lohoteorii Viktora Frankla. Instruktсии dlia uspishnoho zastosuvannia. [Spiritual possibilities of Viktor Frankl's logotherapy. Instructions for successful use]. Kharkiv : PP «Kompaniia SKAT», 248 p. [in Ukrainian].
6. Levine, P.A. (2008). Healing Trauma: A Pioneering Program for Restoring the Wisdom of Your Body. Boulder, Colorado : Sounds True.
7. Sarfati, GE. (2016). Meaning and Trauma. From Psychosocial Recovery to Existential Affirmation. A Note on V. Frankl's Contribution to the Treatment of Psychological Trauma. In: Batthyány, A. (eds) Logotherapy and Existential Analysis. Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, vol 1. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-29424-7_20
8. Törneke, N. (2017). Metaphor in practice: A professional's guide to using the science of language in psychotherapy. Context Press/New Harbinger Publications.

ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИРАЖЕНОСТІ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Ганаба Світлана Олександрівна,

доктор філософських наук, професор,
професор кафедри психології, педагогіки та соціально-економічних дисциплін
Національної академії Державної прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького
<https://orcid.org/0000-0002-4373-7075>
Researcher ID: AAI-2054-2020

Балашов Едуард Михайлович,

доктор психологічних наук,
професор кафедри психології
Національного університету «Острозька академія»
<https://orcid.org/0000-0002-6486-0494>
Scopus Author ID: 56705096900

Психологічна допомога учасникам бойових дій передбачає не лише подолання симптомів посттравматичних розладів та їх наслідків, а й створення умов для їх особистісного розвитку. Аналіз емпіричних даних було здійснено на основі теоретичної моделі посттравматичного зростання С. Джозера. Основною ідеєю моделі є розуміння, що всі зміни особистості пов'язані з розвитком духовно-емоційної сфери. Модель визначає напрями посттравматичного зростання: міжособистісні відносини, зміни у сприйнятті власного Я та зміни в життєвій філософії. Основним у посттравматичному зростанні є зміни у сприйнятті власного Я. Вони передбачають зосередження людини на розвитку особистісних якостей та характеристик, стійкості до негараздів, відповідальності, стресостійкості тощо. Аналіз емпіричних даних засвідчив, що найбільші зміни відбулися в зміні власного Я та в життєвій філософії військовослужбовців. Найбільші зміни зазначено респондентами в розумінні цінності власного життя, зміні пріоритетів стосовно того, що є важливим у житті, здатності скерувати своє життя на досягнення нових цілей. У міжособистісних відносинах посттравматичне зростання є помірним. Опитування продемонструвало проблеми у вираженні військовими своїх емоцій і прийнятті позитивних рис характеру в інших людей. Загалом, травматичні події презентують людині абсолютно новий досвід, до розуміння й осмислення котрого вона не мала часу й можливостей. Цей досвід опрацьовується людиною після самої травми. Окреслення шляхів поєднання нового досвіду з отриманим й осмисленим раніше передбачає початок одужання. Відновлення, попри травми та потрясіння, узвичаєння координат свого життя, передбачає побудову нової моделі життя, яка включатиме досвід травми та дозволить керувати своїм життям.

Ключові слова: посттравматичне зростання, учасники бойових дій, психологічна допомога, цінності, життя.

Hanaba Svitlana, Balashov Eduard. Empirical analysis of the manifestation of post-traumatic growth in combatants

Psychological assistance to combatants involves not only overcoming the symptoms of post-traumatic disorders and their consequences, but also creating conditions for their personal development. The analysis of empirical data was carried out on the basis of the theoretical model of post-traumatic growth of S. Joser. The main idea of the model is the understanding that all personality changes are related to the development of the spiritual and emotional sphere. The model determines the directions of post-traumatic growth: interpersonal relationships, changes in the perception of one's own self, and changes in life philosophy. The main thing in post-traumatic growth is changes in the perception of one's own self. They involve a person's focus on the development of personal qualities and characteristics, resistance to adversity, responsibility, stress resistance, etc. The analysis of empirical data proved that the biggest changes occurred in the change of one's own self and in the life philosophy

of military personnel. The biggest changes were noted by the respondents in understanding the value of their own life, changing priorities regarding what is important in life, ability to direct one's life to achieve new goals. In interpersonal relationships, post-traumatic growth is moderate. The survey demonstrated problems in military personnel expressing their emotions and accepting positive character traits from other people. In general, traumatic events present a completely new experience to a person, which he did not have time and opportunities to understand and comprehend. This experience is processed by a person after the trauma itself. Delineating ways to combine new experience with previously acquired and understood presupposes the beginning of recovery. Restoring the usual coordinates of one's life, despite the trauma and upheaval, involves building a new life model that will include the experience of trauma and allow one to manage one's life.

Key words: *post-traumatic growth, combatants, psychological assistance, values, life.*

Постановка проблеми. Війна є великим суспільним потрясінням, яке впливає на повсякдення, побут та емоційний стан людини, її взаємини та суспільне життя. Реалії воєнного часу зумовлюють розлади в соціальній поведінці людини, впливають на рівень її працездатності та психоемоційне благополуччя, сприяють девальвації низки світоглядних і морально-ціннісних орієнтирів та поширенню конфліктогенних явищ у суспільстві. Очевидно, що в умовах воєнних реалій емоційно-психологічного травмування зазнають усі вікові й професійно-соціальні групи населення, проте найбільш уразливими й емоційно травмувальними ці умови є для військовослужбовців. Виконання складних бойових завдань, специфіка служби в небезпечних умовах, ускладнених впливом надзвичайних психоемоційних і фізичних навантажень на тлі загального зниження ресурсів організму, зумовлюють особистісні зміни в характері та поведінці, негативно позначаються на загальному стані здоров'я, працездатності, стосунках з оточенням тощо [4, с. 55]. Повернувшись до мирного життя, військовослужбовці переживають нові стреси, пов'язані із соціальною адаптацією, труднощами в спілкуванні, професійному самовизначенні, самореалізації, створенні родини тощо. Первинний стрес, отриманий під час бойових дій, підсилюється вторинним, що виникає після повернення до мирного життя й має здатність набувати перманентного характеру. Депресії, посттравматичні стресові розлади й високий відсоток суїцидів та розвиток залежності від алкоголю й наркотиків, загальне психоемоційне неблагополуччя є чинниками, які не сприяють можливості військовослужбовцям максимально реалізувати свій особистісний потенціал у мирному житті. Зауважимо, що стресо-

генні й емоційно травмувальні ситуації мають не лише деструктивний характер. Вони можуть розглядатися як біфуркаційні точки особистісного зростання. Йдеться про релевантність надання психологічної допомоги учасникам бойових дій не лише з позицій подолання симптомів посттравматичних стресових розладів та їх наслідків, а й розвитку можливостей посттравматичного зростання учасників бойових дій. Звернення уваги на спектр адаптаційних позитивних змін особистості дозволить віднайти ефективні ресурси для посттравматичного зростання учасників бойових дій, сприятиме оздоровленню психоемоційної ситуації в суспільстві загалом.

Зазначимо: розуміння того, що страждання можуть мати для розвитку людини позитивні наслідки, не є новаторським. Так, ідеї про те, що страждання роблять людину духовно сильнішою й здатні наповнити її життя новими сенсами, наявні в низці релігійних вчень. Міркування про необхідність духовних та фізичних страждань задля плекання у людини «людського» висловлювали філософи різних епох та дослідницьких напрямів. Ця ідея знайшла реалізацію й у концептуальних положеннях гуманістичного (Дж. Каплан, А. Маслоу, Р. Мей, В. Франкл) та екзистенційного (І. Ялом) підходів у психології. Представники цих напрямів розглядали психотравмувальні ситуації амбівалентно: як джерело потенційної небезпеки для психічного здоров'я і як джерело потенційних позитивних здобутків для людини. Так, В. Франкл у праці «Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі» стверджував, що життя людини ніколи не може бути безглуздом, оскільки навіть страждання не полишені сенсу. Не завжди свобода від страждань приносить радість людині. Водночас зумовлені

психологічною травмою страждання дають змогу людині проявити внутрішню свободу волі, сформувані власні неповторні сенси свого буття відповідно до своїх цінностей та переконань [6, с. 37–38].

У критичній екзистенційній ситуації людина найчастіше знаходить оперття в джерелах особистісних сенсів, як-то: любов і турбота про інших, служіння суспільству; створення родини й народження дітей, прагнення зробити світ кращим; відданість справі й відповідальність за неї, творчість – створення чогось нового; повнокровне проживання життя; передача свого досвіду іншим людям; різноманітна соціальна активність; самоактуалізація – реалізація людиною своїх здібностей і свого потенціалу [2, с. 7].

Представник концепції посттравматичного зростання С. Джозер звертає увагу, що особистісний розвиток визначається не рівнем травмувальної події, а власне відношенням до неї людини. Це процес боротьби людини з подією та її наслідками. Як результат, боротьба із травмою може стати трампліном для більш вищого рівня психологічного функціонування, здатності жити осмислено, незважаючи на травматичний досвід [10, с. 340].

Дослідники Р. Тедескі та Л. Калхоун наголошують, що зростання є постійним процесом, який пов'язаний із життєвою мудрістю та досвідом людини. Проміжним результатом є не повернення людини до вихідного (до травматичного) рівня життя. Йдеться не просто про виживання, а про самозміну людини (через розкриття її внутрішнього потенціалу, розвиток духовної сфери, набуття життєвого досвіду тощо), про позитивне зростання в сенсі фокусування на сильних сторонах, на ресурсах, на здатності психіки адаптуватися й справлятися з негараздами та перетворювати їх на потенціал до змін [14, с. 3–4].

Співзвучними з ідеями концепції посттравматичного зростання є положення салютогенного підходу. Його автор А. Антоновський, проаналізувавши долі жінок, які пережили нацистські концтабори, фокусував увагу на здатності відновлення душевного здоров'я та пошуку ресурсів людини. Ресурси, згідно з його теорією, зумовлені загальними імунними засобами (своєрідні буфери для чинників

ризиків) та почуттям когеренції (аргументація і послідовність доказів). Загальними імунними засобами є властивості людини – біологічні (конституціональні, генетичні), психологічні (почуття самосвідомості, самоконтролю) та міжособистісні; фізичний простір (природа та штучний простір, створений людиною), суспільно-культурні чинники (культура, релігія, професійне середовище, матеріальні умови) [8, с. 14]. Деякі з цих засобів є біологічними, однак більшість – соціальні. Очевидно, що соціальні фактори набуваються в процесі розвитку і соціалізації особистості й залежать від неї. Когеренція передбачає розуміння, що проблеми, які виникають у житті людини, мають структурний і передбачуваний характер, а отже, доступним є їх вирішення, боротьба з ними релевантна для людини й передбачає безпосередню її участь [8, с. 16].

Окреслені вище міркування знайшли розвиток у низці праць, присвячених дослідженню впливу війни на емоційне здоров'я військовослужбовців. Так, Г. Елдер та Е. Кліппна на прикладі досвіду ветеранів Другої світової війни та війни в Кореї проаналізували взаємозв'язок між рівнем травматичності отриманого досвіду в бойових діях та здатністю їх до післявоєнних адаптацій. Дослідниці дійшли висновку, що учасники важких боїв у мирному житті продемонстрували більшу витривалість й стійкість у подоланні життєвих негараздів, підвищення вмінь долаючої поведінки (копінгу), збільшення самоорганізованості та самодисципліни, розширення світогляду, аніж інші військові [9].

Ці результати корелюються з висновками групи американських учених на чолі з Ш. Макгвенном, яка досліджувала наявність посттравматичного зростання серед учасників війни в Перській затоці. Релевантним у цьому дослідженні є також окреслення науковцями проблемного поля, а саме постановки питання: про взаємозв'язок між насиченістю досвіду бойових дій (інтенсивністю бойових дій) та посттравматичним зростанням; якої саме інтенсивності повинні бути стрес-фактори, щоб слугувати основою для позитивних змін особистості [11, с. 375]. Цікаві судження з окресленої проблематики є в науковій розвідці Крістофера

Петерсона. Він дослідив взаємозв'язок між посттравматичним зростанням та рисами характеру респондентів. Ретроспективне веб-дослідження 1739-ти дорослих виявило невеликий, але позитивний зв'язок між кількістю пережитих потенційно травматичних подій і розвитком низки когнітивних і міжособистісних сильних сторін характеру. Зроблено висновок, що зростання після травми може спричинити зміцнення характеру [12].

На думку сучасних дослідників, позитивні зміни проявляються як в емоційній, так й когнітивній сферах. До прикладу, В. Климчук, проаналізувавши міркування низки зарубіжних та вітчизняних дослідників, дійшов висновку, що позитивні зміни в когнітивній та емоційній сферах спостерігаються в осіб, які отримали психотравми різної інтенсивності та характеру [3, с. 47].

Загалом психологічні чинники впливу бойових дій на стан військовослужбовців проаналізовано в дослідженнях О. Блінова, В. Горбунової, Д. Зубовського, В. Климчука, О. Туриніної та інших. Різні аспекти реабілітаційної роботи з військовослужбовцями в подоланні психологічної травми досліджували О. Вознесенська, О. Колісниченко, О. Корольчук, О. Кокун, І. Пішко, Є. Потапчук, В. Остапчук. Особистісне зростання людини в умовах посттравматичного стресового розладу у своїх працях розглянули Д. Зубовський, З. Комар, В. Осьодло, М. Лук'яненко та ін. Особливості соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій проаналізовано в дослідженнях В. Горбунової, Л. Карачевського, В. Климчука, О. Нетлюха, О. Романчука. Попри розмаїтий спектр досліджень зазначеної проблематики, актуальність вивчення проблем посттравматичного зростання залишається актуальною з огляду на масштаб та особливості перебігу військовій дій і, відповідно, пошуком ефективних діагностичних та психокорекційних методів реабілітації та психологосоціальної роботи з військовослужбовцями – учасниками бойових дій.

Метою роботи є аналіз результатів емпіричного дослідження вираженості прояву посттравматичного зростання учасників бойових дій.

Матеріали і методи дослідження: теоретичні – загальнонаукові методи: ана-

ліз, синтез, порівняння та узагальнення наукової літератури з питань вивчення адаптаційних можливостей та особистісних ресурсів людини в процесі переживання психоемоційної травми; емпіричні – опитування за методикою «Опитувальник посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л. Калхоуна, адаптований М. Ш. Магомед-Еміновим».

Результати дослідження. До емпіричного дослідження вираженості проявів посттравматичного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій, було залучено учасників бойових дій, членів громадської організації «Ветеранський простір» (м. Кам'янець-Подільський, Хмельницька область), учасників бойових дій, які знаходяться на лікуванні у Клеванському реабілітаційно-лікувальному центрі (Рівненська область) та військовослужбовців ЗСУ, які повернулися із зони бойових дій, але продовжують проходити військову службу у військових частинах Хмельницької області. Вибірка становила 70 осіб. До опитування залучалися респонденти, які були в зоні бойових дій упродовж останніх десяти років. Для емпіричного дослідження використовувався «Опитувальник посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л. Калхоуна, адаптований М. Ш. Магомед-Еміновим». Ця методика містить шкали: ставлення до інших, нові можливості, сила особистості, духовні зміни, підвищення цінності життя.

Сумарний індекс посттравматичного зростання за шкалою «Ставлення до інших» становить 37,4%, що свідчить про помірні зміни в прагненні учасників бойових дій розраховувати на інших людей у вирішенні життєвих проблем, частіше співчувати іншим людям і розуміти їхні потреби. Найменший показник стосується твердження про бажання виражати емоції та виявляти щирість і відкритість у спілкуванні з іншими людьми.

Сумарний індекс посттравматичного зростання за шкалою «Нові можливості» становить 40,5 %, що свідчить про суттєві зміни в прагненні учасників бойових дій скорегувати пріоритети у своєму житті, скеровуючи своє життя на новий шлях. У військовослужбовців з'явилися нові інтереси й пріоритети в житті й як результат – нові можливості.

Таблиця 1

**Частка військовослужбовців, які повідомили про позитивні зміни
за шкалою «Ставлення до інших»**

№	Твердження	%
1	Я розумію, що можу розраховувати на людей у скрутних ситуаціях	31,9
2	Я скерував своє життя на новий шлях	56,8
3	Я відчуваю більшу близькість з оточуючими	27,7
4	Я охоче виражаю свої емоції	24,1
5	Я став більше співчувати іншим	56,8
6	Я докладаю більше зусиль на встановлення відносин з іншими людьми	31,8
7	Я дізнався про те, якими чудовими бувають люди	29,5
8	Я краще розумію потреби інших людей	40,8

Таблиця 2

**Частка військовослужбовців, які повідомили про позитивні зміни
за шкалою «Нові можливості»**

№	Твердження	%
1	У мене з'явилися нові інтереси	54,6
2	Я став краще розуміти духовні питання	38,6
3	Я скерував своє життя на новий шлях	56,8
4	Я змінив свої пріоритети в житті	45,4
5	У мене з'явилися нові можливості, які не були доступні мені раніше	47,8
6	Я більше намагаюся змінити те, що потребує змін	45,5

Таблиця 3

**Частка військовослужбовців, які повідомили про позитивні зміни
за шкалою «Сила особистості»**

№	Твердження	%
1	Я став більш упевненим у собі	52,2
2	Я краще розумію, що можу впоратися з труднощами	50
3	Я більшою мірою здатний приймати речі такими, якими вони є	43,2
4	Я зрозумів, що я сильніший, ніж я думав	54,5

Таблиця 4

**Частка військовослужбовців, які повідомили про позитивні зміни
за шкалою «Духовні зміни»**

№	Твердження	%
1	У мене з'явилися нові інтереси	54,6
2	Я став більш упевненим у собі	52,2
3	Я розумію, що можу розраховувати на людей у скрутних ситуаціях	31,2
4	Я скерував своє життя на новий шлях	56,8
5	Я краще розумію, що можу впоратися з труднощами	50

Таблиця 5

**Частка військовослужбовців, які повідомили про позитивні зміни
за шкалою «Підвищення цінності життя»**

№	Твердження	%
1	Я змінив свої пріоритети в житті	45,4
2	Я набагато краще розумію цінність власного життя	63,6
3	У мене з'явилися нові інтереси	54,6
4	Я можу більше цінувати кожен день свого життя	63,6

Сумарний індекс посттравматичного зростання за шкалою «Сила особистості» становить 50%, що свідчить про суттєві зміни в розумінні військовослужбовцями себе, особливостей свого внутрішнього світу й визнання того, що в подоланні життєвих негараздів вони стали сильнішими, аніж до отримання ними бойового досвіду.

Сумарний індекс посттравматичного зростання за шкалою «Духовні зміни» становить 49,8%, що свідчить про помірні зміни в розумінні учасниками бойових дій своїх потенційних можливостей, особливостей розвитку власного внутрішнього світу та вмінні окреслювати пріоритети в житті.

Сумарний індекс посттравматичного зростання за шкалою «Підвищення цінності життя» становить 56,7%, що свідчить про суттєві зміни життєвих пріоритетів учасників бойових дій, у здатності цінувати кожен прожитий день, прагнути зробити якомога більше гарних справ у житті й краще розуміти цінність свого життя, бути більш упевненим у власних можливостях вирішувати свої життєві проблеми тощо.

Аналіз результатів дослідження.

Аналіз емпіричних даних, отриманих під час опитування, було здійснено на основі теоретичної моделі посттравматичного зростання С. Джозера. Зasadничою ідеєю моделі є розуміння, що всі зміни особистості пов'язані з розвитком духовно-емоційної сфери. Модель ґрунтується на факторах, які визначають напрями посттравматичного зростання, а саме: міжособистісні відносини, зміни у сприйнятті власного Я та зміни в життєвій філософії [10, с. 336].

Фактор зміни у сприйнятті власного «Я», на нашу думку, є засадничим у посттравматичному зростанні, оскільки передбачає зосередження людини на розвитку особистісних якостей та характеристик, а саме стійкості до негараздів, відповідальності, стресостійкості тощо. Йдеться про зміни в самоприйнятті себе й себе у світі. Стресогенні, небезпечні для життя та здоров'я людини обставини спонукають до зміни світоглядно-ціннісних орієнтацій.

За результатами опитування військових (до аналізу цього фактора було залучено дані шкал «Нові можливості» та «Сила особистості») найбільші зміни у сприйнятті власного «Я» були пов'язані з розумінням цінності для людини кожного дня,

появою нових інтересів та усвідомленням власної здатності долати життєві труднощі та стресотравмувальні ситуації. Загалом респонденти в напрямку змін у сприйнятті власного «Я» продемонстрували здатність посттравматичного зростання, що становить загалом 50%. Людина, яка аналізує загрози, небезпеки, яким важко запобігти, й розуміє їх насамперед як проблеми, які потребують лише додаткових витрат чи ресурсів для їх вирішення, здатна давати раду собі в боротьбі з наслідками психотравми. Йдеться про її здатність до самопомоги й активної життєвої позиції. Це людина, яка творить своє життя, приймає для себе важливі рішення й окреслює свою унікальну траєкторію життя.

Зауважимо, що цей фактор корелюється з фактором змін у життєвій філософії людини. Зміни у самоприйнятті людиною себе є наслідком руйнування й зміни базових, узвичаєних уявлень про світ. Цей фактор орієнтований на позитивні зміни в життєвій філософії, пошук позитивних моментів у кожному новому дні життя, вміння отримувати задоволення від моментів повсякденного життя, здатність визначити життєві пріоритети та дистанціюватися від дрібниць тощо. За результатами опитування військових (до аналізу цього фактора залучалися дані шкал «Духовні зміни», «Підвищення цінності життя») частка респондентів, які повідомили про позитивні зміни, за цим фактором становила понад половину опитаних.

Найбільші зміни в життєвій філософії було зазначено респондентами в розумінні цінності власного життя, зміни пріоритетів стосовно того, що є важливим у житті, здатності скерувати своє життя на досягнення нових цілей. Найнижчими були показники у твердженнях, які стосуються кращого усвідомлення духовних цінностей та наявності релігійних вірувань тощо. Водночас зазначимо, що духовний світ людини (віра, світоглядні орієнтири, морально-етичні цінності тощо) є релевантними в подоланні наслідків психотравмувальних подій і містять потужний потенціал у здатності людини до психотравматичного зростання, підвищення її рівня включення в систему міжособистісних відносин та знаходження умов для реалізації потреб у самоповазі й самореалізації. Зокрема, родина

та близьке оточення мають позитивний вплив на психоемоційний стан військово-службовців. На думку Т. Бульчик і В. Мушкевича, «взаємини з дітьми та дружиною, можливість проводити спільне дозвілля та взаємини з друзями і близькими чинять найнижчий вплив на виникнення або нівелювання стану фрустрації» [1, с. 31].

Наступним фактором моделі посттравматичного зростання С. Джозера є міжособистісні відносини, які ґрунтуються на аналізі й визнанні важливості родинних відносин, значимості стосунків із друзями, розвиток емпатії, співчуття та альтруїзму по відношенню до інших людей як пріоритетних у морально-ціннісній системі людини. До аналізу залучалися твердження зі шкали «Ставлення до інших». Загалом респонденти продемонстрували помірні зміни посттравматичного зростання в міжособистісних відносинах.

Опитування продемонструвало проблеми у вираженні військовими своїх емоцій й визначенні позитивних рис в інших людей (твердження «я дізнався про те, якими чудовими бувають люди»). Зауважимо, що здатність людини, яка отримала травматичний досвід, розуміти й управляти своїми емоціями, розпізнавати емоції інших та будувати з ними конструктивні стосунки є важливим ресурсом у подоланні стресотравматичних ситуацій. Людина з високим рівнем емпатії, на їх переконання, здатна використовувати комбінацію симпатії та співчуття, щоб утішати інших і підходити до інших у значущий і позитивний спосіб. Розпізнавання емоцій пов'язане з низкою ситуативних факторів, які виходять за межі особистісних, зокрема таких, як посттравматичний досвід. Цей процес спонукає людину до трансформації й показує, наскільки вона виросла як особистість. Так, переживання нещастя, яке спровокувало посттравматичний розлад, може дозволити людині краще відчувати й розуміти себе та відчувати подібні емоції в інших [5, с. 58]. Йдеться про щільний взаємозв'язок процесів саморегуляції та рефлексії, який розуміється не лише як спроможність суб'єкта до самомоніторингу своєї поведінки, а і як прагнення шляхом самоспостереження й самоконтролю відслідкувати власні емоції, усвідомити експресивну поведінку і самопрезентацію у різних життєвих ситуаціях [14, с. 530].

Отже, навчання людей керувати своїми негативними емоціями є однією з форм профілактики посттравматичних розладів та ресурсом для посттравматичного зростання. Емоції як ресурс тісно пов'язані зі спілкуванням та соціальною підтримкою. Завдяки спілкуванню людина створює себе впродовж усього життя, відкриває для себе нові можливості й набуває нових характеристик, розкриваючи складну багатогранність своєї природи. Основою спілкування є любов, яка здатна творити «особливу довіру людей один до одного» [7, с. 146].

Ця довіра позбавлена стереотипів та штампів і ґрунтується на широті, відкритості, взаємності. Результати дослідження засвідчили, що попри суттєвий відсоток здатності респондентів до співчуття і готовності до взаємодопомоги військовослужбовці в переважній більшості зазначають про відсутність близьких, щирих стосунків з оточуючими, відсутність поцінування та бажання розраховувати на допомогу і підтримку інших людей у скрутних життєвих ситуаціях. Зрозуміло, що в кризові моменти в житті особистості можуть руйнуватися міжособистісні відносини, водночас їх розвиток є потужним ресурсом у післятравматичному зростанні.

Висновки. Аналіз емпіричних даних на основі теоретичної моделі посттравматичного зростання С. Джозера засвідчив, що найбільші зміни відбулися у зміні власного «Я» та в життєвій філософії військовослужбовців. У міжособистісних відносинах зміни є помірними. Опитування продемонструвало проблеми у вираженні військовими своїх емоцій і визнанні (прийнятті) позитивних рис в інших людей.

Отже, травматичні події презентують людині абсолютно новий досвід, до розуміння й осмислення котрого вона не мала часу і можливостей. Цей досвід опрацьовується людиною після самої травми. Окреслення шляхів поєднання нового досвіду з отриманим й осмисленим раніше передбачає початок одужання. Відновлення, попри травми та потрясіння, узвичаєння координат свого життя, передбачає побудову нової моделі життя, яка включатиме досвід травми та дозволить керувати своїм життям.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бульчик Т.І., Мушкевич В.О. Емоційні та поведінкові прояви військовослужбовців, що перебували в зоні бойових дій. *Психологічні студії*. 2022. № 1. С. 24–32.
2. Ганаба С.О. Сенс життя як екзистенційна цінність у поглядах Віктора Франкла. *Актуальні проблеми філософії та соціологія*. 2022. № 35. С. 3–8.
3. Климчук В.О. Посттравматичне зростання та як можна йому сприяти у психотерапії. *Наука і освіта*. 2016. № 5. С. 46–52.
4. Нечитайло Т.А., Лісова О.С., Фесун Г.С. Особливості прояву агресії у військовослужбовців у зв'язку з умовами служби і званнями. *Психологічні студії*. 2022. № 1. С. 55–63.
5. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
6. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу: Психолог у концтаборі. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2016. 286 с.
7. Ясперс К. Комунікація. Першоджерела комунікативної філософії / за ред. Л.А. Ситниченко. Київ : Либідь, 1996. С. 140–156.
8. Antonovsky A. Health, Stress and Coping. San Francisco : JosseyBass, 1979.
9. Elder G.H., Clipp E.C. Combat experience and emotional health: Impairment and resilience in later life. *Journal of personality*. 1989. № 57. Vol. 2. P. 311–341.
10. Joseph S. Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspective on Posttraumatic Stress. *Psychological Topics*. 2009. Vol. 18(2). P. 335–344.
11. Posttraumatic growth among Gulf War I veterans: The predictive role of deployment-related experiences and background characteristics / Maguen S. et al. *Journal of Loss and Trauma*. 2006. № 11. Vol. 5. P. 373–388.
12. Strengths of character and posttraumatic growth / Peterson C. et al. *Journal of traumatic stress*. 2008. № 21. Vol. 2. P. 214–217.
13. Snyder M. Self-monitoring of expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1974. № 30. P. 526–537.
14. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. № 1. Vol. 15. P. 1–18.

REFERENCES:

1. Bulchyk, T.I., & Mushkevych, V.O. (2022). Emotsiini ta povedinkovi proiavy viiskovosluzhbovtziv, shcho perebuvaly u zony boiovykh dii [Emotional and behavioral manifestations of military personnel who were in combat zones]. *Psykhologichni studii*. 1. S.24–32. [in Ukrainian]
2. Hanaba, S.O. (2022). Sens zhyttia yak ekzystentsiina tsinnist u pohliadakh Viktora Frankla [The meaning of life as an existential value in the views of Viktor Frankl]. *Aktualni problemy filozofii ta sotsiologii*. 35. S. 3–8. [in Ukrainian]
3. Klymchuk, V.O. (2016). Posttravmatychnе zrostannia ta yak mozhna yomu spryiaty u psykhoterapii [Post-traumatic growth and how it can be facilitated in psychotherapy]. *Nauka i osvita*. 5. S. 46–52. [in Ukrainian]
4. Nechytailo, T. A., Lisova, O.S., & Fesun, H.S. (2022). Osoblyvosti proiavu ahresii u viiskovosluzhbovtziv u zviazku z umovamy sluzhby i zvanniamy [Peculiarities of the manifestation of aggression in military personnel in connection with the conditions of service and ranks.]. *Psykhologichni studii*. 1. S. 55–63. [in Ukrainian]
5. Nosenko, E.L., & Kovryha. N.V. (2003). *Emotsiinyi intelekt: kontseptualizatsiia fenomenu, osnovni funktsii* [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, main functions]. Kyiv : Vyshcha shkola, 2003. 126 s.
6. Frankl, V. (2016). *Liudyna u poshukakh spravzhnoho sensu: Psykholog u kontstabori* [Man in Search of True Meaning: A Psychologist in a Concentration Camp]. Kharkiv : Klub simeinoho dozvillia. 286 s. [in Ukrainian]
7. Yaspers, K. (1996). Komunikatsiia. *Pershodzherela komunikatyvnoi filozofii* [Communication. Primary sources of communicative philosophy]. (Sytnychenko, L.A. Eds.). Kyiv : Lybid. S. 140–156. [in Ukrainian]

8. Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping*. San Francisco: JosseyBass. [in English]
9. Elder, G.H., & Clipp, E.C. (1989). Combat experience and emotional health: Impairment and resilience in later life. *Journal of personality*, № 57, Vol. 2, 311–341. [in English]
10. Joseph, S. (2009). Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspective on Post-traumatic Stress. *Psychological Topics*, Vol. 18(2), 335–344. [in English]
11. Maguen, S., Vogt, D.S., King, L.A., King, D.W., & Litz, B.T. (2006). Posttraumatic growth among Gulf War I veterans: The predictive role of deployment-related experiences and background characteristics. *Journal of Loss and Trauma*, № 11, Vol. 5, 373–388. [in English]
12. Peterson, C., Park, N., Pole, N., D'Andrea, W., & Seligman, M.E. (2008). *Strengths of character and posttraumatic growth*. *Journal of traumatic stress*, № 21, Vol. 2, 214–217. [in English]
13. Snyder, M. (1974). Self-monitoring of expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, № 30, 526–537. [in English]
14. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, № 1, Vol. 15, 1–18. [in English]

УДК [378.017:159.942-026.564]:378.018.8:373.011.2-051]:376(045)

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.4>

ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ДО РОБОТИ З УЧНЯМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ

Гриньова Наталія Вячеславівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

<https://orcid.org/0000-0001-7261-9871>

Статтю присвячено вивченню проблеми формування емоційної стійкості як важливої особистісної та професійної властивості майбутніх педагогів до роботи з учнями з особливими освітніми потребами.

Метою статті є теоретичне та емпіричне дослідження психологічних особливостей емоційної стійкості особистості майбутніх педагогів – здобувачів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. У ході теоретичного дослідження проблеми емоційної стійкості майбутніх педагогів до роботи з учнями з особливими освітніми потребами виділено основні компоненти емоційної стійкості (самосвідомість, емоційний інтелект, стресостійкість, здатність до емоційного регулювання, самопідтримка, емпатія). Охарактеризовано ключові принципи та підходи в організації навчального інклюзивного середовища (інклюзія, індивідуалізація, диференційований підхід, співпраця з батьками, адаптація фізичного та психологічного середовища, сприяння соціальної адаптації, підтримка психологічного стану учнів з особливими освітніми потребами). У ході емпіричного дослідження з використанням психодіагностичних методик «Методика діагностики рівня емпатійних здібностей» (В.В. Бойко), «П'ятифакторний особистісний опитувальник» (в адаптації А. Хромова), «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер адаптований варіант Т.А. Крюкової) було встановлено, що емоційна стійкість здобувачів вищої освіти знаходиться на середньому рівні розвитку. Серед складників емоційної стійкості найбільш розвиненими визначено компоненти емоційної чуйності та емпатійного сприйняття, раціональний канал та інтуїтивний канал, що є професійно значущими якостями для роботи з учнями з особливими освітніми потребами. Серед компонентів емоційної стійкості найбільш розвиненим є самоконтроль, емоційна стійкість і прихильність. Встановлено, що здобувачі проявляють копінг-поведінку, «орієнтовану на вирішення».

Ключові слова: майбутні педагоги, емоційна стійкість, учні з особливими освітніми потребами, копінг-поведінка, емпатійні здібності.

Hrynova Nataliia. Formation of emotional resistance of future teachers to work with students with people

The article is devoted to the study of the problem of the formation of emotional stability, as an important personal and professional attribute of future teachers to work with students with special educational needs.

The purpose of the article is a theoretical and empirical study of the psychological features of the emotional stability of the personality of future teachers – graduates of the Uman State Pedagogical University named after Pavel Tychnya. In the course of a theoretical study of the problem of emotional stability of future teachers to work with students of OOP, the main components of emotional stability were highlighted (self-awareness, emotional intelligence, stress resistance, ability to emotional regulation, self-support, empathy. The key principles and approaches in the organization of an inclusive educational environment were characterized (inclusion, individualization, differentiated approach, cooperation with parents, adaptation of the physical and psychological environment, promotion of social adaptation, support of the psychological state of students with special educational needs), "Five-factor personality questionnaire" (adapted by A. Khromov), "Coping behavior in stressful situations" (S. Norman, D. Eandler, D. James, M. Parker adapted version of T.A. Kryukova), it was established that the emotional stability of students of higher education is at an average level of development. Among the components of emotional stability, the components of emotional responsiveness and empathic perception,

the rational channel and the intuitive channel are identified as the most developed, which are professionally significant qualities for working with students with special needs. Among the components of emotional stability, the most developed are self-control, emotional stability and commitment. It has been established that achievers exhibit "solution-oriented" coping behavior.

Key words: future teachers, emotional stability, students with special educational needs, coping behavior, empathic abilities.

Постановка проблеми. Емоційна стійкість педагогів є важливою якістю для ефективної роботи з учнями з особливими освітніми потребами, що включає розвиток уміння відповідати на емоційні виклики, стресові ситуації та труднощі, які виникають під час взаємодії з учнями. Ця стійкість може бути особливо важливою, оскільки робота з дітьми може бути складною і вимагати терпіння, емоційної регуляції та здатності контролювати власні реакції. Питанню розвитку емоційної стійкості педагогів та підготовки їх до роботи в умовах інклюзивної освіти присвячені праці українських учених: І. Демченко, Н. Дмитріюк, Є. Клопота, А. Колупаєва, Н. Кордунова, О. Околович, С. Пухно, Л. Савчук, І. Сергєєва, Х. Турецька, Н. Четверікова, О. Шевчишена, О. Шульженко, Т. Щербак та ін.

Вивченням емоційної стійкості особистості та розробленням методів діагностики її компонентів в різні періоди розвитку психологічної науки займалися українські (І. Аршава, О. Блінов, Л. Бурлачук, П. Зільберман, Т. Кириленко, Г. Лапшинська, В. Моляко, Е. Носенко, Я. Овсяннікова, К. Пилипенко, Н. Пов'якель, О. Саннікова, І. Султанова) та зарубіжні вчені (R. Lazarus, D. Goleman, E. Hagen, E. Frenkel-Brunswik, J. Brady, I. Janis, E. Lindermann, H. Magoun, G. Mahl, J. Mayer, R. Thorndike) та ін.

Метою роботи є теоретичне та емпіричне вивчення психологічних особливостей емоційної стійкості особистості майбутніх педагогів – здобувачів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

Результати дослідження. Емоційну стійкість І. Аршава розглядає як інтегративну властивість особистості, що виявляється в переважальній диспозиції суб'єкта професійної діяльності та життєдіяльності в цілому, щоб підтримувати або відновлювати рівновагу організму як «активної підсистеми» з постійно змінюваною матеріальною системою світу. Операційною ознакою такої диспозиції вчена вважає збереження

в разі ускладнення умов професійної діяльності або життєдіяльності загалом психічного стану оптимального функціонування, зумовлених ним особливостей перебігу психічних процесів, що у свою чергу відбиваються на стані здоров'я людини, особливостях реалізації нею вищих психічних функцій, психологічному благополуччю та емоційному інтелекті [1].

О. Шульженко визначає готовність майбутніх фахівців до професійної діяльності з учнями з особливими освітніми потребами (далі – ООП) як складне утворення, що має динамічну структуру, між компонентами якої існують функціональні залежності. Вчений виокремлює два основні підходи до визначення змісту та структури психологічної готовності до діяльності: функціональний та особистісний. Функціональний підхід визначає готовність як певний стан психічних функцій, що забезпечує високий рівень досягнень під час виконання діяльності. Особистісний підхід – як результат підготовки до певної діяльності, багатоаспектне утворення особистості, яке містить низку компонентів, адекватних вимогам, змісту та умовам професійної діяльності. Емоційну стійкість майбутніх фахівців учений визначає ядром психологічної готовності, як здатність особистості до адаптації в складних професійних афективних ситуаціях, забезпечення при цьому успішної діяльності та працездатності [6].

На думку К. Пилипенко, емоційна стійкість здобувачів – майбутніх фахівців має динамічну побудову і поєднує фізіологічний, психологічний і соціально-психологічний рівні організації психічного стану особистості. Її основними компонентами є адекватність емоційної оцінки ситуації (відповідність емоційних реакцій), гармонійність відношення між усіма параметрами діяльності в емоціогенних умовах професійної діяльності [4].

Аналіз проблеми емоційної стійкості педагогів до роботи з дітьми з особливими

освітніми потребами, дозволив виділити основні складники її розвитку:

- Самосвідомість як розуміння власних емоцій, переконань та реакцій у різних ситуаціях, що допоможе педагогам уникати перенесення власних негативних емоцій на дітей.

- Емоційний інтелект як здатність розпізнавати, розуміти та керувати власними та емоціями інших людей. Це важливо для педагогів, оскільки діти можуть виявляти різноманітні емоції, і намагання реагувати на них адекватно допомагає зберегти позитивні взаємовідношення.

- Стресостійкість як здатність ефективно функціонувати та зберігати якість роботи навіть в умовах стресу. Робота з дітьми може бути непередбачуваною, і педагоги повинні бути готові до несподіваних ситуацій.

- Здатність до емоційного регулювання як можливість керувати своїми емоціями та реакціями на сприйняття певних подій, що допоможе педагогам зберігати спокій та розуміння навіть у важких ситуаціях.

- Самопідтримка як здатність дбати про власне емоційне, психологічне та фізичне благополуччя. Педагоги повинні мати ресурси для того, щоб впоратися з вимогами своєї професії та не вигоріти.

- Емпатія як здатність відчувати емоції дітей, співпереживати, що допомагає підтримувати позитивні взаємини і зрозуміти потреби кожного учня.

- Позитивна психологія як орієнтація на позитивні аспекти та можливості в будь-якій ситуації, що сприяє створенню сприятливого середовища для навчання і розвитку дітей.

Робота педагога з учнями з особливими освітніми потребами є важливою і водночас становить виклик для сучасної освітньої системи. Особливі освітні потреби включають фізичні, когнітивні, поведінкові та емоційні особливості учнів, які вимагають індивідуального підходу до навчання та підтримки. Для успішної роботи з такими учнями педагогам потрібно враховувати деякі ключові принципи та підходи:

- Інклюзія як сучасний підхід до освіти передбачає створення інклюзивного середовища, де діти з особливими потребами навчаються разом зі своїми однолітками. Педагогам важливо створювати сприятливу атмосферу, де кожен учень відчуває себе важливим та поважаним.

- Індивідуалізація, яка втілюється в розробленні індивідуальних навчальних планів і підходів, враховуючи конкретні потреби кожної дитини.

- Диференційований підхід, що передбачає використання різноманітних методів і підходів до навчання для відповіді на потреби різних учнів. Це може включати використання різних навчальних матеріалів, завдань та стратегій.

- Співпраця з батьками, в якій важливо підтримувати відкритий зв'язок, обмінюватися інформацією та спільно розвивати стратегії для навчання та розвитку дитини.

- Адаптація фізичного та психологічного середовища, яке відповідає потребам учнів з різними особливостями. Це може включати адаптацію класних кімнат, використання спеціальних засобів навчання та технологій.

- Сприяння соціальній адаптації, в якій педагоги повинні сприяти розвитку соціальних навичок учнів з ООП, стимулювати співпрацю, комунікацію та взаємодію з оточуючими.

- Підтримка психологічного стану учнів з метою зменшення стресу або тривожності в навчальному середовищі. Педагоги повинні вміти надавати емоційну підтримку та взаємодіяти в таких ситуаціях.

У ході емпіричного дослідження, проведеного серед здобувачів вищої освіти факультету початкової освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, було використано психодіагностичні методики для визначення рівня емоційної стійкості майбутніх педагогів: «Методика діагностики рівня емпатійних здібностей» (В.В. Бойко), методика «П'ятифакторний особистісний опитувальник» (в адаптації А. Хромова), методика «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер, адаптований варіант Т.А. Крюкової). У дослідженні брали участь 107 здобувачів та здобувачок III–IV курсів, віком 20–21 роки.

Аналіз результатів, отриманих за методикою «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В.В. Бойко, представлено на рис. 1.

Найбільш розвиненими компонентами емпатійних здібностей стали компонент «установка, що сприяє емпатії» (4,9 балів) і компонент «ідентифікація» (4,1 балів),

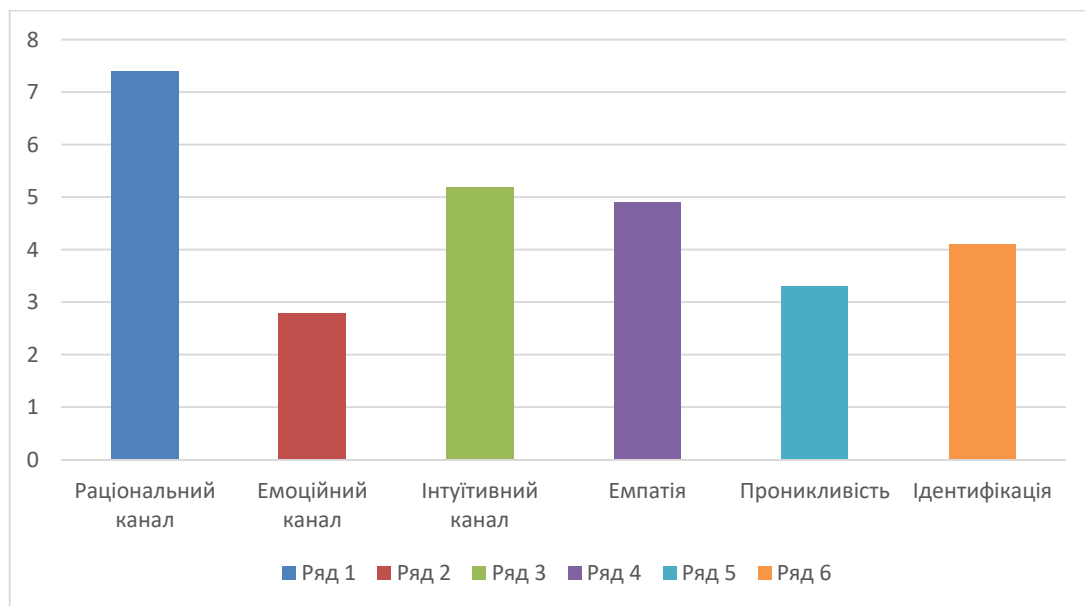


Рис. 1. Компоненти емпатійних здібностей

що говорить про переважання у здобувачів установок, що полегшують взаємодію, яка розширює діапазон емоційної чуйності та емпатійного сприйняття.

Серед трьох каналів емпатійних здібностей у майбутніх педагогів переважає раціональний канал (7,2 бали) та інтуїтивний канал (5,2 бали), що вказує на здатність досліджуваних раціоналізувати власні емоції та відчувати стан інших людей. Інтегративний показник емпатійних здібностей становив 51,8 балів, що говорить про середній рівень розвитку емпатійних здібностей у майбутніх педагогів.

У дослідженні перешкод для встановлення емоційних контактів за методикою В.В. Бойко були отримані такі результати (за п'ятибальною оцінкою): найбільш вираженими перешкодами у встановленні емоційних контактів стали неадекватні прояви емоцій (2,9 балів), невміння керувати емоціями, дозувати їх (1,5 балів) та

небажання зближуватися з людьми на емоційній основі (2 бали).

Методика «П'ятифакторний особистісний опитувальник» (в адаптації А. Хромова) визначає рівні проявів компонентів емоційної стійкості. Загальний показник емоційної стійкості людини визначається за сукупністю декількох взаємозалежних чинників, що так чи інакше визначають емоційне життя особистості, її психологічні особливості та актуальний настрій. За допомогою методики можна виміряти рівні прояву кожного з п'яти факторів (екстраверсія – інтроверсія; прихильність – відособленість; самоконтроль – імпульсивність; емоційна нестійкість – емоційна стійкість; експресивність – практичність) (табл. 1).

Аналіз отриманих даних дає підстави стверджувати, що за фактором «екстраверсія – інтроверсія» здобувачі мають середній показник (42%), що свідчить про прояви у них таких якостей, як актив-

Таблиця 1

Прояви компонентів емоційної стійкості

№ п/п	Фактори	Досліджувані, %
1	Екстраверсія – інтроверсія	42
2	Прихильність – відособленість	64
3	Самоконтроль – імпульсивність	76
4	Емоційна нестійкість – емоційна стійкість	70
5	Емоційна лабільність – емоційна стабільність	63

ність, домінування, товариськість, пошук вражень. За фактором «прихильність-відособлення» 64% здобувачів мають високі показники, що свідчить про прояви теплоти, співпраці, довірливості, розуміння та поваги.

За фактором «самоконтроль – імпульсивність» 76% здобувачів мають високі показники, що свідчить про стійкі прояви акуратності, наполегливості, відповідальності, самоконтролю поведінки та передбачливості.

За фактором «емоційна стійкість – емоційна нестійкість» аналіз результатів вказує на те, що здобувачі мають показник 70%, що свідчить про те, що вони схильні проявляти безтурботність, розслабленість, емоційну комфортність та самодостатність.

За фактором «Емоційна лабільність – емоційна стабільність» здобувачі мають показник 63%, що свідчить про прояви таких якостей, як практичність, цікавість, допитливість, артистичність, сенситивність, пластичність.

Результати оброблення отриманих даних свідчать, що за шкалою «Копінг-поведінка, орієнтована на вирішення» має високі та підвищені бали 61% досліджуваних, це свідчить про прагнення зосередитися на проблемі, проаналізувати її, все зважити та прийняти найбільш оптимальне рішення. За шкалою «Копінг-поведінка, орієнтована на емоції» 30% осіб мають високі та під-

вищені показники, що свідчить про схильність до занурення в емоційні переживання, відчуття внутрішньої напруженості, занепокоєння, розгубленості, зосередженість на своїх недоліках і нездатність вирішити проблему.

Результати за шкалою «Копінг-поведінка, орієнтована на уникнення» свідчать, що 9% мають високі та підвищені показники, що свідчать про орієнтованість на уникнення вирішення важкої ситуації та слабе прагнення думати про щось інше, відволікатися на спілкування, відпочинок, розваги, улюблені заняття. За шкалою «Відволікання» 48% досліджуваних мають високі показники, за шкалою «Соціальне відволікання» – 52% осіб.

Аналіз результатів дослідження.

Отже, результати дослідження емоційної стійкості свідчать, що у майбутніх педагогів проявляється емоційна стійкість на середньому рівні. Важливо враховувати, що емоційна стійкість – це навичка, яку можна розвивати. Педагоги можуть звертатися до тренінгів, психологічної підтримки та саморозвитку для покращення цієї якості.

Підготовка педагога до роботи з учнями з особливими освітніми потребами включає кілька ключових кроків, які допоможуть педагогу ефективно працювати з цією групою дітей:

1. Ознайомлення з особливостями учнів з ООП – вивчення та розуміння різних

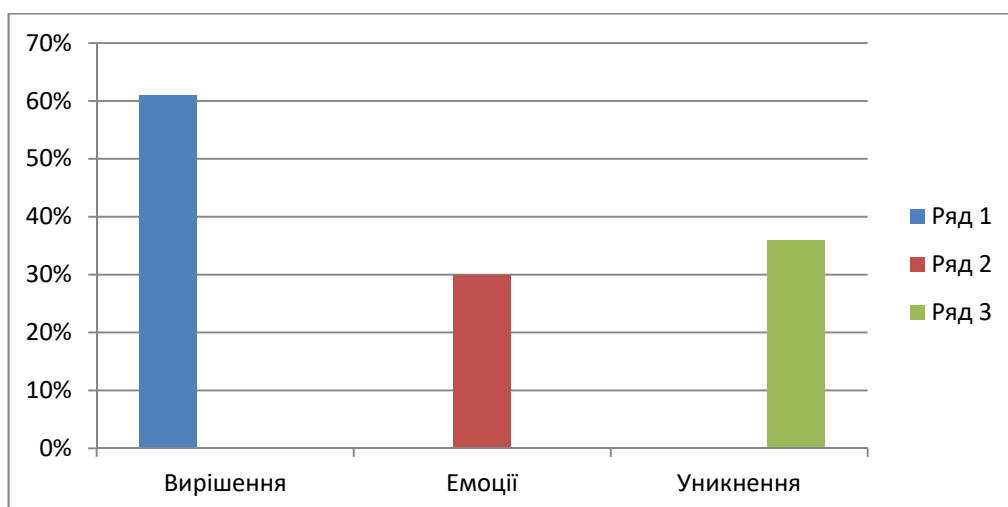


Рис. 2. Результати діагностики за методикою «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Н. Ендлера, Дж. Паркера (адаптований варіант Т.А. Крюкової)

видів особливих освітніх потреб учнів, з якими педагог буде працювати. Розкриття сутності різних медичних, психологічних та освітніх діагнозів, що впливають на їхні можливості та потреби.

2. Освіта та навчання – проходження спеціалізованих курсів, тренінгів та семінарів з питань роботи з учнями з особливими потребами.

3. Практичний досвід – здобутий практичний досвід роботи з цією групою учнів. Це може бути через стажування, волонтерську роботу або роботу під керівництвом досвідчених педагогів.

4. Індивідуальні навчальні плани – навчитися розробляти індивідуальні навчальні плани для учнів з особливими потребами. Розуміння процесу розроблення та виконання цих планів допоможе педагогу забезпечити оптимальний навчальний досвід для кожної дитини.

5. Співпраця зі спеціалістами – навчитися співпрацювати з психологами, логопедами, окулістами та іншими фахівцями, які можуть надавати додаткову підтримку учням з особливими потребами.

6. Використання ресурсів і технологій – дослідити доступні педагогічні ресурси, матеріали та технології, які можуть підтримати навчання учнів з особливими потребами. Це можуть бути спеціальні підручники, програми для комп'ютерів, інтерактивні навчальні інструменти тощо.

7. Емоційна підготовка – підібрати разом із психологом методики для роботи

з власними емоціями та стресом, які можуть виникати під час роботи з учнями з особливими потребами. Розуміння власних реакцій допоможе педагогу краще підтримувати дітей.

8. Створення підтримувального середовища – адаптація класу, в якому працює педагог, до потреб учнів з особливими потребами. Це може включати фізичні зміни в класному приміщенні, організацію робочих місць, використання спеціальних матеріалів тощо.

9. Розвиток спеціалізованих навичок – оволодіння спеціалізованими методиками навчання, спілкування та підтримки для різних типів особливих потреб, таких як аутизм, ДЦП, СДУГ і т. д.

10. Постійний професійний розвиток – постійне вдосконалення своїх навичок та знань, зокрема у сфері роботи з учнями з особливими потребами.

Висновки. Отже, робота з учнями з особливими освітніми потребами вимагає від педагогів терпіння, відкритості та готовності до неперервного професійного розвитку. Педагоги, які вдаються до цих принципів та підходів, можуть допомогти кожному учневі розкрити свій потенціал та досягти навчальних цілей.

Перспективи подальших розвідок і досліджень вбачаємо в опануванні навичок збереження емоційної стійкості та профілактики виникнення можливих негативних емоційних станів педагогів, пов'язаних з роботою з учнями з ООП.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аршава І. Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.02. Дніпропетровськ, 2007. 406 с.
2. Демченко І. І. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього учителя початкових класів до професійної діяльності в умовах інклюзивної освіти : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04, 13.00.03. Умань, 2016. 44 с.
3. Пилипенко К.В. Емоційна стійкість як професійно важлива якість майбутнього педагога. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти* : збірник наукових праць. 2019. Випуск 9. С. 154–159. URL: <https://journal.kdpu.edu.ua/psychology/article/view/3723> (дата звернення: 01.07.2023).
4. Пилипенко К.В. Формування емоційної стійкості як професійно важливої якості майбутнього практичного психолога : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2010. 23 с.
5. Пухно С. В., Щербак Т. І. Емоційна стійкість як складова емоційно-етичної компетентності майбутніх вчителів. *Актуальні питання природничо-математичної освіти* : збірник наук. праць. 2022. Випуск 2(20). С. 136–143. URL: https://library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/02/aktualni-pytannya-pryr.-mat.osvity_220_2022.pdf (дата звернення: 06.07.2023).
6. Шульженко О. Є., Шульженко Д. І. Теоретична сутність взаємозв'язку емоційного інтелекту і емоційної стійкості майбутніх фахівців спеціальної та інклюзивної освіти. *Корекційна*

педагогіка та спеціальна психологія : збірник наукових праць. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. № 37. Сер. 19. С. 141–147.

7. Шульженко О. Є. Дослідження емоційного благополуччя в контексті формування емоційної стійкості фахівця для корекційної роботи з аутичними дітьми особистості. *Актуальні питання корекційної освіти* : збірник наукових праць. Кам'янець-Подільський : ПП Медобори-2006, 2017. Вип. 10. С. 401–413.

REFERENCES:

1. Arshava, I. F. (2007). Emotsiina stiikist liudyny ta yii diahnostryka. [Emotional stability of a person and its diagnosis]. Doctor's thesis. Dnipropetrovsk [in Ukrainian].

2. Demchenko, I. I. (2016). Teoretychni i metodychni zasady pidhotovky maibutnoho uchytelia pochatkovykh klasiv do profesiinoi diialnosti v umovakh inkliuzyvnoi osvity. [Theoretical and methodical principles of training future primary school teachers for professional activities in the conditions of inclusive education]. Doctor's thesis. Uman [in Ukrainian].

3. Pylypenko, K. V. (2019). Emotsiina stiikist yak profesiino vazhlyva yakist maibutnoho pedahoha. [Emotional stability as a professionally important quality of the future teacher. *Aktualni problemy psykholohii v zakladakh osvity*]. Zbirnyk naukovykh prats. Vypusk 9, 154–159. Retrieved from: <https://journal.kdpu.edu.ua/psychology/article/view/3723> [in Ukrainian].

4. Pylypenko, K. V. (2010). Formuvannia emotsiinoi stiikosti yak profesiino vazhlyvoi yakosti maibutnoho praktychnoho psykholoha. [Formation of emotional stability as a professionally important quality of the future practical psychologist]. Candidate's thesis. Kyiv [in Ukrainian].

5. Pukhno, S. V., Shcherbak, T. I. (2022). Emotsiina stiikist yak skladova emotsiino-etychnoi kompetentnosti maibutnykh vchyteliv. [Emotional stability as a component of emotional and ethical competence of future teachers]. *Aktualni pytannia pryrodnycho-matematychnoi osvity*. Zbirnyk nauk. prats. Vypusk 2(20), 136–143. Retrieved from: https://library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/02/aktualni-pytannya-pryr.-mat.osvity_220_2022.pdf [in Ukrainian].

6. Shulzhenko, O. Ie., Shulzhenko, D. I. (2019). Teoretychna sutnist vzaiemozv'язku emotsiinoho intelektu i emotsiinoi stiikosti maibutnykh fakhivtsiv spetsialnoi ta inkliuzyvnoi osvity [The theoretical essence of the relationship between emotional intelligence and emotional stability of future specialists in special and inclusive education]. *Naukovyi chasopys. Korektsiina pedahohika ta spetsialna psykholohiia*. Zbirnyk naukovykh prats. K. : NPU im. M. P. Drahomanova, № 37. Ser. 19, 141–147 [in Ukrainian].

7. Shulzhenko, O. Ie. (2017). Doslidzhennia emotsiinoho blahopoluchchia v konteksti formuvannia emotsiinoi stiikosti fakhivtsia dlia korektsiinoi roboty z autychnymy ditmy osobystosti [The study of emotional well-being in the context of the formation of emotional stability of a specialist for correctional work with autistic children of the individual]. *Aktualni pytannia korektsiinoi osvity*. Zbirnyk naukovykh prats. Kamianets-Podilskyi : PP Medobory-2006, Vyp. 10, 401–413 [in Ukrainian].

СТРІЛЬБА З ЛУКА ЯК ІНСТРУМЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ЕКСКОМБАТАНТІВ

Дучимінська Тамара Іванівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
декан факультету психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-3352-3188>
<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57204582285>
<https://www.researchgate.net/profile/Tamara-Duchiminska>

Мельник Антоній Петрович,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-1248-217X>

Дучимінський Олег Григорович,

асистент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0009-0007-1894-392X>

У статті здійснено теоретичний аналіз та проведено емпіричне дослідження щодо використання занять стрільбою з лука як ефективного інструменту психологічної реабілітації екскомбатантів. Теоретично підтверджено ефективність занять стрільбою з лука як засобу вдосконалення фізичного та психічного стану людини, а саме: поліпшують рухливість та врівноваженість нервових процесів, простих та складних сенсомоторних реакцій, увагу, пам'ять; суттєво впливають на емоційний та психологічний стан людини, підвищують впевненість у собі, самосвідомість, зменшують стрес, тривогу, депресію тощо; зміцнюють силову витривалість та поліпшують фізичний стан.

Психологічна реабілітація екскомбатантів проводилась на базі реабілітаційного центру Волинського обласного госпіталю ветеранів війни, Комунального підприємства «Медичний центр реабілітації учасників бойових дій Луцької міської територіальної громади» та реабілітаційного відділення Волинської обласної клінічної лікарні. До реабілітаційної програми було залучено 85 екскомбатантів чоловічої статі, віком 30–45 років, які отримали фізичні та психологічні травми і перебували на стаціонарному лікуванні та реабілітації.

На основі розробленого напівструктурованого клінічного інтерв'ю та письмової анкети діагностувалися основні психологічні особливості (емоційні та когнітивні прояви) кожного з учасників. Фахівці-реабілітологи здійснювали попередній відбір учасників, ураховуючи протипоказання до такого виду занять.

Більшість респондентів відмітили позитивні емоційні відчуття вже після першого пострілу (посмішки на обличчі, здивування, вигуки, зацікавленість, комунікація між учасниками тощо). Досліджувані відзначали, що стрільба дозволяє забути негативні спогади, отримати нові враження, переключитися на позитивні відчуття. Під час проведення тренувань багато екскомбатантів зауважили, що вже після другого-третього заняття у них покращується координація, зникає тремтіння, відновлюється контроль м'язів тіла, стабілізується стійка тощо. Особливо це було характерним для бійців з екобаротравмами.

Отже, наші дослідження підтверджують позитивний терапевтичний ефект стрільби з лука для відновлення (психологічної реабілітації) екскомбатантів.

Ключові слова: екскомбатанти, психологічна реабілітація, відновлення, стрільба з лука, позитивний емоційний стан.

Duchyminska Tamara, Melnyk Antonii, Duchyminskyi Oleh. Archery as a tool for the psychological rehabilitation of excombatants

The article provides a theoretical analysis and empirical research on the use of archery classes as an effective tool for the psychological rehabilitation of ex-combatants. The effectiveness of archery training as a means of improving a person's physical and mental state has been theoretically confirmed, namely: they improve the mobility and balance of nervous processes, simple and complex sensorimotor reactions, attention, memory; significantly affect a person's emotional and psychological state, increase self-confidence, self-awareness, reduce stress, anxiety, depression, etc.; strengthen strength endurance and improve physical condition.

Psychological rehabilitation of ex-combatants was carried out on the basis of the rehabilitation center of the Volyn Regional War Veterans Hospital, the Communal Enterprise "Medical Center for the Rehabilitation of Combatants of the Lutsk City Territorial Community" and the rehabilitation department of the Volyn Regional Clinical Hospital. No less than 85 male ex-combatants were involved in the rehabilitation program aged 30–45 years who received physical and psychological injuries and were undergoing inpatient treatment and rehabilitation were involved in the rehabilitation program.

On the basis of a developed semi-structured clinical interview and a written questionnaire, the main psychological features (emotional and cognitive manifestations) of each of the participants were diagnosed. Rehabilitation specialists pre-selected participants, taking into account contraindications to this type of exercise.

Most respondents noted positive emotional feelings already after the first shot (smiles on the face, surprise, exclamations, interest, communication between participants, etc.). The researchers noted that shooting allows you to forget negative memories, get new impressions, and switch to positive feelings. During training, many ex-combatants noticed that after the second or third session their coordination improves, tremors disappear, body muscle control is restored, posture stabilizes, etc. This was especially characteristic of soldiers with eco-barotraumas.

As a result, our research confirms the positive therapeutic effect of archery for recovery (psychological rehabilitation) of ex-combatants.

Key words: *excombatants, psychological rehabilitation, recovery, archery, positive emotional state.*

Постановка проблеми. З початку повномасштабної війни Росії проти України надзвичайно загострилася проблема реабілітації військовослужбовців. Військові, перебуваючи в зоні бойових дій чи в прифронтовій зоні з постійними ракетними та артилерійськими обстрілами, бомбовими ударами, не лише ризикують життям, але й знаходяться у несприятливих умовах, які значно підвищують уразливість до психосоціального стресу та напруги, що негативно впливає не тільки на фізичне здоров'я, але й на психологічне, провокуючи виникнення психічних розладів (депресія, посттравматичний стресовий розлад тощо).

Військові дії призвели до переведення армії на професійну основу, підвищення її престижу, зростання патріотизму, зміцнення організаційної та духовної єдності тощо, але при цьому серед учасників бойових дій, особливо в результаті інвалідності та під час адаптації до мирного життя, спостерігається активізація негативних психоемоційних тенденцій, що провокують зростання деструктивних форм поведінки (алкоголізму, наркоманії, суїцидальних проявів тощо) [2].

Саме тому надзвичайно актуальним завданням натеper є пошук, розроблення і впровадження нових методів та шляхів реабілітації екскомбатантів.

Аналізуючи сучасні наукові розробки, результати останніх досліджень та враховуючи власний досвід, хочемо відзначити, що ефективним методом удосконалення фізичного та психічного стану людини є стрільба з лука, яка має позитивний вплив на фізичний та психологічний стан людини.

Тому **метою** нашої роботи є теоретичний аналіз та емпіричне дослідження особливостей психологічної реабілітації екскомбатантів, що зазнали фізичних та психологічних травм, методом стрільби з лука.

Результати дослідження. Психологічна реабілітація екскомбатантів – це діяльність, що здійснюється суб'єктами психологічної роботи (психологами, психіатрами, реабілітологами, соціальними працівниками, волонтерами тощо), спрямована на відновлення психічних функцій, особистісних властивостей і системи відносин особистості військово-службовця, що дозволяє йому успішно

вирішувати життєві завдання і функціонувати в мирному соціумі [1; 4].

Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні» трактує психологічну реабілітацію як систему заходів, спрямовану на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, властивостей особи, створення сприятливих умов для розвитку та утвердження особистості [6].

Форма психологічної реабілітації військовослужбовців, які знаходилися в бойових умовах, або декомпресія, почала застосовуватися наприкінці ХХ століття, після війни у В'єтнамі. Американських військових перед поверненням додому відправляли на короткотривалий «психологічний карантин», де вони могли відновитися та адаптуватися до мирного життя, попрацювати з фахівцями, які б допомогли пережити травматичний досвід і виявити проблемні місця. В українській армії ця практика з'явилася у 2015 році – з наказом Міністерства оборони про реабілітацію військовослужбовців, які брали участь в антитерористичній операції на сході країни. У 2018 році було затверджено інструкцію з організації психологічної декомпресії військовослужбовців [5].

Проблема психологічної реабілітації військовослужбовців глибоко досліджена в зарубіжній психологічній літературі. У вітчизняній психології знаходимо низку праць, які висвітлюють окреслену проблему (В. Алещенко, Ю. Бриндіков, В. Лесков, С. Лисюк, С. Ніколаєнко, Ю. Ярошик та ін).

Незважаючи на актуальність вивчення проблеми реабілітації та значний інтерес з боку дослідників, сьогодні відмічається суперечливість і недостатність у визначенні поняття феномену та його методологічного і концептуального забезпечення. Насамперед це пов'язано з великою кількістю видів реабілітації (психологічна, соціальна, медична, професійна тощо) та її різновидів (соціально-психологічна, медико-психологічна, психолого-педагогічна, професійно-психологічна тощо).

Під час проведення соціальних, медичних, професійних заходів тощо частіше використовують поняття психологічної реабілітації.

Розкриваючи психотерапевтичні методи реабілітації учасників бойових дій, Ю. Бриндіков у своїй праці здійснює узагальнення визначення психологічної реабілітації [2].

Автор указує, що це поняття в зарубіжних працях трактується як:

- психічне відновлення в ситуаціях, що спровокували відчуття тривоги та страху;
- процес відновлення психічного здоров'я особистості з використанням психологічних методів впливу;
- процес формування системи значущих відносин, етапами якої є усвідомлення первинного розладу та формування позитивного відношення особистості до себе;
- діяльність, спрямована на відновлення психічних функцій і особистісних властивостей особистості військовослужбовця;
- відновлення здатності дисгармонійно розвиненої особистості до нормального функціонування [2].

Психологічна реабілітація вирішує надзвичайно широке коло завдань психологічної допомоги учасникам бойових дій, насамперед таких, як нормалізація психічного стану, відновлення порушених (втрачених) психічних функцій, гармонізація «Я-образу» ветерана війни зі сформованою соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідизація тощо), надання допомоги у встановленні конструктивних відносин з референтними особистостями і групами тощо [1].

Логіка реабілітаційного підходу полягає в тому, щоб спочатку підготувати ветеранів бойових дій, інвалідів до активної психотерапевтичної співпраці шляхом зняття неактуальної напруги, агресії, недовіри, для вивчення їхніх психологічних особливостей, специфіки психологічних проблем; зниження в них почуття ізольованості, розвитку почуття приналежності до певної групи, формування ефективних комунікативних стратегій; навчання прийомам психічної саморегуляції, відновлення почуття особистісної цілісності тощо [4].

Таким чином, вищезгадані заходи сприятимуть розблокуванню системи психологічного захисту військовослужбовців, допоможуть створити емоційно-підтримувальну атмосферу в групі, забезпечать здійснення ефективної індивідуальної та групової психокорекційної роботи [4].

У сучасній психологічній науці наукового обґрунтування набуло положення про те, що ефективним засобом удосконалення фізичного та психічного стану людини є заняття стрільбою з лука. Так, свідчення цього знаходимо переважно в закордонних

дослідженнях. Зокрема, М. Вілер, Н. Купер, Л. Ендрюс, Дж. Хьюз та інші відзначають позитивні результати проведеного пілотного та рандомізованого контрольованого дослідження щодо використання реабілітаційних групових заходів шляхом поєднання різних видів рекреаційної діяльності (риболовля, кінна їзда, стрільба з лука, соколине полювання тощо). Дослідники відмічають, що заняття такими видами діяльності призводить до покращення психологічного благополуччя військових ветеранів з пост-травматичним стресовим розладом [11]. Перебування на природі, на свіжому повітрі, заняття стрільбою з лука мають позитивний вплив і призводять до зменшення стресу і тривоги, покращення когнітивних функцій, уваги та концентрації, нормалізації сну та підвищення якості життя. Отримані емпіричні результати підтвердили гіпотезу про те, що учасники експерименту відчувають зменшення симптомів ПТСР, депресії, тривоги й уявного стресу, а також покращення оцінок загального соціального функціонування та психологічного розвитку [11].

Дані дослідження британських учених підтверджують американські дослідники у своїй праці, присвяченій вивченню особливостей психологічної реабілітації ветеранів шляхом залучення до занять літніми видами спорту (зокрема, стрільбою з лука) [10].

Д. Гаєвський та Р. Гранвіль, досліджуючи військових збройних сил США з ампутованими кінцівками в рамках програми догляду, вказують, що таким пацієнтам надається можливість брати участь у різноманітних видах спорту, в тому числі й у стрільбі з лука. Діяльність із реінтеграції спрямовується на те, щоб дозволити ампутантам повернутися до військових і цивільних громад і навіть до бойових дій [9].

У процесі одного тренування лучник здійснює понад сотню пострілів, а сумарна сила натягу тятиви може становити до двох тон, це домірно вазі, яку найсильніший штангіст піднімає за заняття [8]. Разом із тим під час стрільби з лука працюють м'язи всього тіла, зокрема, грудні, рук, живота, стегон, сідниць, литкові та інші, що зміцнює їхню силу та силову витривалість загалом; також поліпшується постава людини.

Стрільба з лука – складно-координаційний вид рухової діяльності, що поліпшує рухливість та врівноваженість нервових процесів,

латентний період простих та складних сенсорних реакцій, увагу, пам'ять. Також доведено, що заняття стрільбою з лука суттєво впливають на емоційний та психологічний стан людей, зокрема, покращується впевненість у собі, зменшується стрес, тривога, депресія, зростає самосвідомість, спокій і самопочуття [8].

Аналіз результатів дослідження. Застосування тренувальних (відновлювальних) занять стрільбою з лука для військовослужбовців, які повернулися з фронту (неважливо на який термін – повністю чи на певний проміжок), має велике соціально-психологічне значення. Крім вищезазначених позитивних впливів на фізичний та психічний стан людини, заняття стрільбою з лука допомагає екскомбатантам полегшити переживання травматичного минулого досвіду і деструктивної моделі поведінки. Під час практичної стрільби з лука їхні почуття реалізуються через діяльність, що є певною розрядкою емоційно-психологічної напруги. Виконання стійки, утримання лука, контролю над багатьма групами м'язів, ретельне прицілювання в мішень вимагає зосередженості й повільного врегульованого дихання, що допомагає воїнам блокувати відволікаючі думки та хворобливі емоції. Успішні спроби стрільби зазвичай викликають бажання до наступного тренування (сесії). При цьому підвищується настрій, а групові заняття згуртовують людей, створюють відчуття «плеча товариша» [3].

У сучасній психологічній літературі є дані американських дослідників про терапевтичний вплив навіть однієї успішної сесії (тренування) стрільби з лука на людей, незалежно від того, чи є вони професійними спортсменами-лучниками, чи ні [7].

Психологічна реабілітація екскомбатантів проводилась на базі реабілітаційного центру Волинського обласного госпіталю ветеранів війни, Комунального підприємства «Медичний центр реабілітації учасників бойових дій Луцької міської територіальної громади» та реабілітаційного відділення Волинської обласної клінічної лікарні. До реабілітаційної програми були залучені бійці 2022-го та 2023-го років, які отримали фізичні та психологічні травми і перебували на стаціонарному лікуванні й реабілітації.

Паралельно з медикаментозним лікуванням екскомбатанти були задіяні в програмі

психологічної реабілітації з метою стабілізації та відновлення ментального здоров'я. Дана програма, разом із психодіагностичним та психоконсультаційним компонентами, передбачала низку конкретних психотерапевтичних заходів, спрямованих на покращення фізичного та психологічного стану. Одним із таких напрямів психотерапевтичного впливу були запропоновані реабілітаційні заходи зі стрільби з лука на базі Волинського національного університету імені Лесі Українки, де під керівництвом кваліфікованих тренерів Федерації стрільби з лука Волинської області військовослужбовці проходили курс занять з оволодіння практичних навичок стрільби.

Предметом нашого дослідження були емоційні відчуття учасників конкретно від занять стрільбою з лука. Нами було розроблено напівструктуроване клінічне інтерв'ю та письмову анкету, які передбачали виявлення основних психологічних особливостей (емоційних та когнітивних проявів) кожного з учасників. Усього в дослідженні взяли участь 85 екскомбатантів чоловічої статі, віком 30–45 років ($X=37,5 \pm 4,9$). Більшість із респондентів (92%) до початку дослідження не стріляли з лука, але всі (100%) здійснювали спробу або мріяли про це в дитинстві. На першому підготовчому етапі, під час відбору учасників, спостерігався неабиякий інтерес до занять та велика кількість бажаючих. Фахівці-реабілітологи здійснювали попередній відбір учасників, ураховуючи протипоказання до такого виду занять.

На першому етапі учасників знайомили з теоретичними положеннями стрільби з лука. Екскомбатантам була запропонована міні-лекція, яка включала відомості щодо історії походження лука як мисливського інструменту полювання, виду зброї, географічних та етнічних ознак його еволюції, геральдичним зображенням лука на гербах різних міст і поселень рідного краю. Лекція супроводжувалась презентаційним матеріалом, візуалізацією фото та відео видів стрільби з лука, його впливу на розвиток людства, спортивних змагань, дотримання безпеки під час виконання пострілів, прикладів тренувань і змагань людей з особливими потребами тощо. Це дало можливість створити мотиваційний фон для наступних практичних занять.

На другому етапі передбачалось вивчення деталей та складових частин лука, стріл,

аксесуарів тощо, і кожен учасник міг тактично ознайомитись із цими інструментами.

Третій етап передбачав безпосередню підготовку учасників до стрільби з лука: під керівництвом тренера потрібно було виконати всі методичні рекомендації щодо тримання лука, одночасного контролю за положенням тіла (поставою, положенням хребта, ліктів, кистей та пальців рук, ніг тощо) та виконання пострілів.

Заключним етапом, який включав суто психологічну складову частину, було формування позитивного емоційного фону за результатами попадання стріл у мішень, незалежно вдалими вони були в даному пострілі чи не зовсім.

Під час усного опитування, ще до безпосередньої стрільби з лука, в учасників спостерігалися різні емоції. Найчастішими варіантами були відповіді: «Буде цікаво», «Інтригуючі відчуття», «Думаю, що не справлюсь», «Без проблем!» тощо. У певній кількості бійців спостерігалася обережність у висловлюваннях, відмічалася певна міра скептицизму щодо складності виконання пострілу (більшість передбачали, що постріл не потребує особливих зусиль, здійснити його буде просто). Більшість учасників були захоплені можливістю участі в заняттях, їхній настрій був піднесений.

Після першого пострілу найчастіше відмічалися такі висловлювання: «Позитивні емоції» – у 21,7% осіб, «Відчуття новизни, незвичності» – 48,4% осіб, «Азарт, приплив адреналіну» – 12,6% осіб тощо. Разом із тим 38,2% опитаних відчули труднощі в концентрації та розподілі уваги, одночасно на кінестетичному положенні тіла, аудіальних рекомендаціях і зауваженнях тренера та візуальній концентрації на мішені.

Більшість респондентів (82,6%) відмітили позитивні емоційні відчуття, що проявлялись у формі таких відповідей: «Щось неймовірне, надзвичайне», «Усередині щось прокинулось, активувалось», «Задоволення від влучання в ціль» та інших. Разом із тим 19% продовжили відчувати напруженість, замкнутість, дехто під час заняття відволікався від стрільби, постріли виконував механічно, формально. На запитання «Чи позбулися Ви внутрішньої психологічної напруги після пострілу?» такі учасники відповіли, що даний вид діяльності не приносить їм емоційного задоволення. Цікавим виявився той

факт, що більшість із даної категорії учасників не відмовились прийти на наступне заняття, хоча вели себе на ньому пасивно.

З числа екскомбатантів, що вказали про позитивні відчуття від першого пострілу, 56,4% респондентів відмітили, що позбулися психологічної напруги, 8,4% – негативних емоцій, у 12% думки стали «чистими». Практично всі досліджувані підтвердили, що мають бажання повторити тренування (варіанти відповідей: «Усе сподобалось, супер, хочу ще», «Маю бажання придбати професійний лук і продовжити тренуватись» тощо).

Важливу роль у реабілітації відіграють позитивні емоції, що супроводжують учасників під час пострілів: посмішки на обличчі, здивування, вигуки (як позитивні, так і негативні), комунікація між учасниками, зацікавленість тощо. Це дозволяє забути негативні спогади, отримати нові враження, переключитися на позитивні відчуття. Постріл із лука і попадання в десятку супроводжується викидом адреналіну, що є подібним до того стану, який був під час виконання воїнами своїх бойових завдань. Відсутність небезпеки змінює вплив адреналіну на організм, і замість напруження виникає задоволення. Відчуття викиду внутрішнього негативу відбувається в момент пострілу і вильоту стріли з-під пальців лучника. Йде візуалізація польоту стріли та її влучання в мішень. Цей процес сприяє отриманню відчуття задоволення та досягнення мети – попадання

в ціль, що задовольняє не отриману раніше потребу перемоги.

Окрім того, під час проведення тренувань багато екскомбатантів зауважили, що вже після другого-третього заняття у них покращується координація, зникає тремтіння, відновлюється контроль м'язів тіла, стабілізується стійка тощо. Особливо це було характерним для бійців з екобаротравмами.

Висновки. Наші дослідження підтверджують позитивний терапевтичний ефект стрільби з лука для відновлення (психологічної реабілітації) екскомбатантів. Доведено, що навіть після першого успішного тренування (сесії) спостерігаються емоційні та психологічні зміни: посилення концентрації; покращення когнітивних здібностей; зменшення стресу і тривоги, депресивних проявів; підвищення впевненості самосвідомості та заземлення. Стрільба з лука, поєднавши фізичну активність з її метафоричним впливом, звертається до конкретних емоційних потреб і настроїв військовослужбовців, пов'язаних із моделями, які вони створили через участь у бойових діях. Вона дозволяє екскомбатантам залишатися «тут і тепер» та заохочує до послідовності, формування позитивного майбутнього, що має вирішальне значення для відновлення. Стрільба з лука також має значні фізичні переваги, включаючи зміцнення та контроль багатьох груп м'язів, зменшення тремтіння, зняття м'язових блоків, покращення рівноваги та координації тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алещенко В. Теоретичні та практичні аспекти психологічної реабілітації військовослужбовців в умовах бойової обстановки та після бою. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2017. Випуск 2(37). С. 6–12.
2. Бриндіков Ю. Психотерапевтичні методи як засоби психологічної реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. Херсонський державний університет. Херсон, 2017. Вип. LXXVI (76). Том 3. С. 102–107.
3. Відновлення та реабілітація – Стрільба з лука в Україні. URL: <https://www.archery.org.ua/uk/node/34>
4. Вступ до реабілітації. URL: <https://naurok.com.ua/prezentaciya-medichna-reabilitaciya-lekci-23910.html>
5. Декомпресія або мистецтво перемикається з війни на мир. URL: <https://suspilne.media/361398-pobratimi-zminuutsa-na-ocah-ak-vijskovomu-vporatisa-zi-stresom-na-peredovij>
6. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні» від 06.10.2005. № 2961-IV. URL: www.expertsoa.com.ua
7. Програма лікування стрільбою з лука. URL: <https://www.recoveryranch.com/addiction-treatment-center-programs-nashville-tn/addiction-therapy-programs/archery-therapy-program/>
8. Що дає заняття. URL: <https://runoarchery.com/shho-daye-zanyattya/>
9. Gajewski Donald MD, Granville Robert. The United States Armed Forces Amputee Patient Care Program. *Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*. 2006. 14(10). S. 183–187.

10. The National Veterans Summer Sports Clinic: Change and duration of psychological outcomes. *Psychology of Sport and Exercise*. Walter K. et al. 2021. Volume 55. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029221000571?via%3Dihub>

11. Outdoor recreational activity experiences improve psychological wellbeing of military veterans with post-traumatic stress disorder: Positive findings from a pilot study and a randomised controlled trial. Wheeler M et al. *PLoS One*. 2020. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7688151/>

REFERENCES:

1. Aleshchenko, V. (2017). Teoretychni ta praktychni aspekty psikhologichnoi reabilitatsii viiskovosluzhbovtziv v umovakh boiovoi obstanovky ta pislia boiu [Theoretical and practical aspects of psychological rehabilitation of servicemen in combat conditions and after combat]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka*, 2(37). 2017. P. 6–12. [in Ukrainian]

2. Bryndikov, Yu. (2017). Psykhoterapevtychni metody yak zasoby psikhologichnoi reabilitatsii viiskovosluzhbovtziv – uchasnykiv boiovykh dii [Psychotherapeutic methods as a means of psychological rehabilitation of military personnel participating in hostilities]. *Pedahohichni nauky : zb. nauk. prats. Khersonskiy derzhavnyi universytet*. Kherson, issue LXXVI (76). Vol. 3. S. 102–107. [in Ukrainian]

3. Vidnovlennia ta reabilitatsiia – Strilba z luka v Ukraini [Restoration and rehabilitation – Archery in Ukraine]. Retrieved from: <https://www.archery.org.ua/uk/node/34> [in Ukrainian]

4. Vstup do reabilitatsii [Introduction to rehabilitation]. Retrieved from: <https://naurok.com.ua/prezentaciya-medichna-reabilitaciya-lekci-23910.html> [in Ukrainian]

5. Dekompresiiia abo mystetstvo peremykatysia z viiny na myr [Decompression or the art of switching from war to peace]. Retrieved from: <https://suspilne.media/361398-pobratimi-zminuutsa-na-ocah-ak-vijskovomu-vporatisa-zi-stresom-na-peredovij> [in Ukrainian]

6. Zakon Ukrainy «Pro reabilitatsiiu invalidiv v Ukraini» vid 06.10.2005. № 2961-IV [The Law of Ukraine "On the Rehabilitation of the Disabled in Ukraine" dated October 6, 2005. No. 2961-IV]. Retrieved from: www.expertsoa.com.ua [in Ukrainian]

7. Prohrama likuvannia strilboiu z luka [Archery treatment program]. Retrieved from : <https://www.recoveryranch.com/addiction-treatment-center-programs-nashville-tn/addiction-therapy-programs/archery-therapy-program/> [in Ukrainian]

8. Shcho daie zaniattia [What the class gives]. Retrieved from: <https://runoarchery.com/shho-daye-zanyattya/> [in Ukrainian]

9. Gajewski Donald MD, Granville Robert. The United States Armed Forces Amputee Patient Care Program. *Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*. 14(10). October 2006. S. 183–187.

10. Walter, K., Otis, N., Del-Re, A., Kohen, C., Glassman, L. et al (2021). The National Veterans Summer Sports Clinic: Change and duration of psychological outcomes. *Psychology of Sport and Exercise*. Volume 55, July 2021. Retrieved from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029221000571?via%3Dihub>

11. Wheeler, M, Cooper, NR, Andrews, L, Hacker Hughes, J, Juanchich ,M, Rakow, T, & Orbell, S. (2020). Outdoor recreational activity experiences improve psychological wellbeing of military veterans with post-traumatic stress disorder: Positive findings from a pilot study and a randomised controlled trial. *PLoS One*. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7688151/>

УДК 159.946. 3-053.4

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.6>

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Каряка Інна Вікторівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології і туризму
Київського національного лінгвістичного університету
<https://orcid.org/0000-0002-9570-7660>

Статтю присвячено дослідженню процесу розвитку комунікативної компетентності у студентів-психологів. Розглядаючи цей процес із трьох ключових компонентів – мотиваційного, когнітивного та діяльнісного, автор статті вказує на значущість кожного з них у формуванні ефективних комунікативних навичок у майбутніх психологів.

Важливим аспектом вивчення є розуміння та аналіз основних підходів до комунікативної компетентності студентів-психологів. Зокрема, в статті детально розглядаються інформаційний, лінгвістичний та діяльнісний аспекти цієї компетентності, де інформаційний аспект вивчає психологічні особливості прийому та передачі інформації, характеристики співрозмовників та засоби спілкування; лінгвістичний – базується на розумінні мовного акту як процесу комунікації; діяльнісний – включає розуміння комунікації як виду діяльності.

Окрім цього, в даній публікації ретельно розглядаються фактори, які впливають на розвиток комунікативної компетентності студентів-психологів, зокрема: чутливість до вікового періоду, вплив неформального спілкування з однолітками, участь у семінарах, майстер-класах, дискусіях, публічних виступах, консультаціях та психотерапевтичній практиці.

Ключові слова: детермінанти комунікативної компетентності, компоненти комунікативної компетентності, когнітивний компонент, мотиваційний компонент, поведінковий компонент.

Kariaka Inna. Features of the development of communicative competence in psychology students

This article is devoted to the study of the process of development of communicative competence in psychology students. Considering this process from three key components – motivational, cognitive and activity, the author of the article points out the importance of each of them in the formation of effective communication skills in future psychologists. An important aspect of the study is the understanding and analysis of the main approaches to the communicative competence of psychology students. In particular, the article examines in detail the informational, linguistic, and activity aspects of this competence, where the informational aspect studies the psychological features of receiving and transmitting information, characteristics of interlocutors, and means of communication; linguistic – based on the understanding of the speech act as a process of communication; activity – includes the understanding of communication as a type of activity. In addition, this publication carefully examines the factors that influence the development of communicative competence of psychology students, in particular, sensitivity to the age period, the influence of informal communication with peers, participation in seminars, master classes, discussions, public speeches, consultations and psychotherapy practice.

Key words: determinants of communicative competence, components of communicative competence, cognitive component, motivational component, behavioral component.

Постановка проблеми. Динамічні зміни суспільства, стрімкий розвиток життя сучасної людини та нестандартні умови формування особистості ставлять перед нею все нові й нові завдання, вирішення яких потребує застосування ефективних технік взаємодії у всіх сферах її життєдіяльності. Особливо це стосується майбутніх фахівців-психоло-

гів, основним інструментом діяльності яких є спілкування, що має відповідати низці основних вимог, зокрема, має бути результативним, дієвим та компетентним. Саме тому проблема вивчення розвитку комунікативної компетентності у студентів-психологів постає нагальною проблемою психології сьогодення.

Вивчення означеної проблематики здійснюється тривалий період у багатьох сферах наукових знань: у соціології, лінгвістиці, антропології, а також психології. Так, у межах соціологічного напрямку компетентність у спілкуванні розглядається як похідна від характеристик співрозмовників та засобів спілкування, в основі якої лежать особливості прийому інформації (Р.О. Якобсон). У галузі антропології ефективність у спілкуванні тлумачиться з точки зору особливостей певного соціального середовища, основний напрям досліджень, відповідно до даного підходу, базується на вивченні міжкультурного складу комунікації (Е. Холл). Що стосується лінгвістичного підходу, то комунікативна компетентність розглядається з точки зору мовного акту як процесу комунікації (Г.Г. Почепцов). Найглибніше та найрізноманітніше вивчення проблеми комунікативної компетентності відбувається в психології, зокрема такими її галузями, як: загальна психологія, соціальна психологія, психологія спілкування, психологія міжкультурних комунікацій, психологія конфлікту.

У загальній психології феномен спілкування досліджується з точки зору його поняття, функцій, форм, а також основних механізмів, у соціальній – здійснюється вивчення структури комунікативної компетентності, її складників, а також ефективності спілкування; психологія спілкування розглядає компетентність у комунікації з точки зору комунікативної культури, а також різноманітних механізмів, що впливають на ефективність спілкування. Психологія міжкультурних комунікацій розглядає дані феномени у відношенні до взаємодії з іншими націями, психологія конфлікту досліджує зв'язок компетентності в спілкуванні й вдалого подолання конфліктних ситуацій.

Натепер існують численні погляди на поняття комунікативної компетентності у представників психологічної науки, де означений феномен людської діяльності розглядається як: сукупність якостей, що необхідні для ефективного спілкування (Дж. Морено, Е. Берн, К. Роджерс); здатність встановлювати та підтримувати ефективні контакти зі співрозмовниками (О.О. Бодальов); сукупність комунікативних здібностей, знань, вмінь та навичок (Е.В. Сидоренко; І.В. Макаровська); характеристика

особистості, що проявляється в її поведінці та діяльності (В.І. Тесленко, С.В. Латинцев); гнучкість особистості, що визначається наявністю комунікативних стратегій та установок (О.І. Муравйова); система внутрішніх ресурсів особистості (Е.В. Руденський; О. Боровець). У свою чергу професійна комунікативна компетентність майбутніх психологів розглядається в працях Н.А. Іполітової та З.С. Смелкової і визначається як: уміння спілкуватися в колективі; наявність навичок створення та інтерпретації професійно важливих речень; наявність знань щодо специфіки спілкування в певній сфері, зокрема психології, а також дотримання відповідних норм поведінки.

Аналіз літератури щодо вивчення комунікативної компетентності дає можливість сказати, що дане явище виступає одним зі складників успішного розвитку особистості, а також основним елементом професійного становлення фахівців соціальних професій, зокрема психологів.

Метою роботи є дослідження особливостей розвитку комунікативної компетентності у студентів-психологів.

Результати дослідження. Поняття комунікативної компетентності є складним та багатограним феноменом, що має особливу структуру і складається з певних компонентів. До системи розвинутої компетентності в спілкуванні дослідники відносять ряд якостей: розвинутий рівень комунікативної культури (знання норм та правил спілкування); невербальні засоби (розуміння жестів та міміки); вміння спілкуватися з людьми, що належать до різних груп за віковою, статевою, соціальною приналежністю; розвиток мовленнєвих навичок, що сприяє якості сприймання та передачі інформації; вміння будувати свою поведінку відповідно до певної ситуації; вміння правильно оцінювати партнера по спілкуванню; здатність правильно вибрати власну стратегію спілкування відповідно до ситуації; наявність навичок впливу і здатність справити позитивне враження на співрозмовника.

Відповідно до описаних вище якостей дослідниками було визначено структурні елементи даного явища: когнітивний, емоційний та поведінковий, де перший визначає розвиток психічних процесів, що пов'язаний з пізнанням себе та інших людей; другий – здатність регулювати власні емоції, вира-

жати емоційну чутливість та емпатію; третій – способи та стилі ведення комунікативного процесу, що дозволяють ефективно встановлювати контакти зі співрозмовниками.

На думку С.Д. Максименка [4], до структури комунікативної компетентності належать такі компоненти: гностичний (наявність знань щодо особливостей спілкування та творчого мислення); конативний (загальні та специфічні комунікативні навички, особливості перцепції тощо); емоційний (інтерес до внутрішнього світу, адекватні психоемоційні стани під час комунікації).

Є.В. Сидоренко [3] говорить про те, що складниками комунікативної компетентності є: комунікативні здібності, комунікативні навички, комунікативні знання, що є відповідними до комунікативних задач і є достатніми для їх вирішення.

Дослідник Г.С. Васильєв [1] виокремлює в структурі комунікативної компетентності такі компоненти, як гностичний (здатність розуміти інших людей), експресивний (наявність навичок самовираження) та інтеракційний (здатність впливати на співрозмовника).

Г.І. Захарова [5] вважає, що до структури комунікативної компетентності відносяться низка вмій, які є необхідними для здійснення вдалої комунікації: мовленнєві вміння, соціально-психологічні вміння, психологічні вміння, вміння застосовувати норми спілкування відповідно до ситуації, вміння застосовувати різноманітні засоби спілкування, вміння спілкуватись у різноманітних ділових формах спілкування, вміння впливати на співрозмовника.

На наш погляд, найбільш широко визначає структуру компетентності І.О. Зимня [2]: мотиваційний компонент, що виявляється в готовності вступати в процес діяльності, в якій проявляється певна компетентність; когнітивний компонент полягає у володінні знаннями щодо компетентності; поведінковий компонент тлумачиться як досвід прояву компетентності в різноманітних ситуаціях; ціннісно-смысловий – виявляється у ставленні до змісту компетентності та діяльності, в якій вона проявляється; емоційно-вольовий, що полягає у здатності регулювати процес та результат прояву компетентності.

Розглядаючи особливості розвитку комунікативної компетентності в рамках професійної підготовки майбутніх психологів, слід зазначити, що сам навчальний процес

передбачає певний цілеспрямований специфічний вплив щодо формування та розвитку даного явища як професійної якості майбутнього психолога. На нашу думку, розвиток комунікативної компетентності студентів-психологів у процесі навчальної діяльності детермінується мотиваційним, когнітивним та поведінковим компонентами. Зокрема, мотиваційний компонент полягає в готовності здобувача до спілкування й усвідомленні необхідності отримання певної інформації або її передачі з метою бути зрозумілим. Він виступає головним у структурі комунікативної компетентності, адже від його розвитку залежить процес формування всіх інших компонентів. Мотивація, одним із компонентів якої є потреба, виступає рушійною силою навчальної діяльності студента. Потреба в нових знаннях детермінує як і сам акт комунікації, так і необхідність формування у студентів знань, умінь, навичок та відповідної поведінки, що необхідні для її ефективної реалізації. Похідним мотиваційного є когнітивний компонент, що визначається наявністю у здобувача відповідних знань, умінь та навичок шляхом засвоєння відповідних зразків поведінки, які підвищують ефективність його комунікативної діяльності. Поведінковий компонент характеризується спроможністю застосовувати навички правильної поведінки під час ведення комунікації відповідно до певної ситуації, особливо конфліктної, засвоєнням нових соціальних ролей. На відміну від когнітивного компоненту він визначає не лише наявність у студента інформації щодо особливостей комунікативного процесу, а і здатність застосовувати наявні знання, вміння та навички на практиці. Даний компонент у структурі комунікативної компетентності відіграє роль регулятора комунікативної поведінки.

Відповідно до вищезазначених компонентів стає зрозумілим, що всі вони мають велике значення для розвитку комунікативної компетентності майбутніх психологів, проте первинним виступає мотиваційний, що спонукає студента до розвитку когнітивного компоненту, який у свою чергу виступає основою для поведінкового, завдяки якому реалізуються наявні знання, вміння та навички шляхом застосування їх на практиці. Графічно ієрархічна структура компонентів комунікативної компетентності студентів психологів представлена на рисунку 1.



Рисунок 1. Ієрархічна структура основних компонентів комунікативної компетентності студентів-психологів

З огляду на вищесказане можна відзначити, що розвиток комунікативної компетентності у студентів-психологів залежить від рівня та послідовності розвитку основних компонентів компетентності у спілкуванні. Це говорить про те, що розвиток комунікативної компетентності у студентів-психологів носить поступальний, системний та цілеспрямований характер і розвивається в процесі навчання за даним фахом.

З метою виявлення особливостей розвитку комунікативної компетентності у студентів-психологів та пошуку шляхів її вдосконалення нами було проведено експериментальне дослідження, учасниками якого стали здобувачі вищої освіти спеціальності 053 «Психологія» Державного університету інфраструктури та технологій. Вибірка становила 47 осіб. Діагностика виокремлених нами компонентів здійснювалась за допомогою ряду методик. Так, для визначення рівня сформованості мотиваційного компоненту комунікативної компетентності студентів-психологів було застосовано опитувальник Ю. Орлова «Потреба в спілкуванні»; когнітивного – за допомогою опитувальника комунікативних умінь Л. Міхельсона (в адаптації Ю.З. Гільбуха); поведінкового – методики «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» К. Томаса (в адаптації Н.В. Гришиної).

Аналіз отриманих результатів констатувального етапу дослідження засвідчує той факт, що розвиток мотиваційного компоненту перебуває на прийнятному рівні й характеризується переважно середніми показниками. Когнітивний компонент комунікативної компетентності здобувачів знаходиться на задовільному рівні розвитку, що виражається у високому, вище середнього

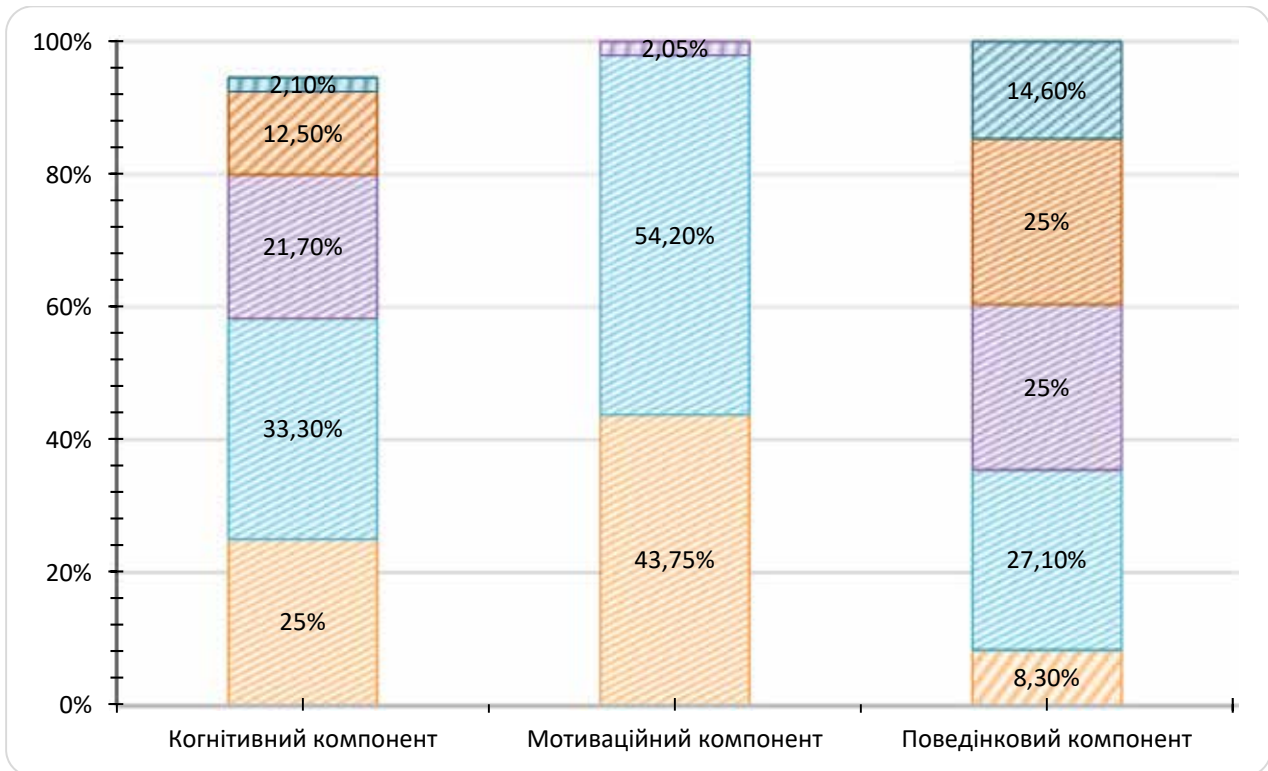
та середньому рівнях прояву. Під час дослідження поведінкового критерію комунікативної компетентності було виявлено майже однакове співвідношення між показниками в конструктивних та неконструктивних типах поведінки. Графічно узагальнені отримані результати представлені на рисунку 2.

На основі проведеного кореляційного аналізу за критерієм Пірсона було з'ясовано, що компоненти комунікативної компетентності пов'язані один з одним (графічне зображення взаємозв'язку подано на рисунку 3):

1) мотиваційний компонент компетентності у спілкуванні корелює з когнітивним на рівні $r = 0,381$ при $p \leq 0,01$, тобто від рівня його прояву залежить наявність комунікативних знань умінь та навичок;

2) когнітивний компонент комунікативної компетентності пов'язаний з наявністю комунікативних умінь таким чином: умінням приймати знаки уваги ($r = 0,804$ при $p \leq 0,01$); умінням реагувати на справедливую критику ($r = 0,513$ при $p \leq 0,01$); умінням реагувати на несправедливую критику ($r = 0,521$ при $p \leq 0,01$); умінням реагувати на те, що зачіпає чи провокує поведінку співрозмовника ($r = 0,806$ при $p \leq 0,01$); умінням звернутись із проханням ($r = 0,529$ при $p \leq 0,01$); умінням відповісти відмовою на чуже прохання ($r = 0,631$ при $p \leq 0,01$); умінням виявити співчуття, підтримку ($r = 0,524$ при $p \leq 0,01$); умінням прийняти співчуття і підтримку ($r = 0,553$ при $p \leq 0,01$); умінням установити контакт ($r = 0,576$ при $p \leq 0,01$); умінням реагувати на спробу вступити в контакт ($r = 0,682$ при $p \leq 0,01$).

3) когнітивний компонент незначною мірою пов'язаний з формуванням поведінкового, а саме було отримано такі показ-



Рисунк 2. Розподіл узагальнених показників компонентів комунікативної компетентності

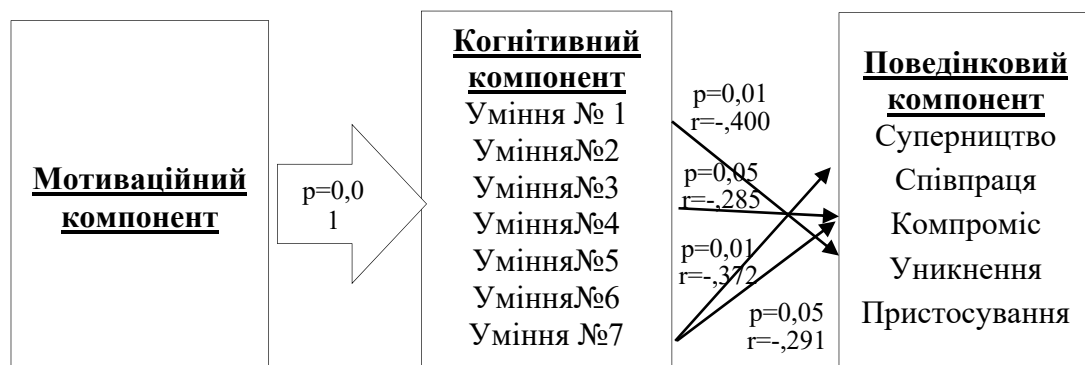


Рис. 3. Розподіл кореляції між компонентами комунікативної компетентності

ники кореляційних зв'язків: тип поведінки «Суперництво» пов'язаний з умінням реагувати на спробу вступити в контакт ($r = -0,372$ при $p \leq 0,01$), тобто чим нижчий рівень суперництва, тим більша спроба вступити в контакт; тип поведінки «Компроміс» корелює з умінням звернутись із проханням ($r = -0,285$ при $p \leq 0,01$), що означає те, що чим нижчий рівень прояву компромісної поведінки, тим важче звернутись із проханням; також «Компроміс» корелює з умінням реагувати на спробу вступити в контакт ($r = 0,291$ при $p \leq 0,05$); тип поведінки

«Уникнення» пов'язаний з умінням реагувати на справедливую критику ($r = -0,400$ при $p \leq 0,01$), що означає той факт, що чим вищий прояв типу поведінки «Уникнення», тим гірше респонденти реагують на справедливую критику.

Показники, що були отримані після кореляційного аналізу, свідчать про наявність впливу мотиваційного компоненту на когнітивний, що є підтвердженням факту первинності мотиваційного компоненту та його впливу на здобуття необхідних знань умінь та навичок, що необхідні для

розвитку когнітивного аспекту. Проте вплив когнітивного компонента на поведінковий виявився незначним, що може бути наслідком недостатнього рівня розвитку останнього у досліджених.

Висновки. У результаті проведеного нами емпіричного дослідження було встановлено зв'язок оцінки значущості мотиваційного з когнітивним та поведінкового критерію комунікативної компетентності студентів-психологів. Так, респонденти з високим рівнем сформованості мотиваційного і когнітивного критеріїв виявляли високі показники розвитку поведінкового критерію. І, навпаки, низькі показники прояву перших двох продукували слабку сформованість останнього. Серед-

ній рівень прояву мотиваційного і когнітивного критеріїв виявляли середній або низький рівень розвитку поведінкового. Адекватний розвиток співвідношень має зв'язок з високими проявами студентів ($p \leq 0.05$), а виявлення їх з тенденцією до зниження має зв'язок ($p \leq 0.01$). Усе це зумовлює необхідність розроблення психокорекційної програми з метою активізації всіх основних структурних компонентів розвитку комунікативної компетентності майбутніх психологів.

Результати експерименту зумовлюють необхідність створення й забезпечення оптимальних умов розвитку та шляхів удосконалення комунікативної компетентності студентів-психологів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Корніяка О. М. Сучасні підходи до вивчення комунікативної компетентності особистості. *Проблеми сучасної психології* : зб.наук.праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка АПНУУкраїни / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксиома, 2009. Вип. 3. С. 294–316.
2. Костюк А. В. Емоційний інтелект та шляхи його розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія психологічні науки*. Херсон, 2014. Випуск 2. Том 1. С. 85–89.
3. Низовець О. А. Комунікативна компетентність студентів-психологів як умова успішності професійної діяльності. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12: Психологічні науки* : зб. наук. праць. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. № 30(54). С. 129–134.
4. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. 540 с.
5. Черезова І. О. Комунікативна компетентність як інтегральна якість особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Херсон, 2014. Вип. 1. Том 1. С. 103–107.

REFERENCES:

1. Korniiaka, O. M. (2009) Suchasni pidkhody do vyvchennia komunikativnoi kompetentnosti osobystosti [Modern approaches to the study of the communicative competence of an individual]. *Problemy suchasnoi psykholohii: zb.nauk.prats Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka, Instytutu psykholohiii imeni H.S.Kostiuka APNUkrainy*. (Maksymenko, S. D., L. A. Onufrieva, L. A, Eds). . Kamianets-Podilskiy: Aksioma, Vyp. 3. S. 294–316. [in Ukrainian].
2. Kostiuk, A. V. (2014) Emotsiinyi intelekt ta shliakhy yoho rozvytku [Emotional intelligence and ways of its development]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia psykholohichni nauky*, 2, Vols. 1. Kherson. S. 85–89. [in Ukrainian].
3. Nyzovets, O. A. (2010) Komunikatyvna kompetentnist studentiv-psykholohiv yak umova uspishnosti profesiinoi diialnosti [Communicative competence of psychology students as a condition for successful professional activity]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriiia № 12 : Psykholohichni nauky* : zb. nauk. Prats, 30 (54). K. : NPU imeni M.P. Drahomanova. S. 129–134. [in Ukrainian].
4. Maksymenko, S. D., Kuzikova, S. B., & Zlyvkov, V. L. (Eds.). (2017). Osobystist yak subiekt podolannia kryzovykh sytuatsii: psykholohichna teoriia i praktyka [Personality as a subject of overcoming crisis situations: psychological theory and practice]. Sumy : Vyd-vo SumDPU imeni A. S. Makarenka. 540 s. [in Ukrainian].
5. Cherezova, I. O., (2014) Komunikatyvna kompetentnist yak intehralna yakist osobystosti. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*. Kherson, 2014. Vyp. 1. Tom 1. S. 103–107. [in Ukrainian].

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.7>

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ ПОЛЯКІВ ТА УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ (ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ)

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 здійснено теоретико-методологічний аналіз проблеми міжетнічного сприйняття. Описано психологічні механізми атрибуції рис особистості як елементу системи етнічних стереотипів, які використовуються під час міжетнічної взаємодії. Висвітлені результати аналітичних досліджень українських та польських науковців із проблем дослідження психологічного образу «поляка» та «українця» в системі світоглядних уявлень представників цих двох етносів. За період 1991–2022 роки відбулися глибокі зрушення психологічних уявлень українців та поляків на проблему власної ідентифікації та етнічної солідарності з іншими етнічно-національними групами. На рівні особистісних рис українці вважають, що поляки мають спільні позитивні риси особистості. У нашому дослідженні брали участь особи, які мали досвід взаємодії з поляками на території Республіки Польща, та ті, хто такого досвіду не мали. Метою дослідження було встановлення, які зміни в системі психосемантики міжособистісного сприйняття відбулися в період повномасштабного вторгнення росії на територію країни. Такі зміни спричинені різким збільшенням кількості людей, які мали індивідуальний досвід міжособистісної взаємодії з поляками, тому вплив сформованих стереотипів образу поляків на стратегію взаємодії з ними був обмежений. У дослідженні ми використовували методіку семантичної диференціації рис особистості та пошук кореляційних зв'язків між рівнем вираження окремих рис особистості в українців та поляків. За результатами дослідження не було встановлено статистичної відмінності між оцінками атрибуції рис особистості в осіб, які мали досвід взаємодії з поляками, та тих, хто такого досвіду не мав (орієнтувався на стереотипи міжетнічного сприйняття). Досліджувані приписують позитивні риси особистості та високо оцінюють їх розвиток як в українців, так і поляків. Негативні особистісні риси приписуються досліджуваними як елемент міжособистісної диференціації. Таким чином, ми можемо дійти висновку, що між українцями й поляками існує позитивна ідентифікація на рівні позитивних рис особистості та диференціація (відмінність) на рівні негативних рис особистості.

Ключові слова: міжетнічне сприйняття, особистісні риси, етнос, нація, стереотипи.

Kyrychenko Viktor. Social-psychological portrait of Poles and Ukrainians in times of war (comparative analysis)

The article provides a theoretical and methodological analysis of the issue of interethnic perception. It describes the psychological mechanisms of attributing personality traits as an element of the system of ethnic stereotypes used during interethnic interactions. The article highlights the results of analytical research conducted by Ukrainian and Polish scholars on the issue of studying the psychological image of «Poles» and «Ukrainians» within the framework of the worldview concepts held by representatives of these two ethnic groups. During the period from 1991 to 2022, significant shifts occurred in the psychological perceptions of Ukrainians and Poles regarding their own identification and ethnic solidarity with other ethnic and national groups. At the individual level, Ukrainians tend to attribute common positive personality traits to Poles. Our study included individuals who had experience interacting with Poles on the territory of the Republic of Poland, as well as those who did not have such experience. The aim of the study was to determine what changes occurred in the system of psychosemantics in interpersonal perception during the period of full-scale Russian invasion into the country. These changes were driven by a sharp increase in the number of individuals who had personal experiences of interpersonal interactions with Poles. As a result, the influence of pre-existing stereotypes of Poles on the strategy of interaction with them became limited. In our research, we used the semantic differentiation methodology for personality traits and searched for correlational connections between the level

of expression of individual personality traits in Ukrainians and Poles. According to the research results, there was no statistically significant difference in the ratings of personality attribute attribution between individuals who had experience interacting with Poles and those who did not (relying on stereotypes of interethnic perception). The participants attributed positive personality traits and rated their development highly, both in Ukrainians and Poles. Negative personality traits were attributed by the participants as elements of interpersonal differentiation. Therefore, we can conclude that there is a positive identification between Ukrainians and Poles at the level of positive personality traits and differentiation at the level of negative personality traits.

Key words: *interethnic perception, personality traits, ethnicity, nation, stereotypes.*

Постановка проблеми. У системі міжгрупових відносин українського суспільства на перше місце виступає соціокультурна орієнтація на європейський цивілізаційний простір та пошук спільної культурної, історичної, соціально-психологічної спорідненості з країнами, які входять до складу Європейського союзу. У системі міжособистісного сприйняття етнонаціональна ідентифікація є первинною по відношенню до ідентифікації індивідуальних рис особистості, це перший рівень аналізу та інтерпретації поведінки іншої людини чи групи осіб в ситуації відсутності досвіду взаємодії з нею. У такий спосіб суб'єкт сприймання намагається зрозуміти вчинки людини з точки зору її національної приналежності, в деякій мірі існуючі атитюди не відображають усієї складності детермінації поведінки людини (і не повинні відображати, адже діють як універсальні концепти пояснення), але, базуючись на узагальненому груповому досвіді взаємодії з індивідом, дають можливість вибудувати певну стратегію поведінки, яка буде коригуватися по мірі накопичення індивідуального досвіду взаємодії. Атитюди міжетнічного сприйняття формувалися у процесі тривалої історії взаємодії особистості з іншими етнонаціональними групами, закріплюються на рівні культури в традиціях, усній народній творчості, літературі, кінематографі тощо. У процесі соціалізації вони закріплюються на рівні картини світу і починають діяти в процесі життєдіяльності в ситуаціях міжетнічної взаємодії. Тривалість та характер попереднього історичного досвіду взаємодії з різними етнонаціональними групами впливають на атрибуцію найбільш яскравих рис та інших характеристик різних етнічних груп, які проживають як на території України, так і поза її межами. Державна політична номенклатура може здійснювати з метою соціального управління

певну корекцію (інколи спотворення) уявлень українців про найбільш прикметні риси інших етнонаціональних груп, але накопичення досвіду індивідуальної взаємодії сприяє виробленню об'єктивного (хоча і спрощеного) уявлення про представників інших національностей. Хорошим прикладом цього є історія українсько-польських стосунків, яка зазнавала неодноразово номенклатурного впливу крізь призму спільної історії, проте, починаючи з часів незалежності України та великого потоку трудових мігрантів на територію Польщі, поступово була унормована до об'єктивного рівня, який базується на тривалому узагальненні сучасного досвіду взаємодії.

Найбільш масштабне психосемантичне дослідження на території України, що включало опис соціально-психологічних рис, які українці приписують полякам, провів, на нашу думку, М.Ф. Братусь (2014), котрий описав ключові соціально-психологічні риси, які притаманні представникам цієї національності. На перше місце виступають такі риси, як заповзятливі, ризиковані, комунікабельні, працьовиті, питливі, хитрі (численні), допідступні, відповідальні, розумні, незалежні, вперті, обережні, корисливі [1]. Під час дослідження всі отримані асоціації можна поділити на три частини: 1) атрибуція предметів культури (міста, релігія, мова, традиції тощо); 2) атрибуція рис особистості; 3) атрибуція зовнішніх характеристик. Таким чином, соціально-психологічна складова частина сприйняття етнічних груп українцями не обмежується виключно атрибуцією рис особистості, але й включає інші додаткові властивості, які доповнюють цілісний атитюд «поляка» в картині світу українців.

У доповіді Joanny Koniecznej-Salamatin з інституту соціології Варшавського університету (2015) було представлено системне аналітичне дослідження образу

поляків очима українців. Починаючи з 1933 року в системі їхніх відносин відбувається поступове зближення на рівні взаємної симпатії. Натепер українці більш прихильно ставляться до поляків, хоча представники цих двох національностей спільно позитивно описують один одного та приписують спільні негативні риси (такі, як наприклад, пияцтво чи лінощі) [6]. Такі результати мінімально відрізняються у відсотковому співвідношенні у тих людей, які перебували на території Республіки Польща, та тих, хто ніколи там не був.

У дослідженні Łukasza Jasiny, Piotra Kościńskiego, Daniela Szeligowskiego Польського інституту міжнародних справ (2017) було встановлено, що з початку незалежності почала змінюватися парадигма висвітлення спільної історії України та Польщі, особливо трагічних сторінок історії, таких як «волинська різня», «війна 1918–1919», «міжвоєнний період (до 1939)». За результатами аналізу медійного дискурсу українського інформаційного простору, підручників з історії України було встановлено, що поляки все частіше зображуються в позитивному контексті як партнери, одностайні. Відповідно, таке спрямування медіаконтенту змінює суспільне ставлення до них на рівні атиюдів міжетнічного сприйняття [8].

У дослідженні Г.В. Пирог та О.Г. Шмиглюк (2019) було виявлено, що росіяни є надміру релігійними, егоїстичними та впертими, також їм притаманні такі риси, як недисциплінованість та зарозумілість. Досліджувані також приписують зовнішні атрибути, які пов'язані з певним негативним сприйняттям зовнішності росіян, що підкріплює загальне негативне сприйняття їх етнонаціонального образу. На думку авторів дослідження, такі результати спричинені військовими подіями на території України, які в однаковій мірі зумовили зміну соціально-психологічних атиюдів міжетнічного сприйняття як українців, які уже стали жертвами російської агресії, та поляків, які скоригували у відповідність з груповими уявленнями українців свої стереотипні судження про росіян [7].

У 2021 році Фондом Фрідріха Еберта в особі Надії Коваль, Лауринаса Вайчунаса, Івони Райхардт було проведено

дослідження «Поляки та українці в щоденних контактах» (2021). Отримані результати серед 4000 респондентів поділили на 15 категорій, серед яких найбільш розповсюдженими є «позитивні риси особистості» (592 асоціації), «сусідство» (456), «трудова міграція» (434). Найменш численними є «історичні асоціації» (89), «родина» (106) та «не такі, як ми» (107), «негативні риси» (130). Польські та українські респонденти переважно сприймають один одного як «сусідів», українці частіше використовували термін «друзі» та «брати» для опису поляків. Поляки концентрують свою увагу на аспектах трудової міграції, особистісних властивостях, які пов'язані з професійними властивостями (поляки позитивно сприймають професійні та особистісні якості українців) [5]. Загалом образ поляка в картині світу українців наділений позитивними соціально-психологічними рисами, які відображають тривалі ділові стосунки між нашими народами. У сприйнятті інших етнонаціональних груп українці й поляки є одностайними щодо атрибуції та ступеня вираженості окремих соціально-психологічних характеристик росіян. Ідентифікація та оцінювання рівня розвитку окремих рис особистості відбувається в процесі постійного внутрішнього позиціонування образу «Я» з «Ми» тієї культури, з якою себе ідентифікує людина. Таким чином, суб'єкт оцінки намагається зрозуміти, наскільки він є «подібним/відмінним» від інших етнонаціональних груп, особливо в ситуації взаємодії з ними (побутової, економічної, ситуативної); також це має на меті прогнозування активності індивіда чи соціальної групи з точки зору їх етнонаціональної приналежності (наприклад, поляки «працьовиті», тому вони досягають результату, або росіяни «кровожерливі» тому вони вбивають інших). У більшості ситуацій атиюди міжетнічного сприйняття полегшують каузальну атрибуцію дій та вчинків, особливо коли мається на увазі групова, а не індивідуальна активність.

Метою роботи є здійснення ревізії стереотипів міжособистісного сприйняття українцями поляків, образ яких суттєво змінився у зв'язку з активною допомогою Республіки Польща в подоланні наслідків військового вторгнення росії та територію

України. Польща стала локомотивом України в Європу, а поляки довели, що вони є дійсно братським народом, який відстоює право українців на незалежність.

Результати дослідження. У дослідженні взяли участь 87 осіб, які проживають на території України. Здійснювалася диференціація осіб на тих, хто перебував раніше на території Республіки Польща, і тих, хто не мав такого досвіду. На першому етапі дослідження було артикульовано основні диспозиційні риси, які є спільними для «поляків» та «українців». З цією метою було сформована фокус-група з 56-ти осіб, які мали визначити найбільш прикметні риси особистості цих двох національностей. У результаті частотного аналізу було визначено такі риси, які є спільними для українців та поляків (в порядку частотного спадання): сильні, незламні, хоробрі, гостинні, щирі, працьовиті, патріотичні, волелюбні, сміливі, скупі, релігійні, цілеспрямовані. Одинадцять рис особистості є позитивними та одна риса є негативною, що свідчить про позитивне сприйняття українцями себе та поляків (порівняння на рівні позитивних рис). На другому етапі досліджувані мали оцінити рівень розвитку кожної з рис особистості за десятибальною шкалою серед «поляків» та «українців». На цьому етапі дослідження було опитано 87 осіб юнаць-

кого та дорослого віку. Вибірка поділена на дві частини: тих, хто перебував на території Республіки Польща та має досвід індивідуальної взаємодії з поляками, та тих, хто такого досвіду немає.

За результатами дослідження було встановлено, що досліджувані, які проживають у північно-західному регіону України (де знаходиться найбільша польська діаспора), позитивно оцінюють себе та поляків, що представлено на рівні оцінки виокремлених на попередньому етапі дослідження особистісних рис (табл. 1).

За результатами кореляційного дослідження було встановлено, що відмінності між сприйняттям рис особистості «українців» та «поляків» немає, а оціночні відмінності мають сильний позитивний кореляційний зв'язок. За результатами роботи ми встановили, що досліджувані однаково позитивно оцінюють риси особистості як власні (як представників українського етносу), так і поляків, та на низькому рівні оцінюють притаманність негативних рис особистості (хоча і констатують їх наявність у представників обох етносів). На рівні особистісних рис, які є властивими суто «полякам» чи «українцям», досліджувані виділяють риси, які в більшості несуть негативне значення (табл. 2).

Аналіз результатів дослідження. Виявлені стереотипи міжетнічного сприй-

Таблиця 1

Таблиця порівняння рівня розвитку рис особистості у поляків та українців

Риси міжособистісного сприйняття	Українці		Поляки	
	1	2	1	2
Сильні	8,75	7,25	6,96	7,6
Скупі	5,08	6,12	5,46	7,3
Релігійні	5,71	4,25	8,46	8,6
Цілеспрямовані	7,58	7,72	7,54	6,32
Незламні	9,08	7,43	6,75	5,32
Хоробрі	8,96	8,27	6,33	5,74
Гостинні	7,88	7,18	7,83	8,23
Щирі	7,08	6,84	6,88	5,12
Працьовиті	8,25	9,23	7,42	6,25
Патріотичні	8,96	7,69	7,92	9,23
Волелюбні	9,38	9,47	7,38	8,11
Сміливі	8,67	7,38	6,71	5,42
p=	0,76		0,53	

Примітки: 1 – досліджувані, які перебували на території Республіки Польща; 2 – досліджувані, які не перебували на території Республіки Польща

**Особистісні риси поляків та українців, які не є спільними
для обох етнонаціональних груп (частотний аналіз)**

	Українці	Поляки
1	Стійкі	Горді
2	Винахідливі	Діловиті
3	Нерозсудливі	Комунікабельні
4	Марнотратні	Інфантильні
5	Імпульсивні	Наполегливі
6	Освідченні	Хитрі

няття пов'язані з досвідом взаємодії українців з поляками, який збільшується по мірі накопичення фактів міжособового спілкування на фоні війни, яка триває в Україні. Вони не різняться в осіб, які не мали досвіду взаємодії з поляками, та тих, хто його мав. У попередніх наших дослідженнях ми виявили, що в плані міжетнічного позиціонування українці найбільше себе ототожнюють з поляками серед усіх етнонаціональних груп [4]. Атрибуція рис відбувається в процесі первинного позиціонування представників інших національностей з диференційною ознакою «свої» та «чужі», далі відбувається нашарування інших стереотипних рис, які слугують для людини системою координат у процесі власного самосприйняття (пошук відповіді на питання: наскільки той чи інший представник схожий на тебе). Наступним є «консолідувальний» атрибут: «європейський – не європейський», відповідно до осіб, які відносяться до групового об'єднання «свої – європейський», застосовується атрибуція просоціальних рис особистості. Цим пояснюється спільне позитивне сприйняття українцями тих

етнонаціональних груп, які входять до етнонаціонального конгломерату «європейський», оскільки вони себе також асоціюють із цією групою більшістю.

Висновки. За результатами дослідження можна зробити висновок, що в системі етнонаціонального сприйняття українці й поляки мають позитивний образ, який на рівні оцінки рис тотожний образу «українця». Під час повномасштабного вторгнення росії та територію України тенденція до ототожнення українців себе з поляками посилюється в напрямі взаємного оціночного ставлення українців до себе й поляків. Такі тенденції в психології міжособистісного сприйняття свідчать про поглиблення соціально-економічної взаємодії між Україною та Республікою Польща. Спільна позитивна атрибуція рис міжособистісного сприйняття дозволяє українцям швидше інтегруватися в польське суспільство, що полегшує адаптацію вимушено переміщених осіб на території Республіки Польща, дозволяє їм швидше асимілюватися, що становить певну демографічну небезпеку для України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Братусь М. Ф. Польща очима українців (стереотипний портрет). *Мова і міжкультурна комунікація* : зб. наук. пр. / відп. ред. проф. Н.М. Бобух. Полтава : ПУЕТ, 2014. Вип. 1. С. 35–45
2. Дяченко Н. М., Вольська І. О. Українці й поляки крізь призму лінгвальних стереотипів. *Мова і культура*. 2017. № 4(189). С. 114–121.
3. Кириченко В. В. Зміни стереотипів міжетнічного сприйняття українців північно-західного регіону в період з 2002 по 2015 рік. *Studia Politologica Ucraino-Polona*. Житомир – Київ – Краків : Вид. О. О. Євинок, 2017. Випуск 6. С. 137–144.
4. Кириченко В. В. Контекстуально-семантична диференціація міжгрупових атрибутів «радянський» та «європейський» у призмі етнонаціонального сприйняття українців. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2023. Випуск 1. С. 85–90.
5. Коваль Н., Вайчунас Л., Райхардт І. Поляки та українці в щоденних контактах. Представництво Фонду ім. Фрідріха Еберта в Україні, 2021. 67 с.

6. Конечна-Саламатін Т. Поляки і українці – взаємне бачення у важкі часи / за ред. Т. Горбовського, П. Косаєвського. Політика безпеки. Польща. Україна. Фундація ім. Стефана Баторія. Варшава, 2015. С. 141–157.

7. Пирог Г. В., Шмиглюк О. Г. Особливості сприймання росіян українцями та поляками. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. № 3. С. 144–151.

8. Jasina Ł., Kościński P., Szeligowski D. *Obraz Polski w polityce historycznej Ukrainy*. Polski Instytut Spraw Międzynarodowych, 2017. 24 s.

REFERENCES:

1. Bratus, M. F. (2014). *Polshcha ochyma ukraintsiv (stereotypnyi portret) [Poland through the eyes of Ukrainians (stereotypical portrait)]*. *Mova i mizhkulturna komunikatsiia : Zbirnyk naukovykh prats*, 1, 35–45. Poltava : PUET. [in Ukrainian]

2. Diachenko, N.M., & Volska, I.O. (2017). *Ukrajntsi y poliaky kriz pryzmu linhvalnykh stereotypiv [Ukrainians and Poles through the lens of linguistic stereotypes]*. *Mova i kultura*, 4(189), 114–121. [in Ukrainian]

3. Kyrychenko, V. V. (2017). *Zminy stereotypiv mizhetnichnoho spryiniattia ukraintsiv pivnichno-zakhidnoho rehionu v period z 2002 po 2015 rik [Changes in the stereotypes of interethnic perception of Ukrainians of the North-Western region in the period from 2002 to 2015]*. *Studia Politologica Ucraino-Polona*, 6, 137–144. Zhytomyr – Kyiv – Krakiv : Vydavnytstvo O. O. Yevynok. [in Ukrainian]

4. Kyrychenko, V. V. (2023). *Kontekstualno-semantychna dyferentsiatsiia mizhhrupovykh atributiv «radianskyi» ta «yevropeyskyi» u pryzmi etnonatsionalnoho spryiniattia ukraintsiv [Contextual-semantic differentiation of intergroup attributes «Soviet» and «European» in the prism of ethno-national perception of Ukrainians]*. *Dniprovskiyi naukovyi chasopys publichnoho upravlinnia, psykholohii, prava*, 1, 85–90. [in Ukrainian]

5. Koval, N., Vaichunas, L., & Raikhardt, I. (2021). *Poliaky ta ukrajntsi v shchodennykh kontaktakh [Poles and Ukrainians in daily contact]*. *Predstavnytstvo Fondu im. Fridrikha Eberta v Ukraini*. [in Ukrainian]

6. Koniechna-Salamatin, T. (2015). *Poliaky i ukrajntsi – vzaiemne bachennia u vazhki chasy [Poles and Ukrainians – a mutual vision in difficult times]*. U T. Horbovskiyi & P. Kosaievskiyi (Red.), *Polityka bezpeky. Polshcha. Ukraina (s. 141–157)*. Fundatsiia im. Stefana Batorii. Varshava. [in Ukrainian]

7. Pyroh, H. V., & Shmyhliuk, O. H. (2019). *Osoblyvosti spryimannia rosiiian ukraintsiamy ta poliakamy [Peculiarities of perception of Russians by Ukrainians and Poles]*. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia «Psykholohichni nauky»*, 3, 144–151. [in Ukrainian]

8. Jasina Ł., Kościński P., Szeligowski D. (2017). *Obraz Polski w polityce historycznej Ukrainy [The image of Poland in the historical policy of Ukraine]*. *Polski Instytut Spraw Międzynarodowych*. 24 s. [in Polish].

УДК 314.113:618.177

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.8>

НЕВИДИМИЙ АСПЕКТ ДЕМОГРАФІЧНОЇ КРИЗИ: ПОРУШЕННЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВ'Я В ЖІНОК

Ковтун Алла Юріївна,

кандидат психологічних наук,

доцентка кафедри загальної та практичної психології

Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя

Здоров'я жінок репродуктивного віку є основою формування здоров'я нових поколінь населення. Зниження запобігання смертності, захворюваності жінок хворобами, що знижують репродуктивний потенціал, а також мотивація їх до ведення здорового способу життя – актуальні завдання у сфері зміцнення демографічного потенціалу країни. Метою даної роботи є аналіз основних показників, що характеризують здоров'я жінок репродуктивного віку в Україні, а також характеристика поведінкових чинників, які впливають на стан здоров'я цієї категорії населення. Нині для здоров'я жінок 15–49 років основну загрозу становлять новоутворення, в тому числі злоякісні пухлини, локалізовані в органах жіночої репродуктивної системи. Актуальною залишається і проблема жіночої безплідності.

Показано, що серед жінок репродуктивного віку також поширені серцево-судинні захворювання, остеохондроз, захворювання нирок, очей, щитовидної залози. Поширеність порушень здоров'я поступово зростає від молодших до старших вікових груп жінок. Серед поведінкових факторів, які негативно впливають на здоров'я жінок, слід відзначити зниження їх фізичної активності з віком та слабку прихильність дотримання режиму харчування у всіх вікових групах. Водночас правильна організація профілактичної роботи з жінками репродуктивного віку в медичних організаціях може сприяти значному покращенню показників їхнього здоров'я, оскільки ця категорія населення демонструє високу медичну активність.

Запропоновано розвивати тематичні програми комплексного обстеження здоров'я різних систем організму для жінок репродуктивного віку. Цю роботу можна проводити з урахуванням центрів здоров'я. Реалізація такого підходу дозволить, з одного боку, підвищити поінформованість людей про своє здоров'я, затребуваність профілактичних медичних заходів, з іншого – збільшити показники раннього виявлення небезпечних захворювань та частково вирішити проблеми демографічної кризи в країні.

Ключові слова: демографічна криза, репродуктивне здоров'я, репродуктивний вік, захворювання, репродуктивна система.

Kovtyn Alla. The invisible aspect of the demographic crisis: impaired reproductive health in women

The health of women of reproductive age is the basis of the formation of the health of new generations of the population. Reducing the prevention of mortality, the incidence of women with diseases that reduce reproductive potential, as well as motivating them to lead a healthy lifestyle are urgent tasks in the field of strengthening the country's demographic potential. The purpose of this work is to analyze the main indicators characterizing the health of women of reproductive age in Ukraine, as well as the characteristics of behavioral factors that affect the health of this population category. that currently the main threat to the health of women aged 15–49 is neoplasms, including malignant tumors localized in the organs of the female reproductive system. The problem of female infertility remains relevant. It is shown that cardiovascular diseases, osteochondrosis, diseases of the kidneys, eyes, and thyroid gland are also common among women of reproductive age.

The prevalence of health disorders gradually increases from younger to older age groups of women. Among the behavioral factors that have a negative impact on women's health, it should be noted a decrease in their physical activity with age and a weak adherence to the diet in all age groups. At the same time, the correct organization of preventive work with women of reproductive age in medical organizations can contribute to a significant improvement in their health indicators, since this category of the population demonstrates high medical activity. It is proposed to develop thematic programs of comprehensive health examination of various body

systems for women of reproductive age. This work can be carried out taking into account health centers.

The implementation of such an approach will allow, on the one hand, to increase people's awareness of their health, the demand for preventive medical measures, and on the other hand, to increase the rates of early detection of dangerous diseases and partially solve the problems of the demographic crisis in the country.

Key words: demographic crisis, reproductive health, reproductive age, disease, reproductive system.

Постановка проблеми. Здоров'я жінок репродуктивного віку розглядається зазвичай у контексті обговорення проблематики відтворення населення, репродуктивної поведінки, народжуваності та здоров'я новонароджених. Окремі показники, що характеризують здоров'я жінок репродуктивного віку, включаються в систему параметрів, що описують репродуктивне здоров'я населення. Широке обговорення отримала тематика взаємозв'язку здоров'я, репродуктивної поведінки, медичної активності жінок, якості медичної допомоги, що надається їм, зі здоров'ям дітей. Стан здоров'я матері прямо корелює з числом успішно завершених вагітностей: за відсутності у жінки хронічних захворювань вище ймовірність нормального перебігу вагітності та пологів, народження здорових дітей.

Соціально-економічні та політичні зміни, що відбувалися в Україні протягом останніх 30-ти років, торкнулися також демографічних процесів та відбилися на репродуктивній, сексуальній, міграційній поведінці людей, на сімейно-шлюбних відносинах. На початку 1990-х років Україна вступила в період тривалої депопуляції, однією з головних причин якої стала наднизька народжуваність. І сьогодні демографічне майбутнє нашої країни значною мірою залежить від рівня народжуваності. Водночас роботи, присвячені аналізу стану здоров'я жінок репродуктивного віку як однієї із соціально-демографічних груп населення, трапляються рідко. Цей аспект і визначив вибір мети цього дослідження.

Метою роботи є аналіз порушення репродуктивного здоров'я у жінок як демографічна криза.

Результати дослідження. У соціально-демографічній ситуації, що склалася, стан репродуктивного здоров'я є одним із найважливіших факторів, що забезпечують зростання населення країни та її демографічну стійкість у довгостроковій перспективі.

До основних демографічних показників належать: народжуваність; смертність; природний рух населення; одруження; статеві-вікова структура. Сучасна демографічна ситуація негативно позначиться на майбутніх поколіннях через падіння добробуту українців, знизиться народжуваність. Соціальні катаклізми в демографічній історії України були настільки «закономірними» та значними, що призвели до значного зменшення чисельності її населення, що негативно вплинуло на природний процес самовідтворення сім'ї та спричинило глибокі наслідки в економіці, інтелектуальному та соціальному розвитку України в цілому [3, с. 17].

Отже, серед причин демографічної кризи важливе місце посідають економічні проблеми, нестабільність, розчарування населення в політиці керівництва країни. А натеper навіть державні виплати молодим батькам не допомагають подолати демографічну кризу. Не можна забувати і про такий фактор, як міграція населення. Велика кількість українців, які працюють за кордоном, не тільки заробляють гроші, а й шукають можливість залишитися там жити назавжди. Якщо взяти до уваги всі чинники, які впливають на можливість стабільного демографічного зростання, можна сказати, що його досягнення є складним завданням.

На момент здобуття Україною незалежності в 1991 році чисельність населення становила 51,9 млн. осіб, і за цим показником вона входила в шістку найбільших країн Європи [2]. Однак за 30 років незалежності населення країни скоротилося на 10 млн осіб, а коефіцієнт народжуваності на одну жінку у 2020 році становив 1,22 [6]. Це один із найнижчих показників у світі. Нині Україна належить до демографічно проблемних країн світу. За даними Держстату станом на 1 грудня 2021 року чисельність населення України оцінювалася у 41,2 млн. осіб (без урахування тим-

часово окупованої території Автономної Республіки Крим і м. Севастополя) [6].

Сьогодні до вищенаведених причин зниження темпів демографічного відтворення населення додалися пандемія Covid-19 та війна в Україні.

При цьому слід зазначити, що всі перераховані пункти є спільними для регіонів України:

- високий рівень вимушеної міграції населення в райони, підконтрольні Україні, та європейські країни;
- зниження економічного рівня забезпечення населення;
- постійний страх за життя і здоров'я близьких;
- зниження рівня постійного доступу до об'єктивної інформації;
- погіршення якості життя;
- погіршення якості середовища проживання (екологічного);
- порушення комфортного способу життя.

Репродуктивне здоров'я є станом повного фізичного, розумового та соціального благополуччя за відсутності захворювань репродуктивної системи на всіх етапах життя, включаючи відтворення та гармонію психосоціальних відносин у сім'ї. Поряд із репродуктивним здоров'ям індикаторами тих чи інших змін у демографічній ситуації є також репродуктивний потенціал населення, репродуктивний потенціал людини, репродуктивні втрати та репродуктивна поведінка.

Жіноче репродуктивне здоров'я залежить від багатьох факторів: спадковості, способу життя, професійних шкідливостей, захворювань інших органів та систем. В Україні має місце погіршення репродуктивного здоров'я жінок. Нині абсолютна кількість здорових жінок не перевищує 6% [3, с. 30].

Репродуктивна ситуація посилюється збільшенням частоти гінекологічних захворювань, у тому числі інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІПСШ), стабільно високим рівнем абортів, безпліддям. Натеper зберігається високий рівень гінекологічної захворюваності – їх виявляють приблизно у 20% українських жінок та дівчат. Останні 5 років відмічено зростання захворюваності на ендометріоз (на 46%), запальні захворювання геніталій (на 30,5%), збільшилася кількість випадків розладів менструальної функції [7].

Захворюваність на інфекції, що передаються статевим шляхом, у жінок призводить до розвитку патології вагітності, збільшення частоти невиношування, передчасних пологів, зростання кількості недоношених та дітей з недостатньою вагою, дітей із вродженими вадами розвитку. У жінок з більш ніж одним викиднем в анамнезі інфекція, що передається статевим шляхом, виявляється у 4 рази частіше. Навіть інфекції, які в даний час розглядаються як майже безпечні (уреаплазма та мікоплазма), призводять до тяжких порушень у плода. Причиною цього є ураження плаценти мікроорганізмами, що призводить до її неправильного формування. Це спричиняє порушення харчування плода, ускладнений перебіг вагітності та можливий мимовільний аборт.

Неправильне «фрагментарне» прикріплення плаценти також веде до ускладненого перебігу пологів, зокрема підвищення ризику кровотечі, розвитку сепсису. Все вищеперелічене вимагає застосування високотехнологічних методів лікування жінок та виходжування новонароджених (кювезів, реанімаційних комплексів та ін.), що обходиться державі у 250–300 разів дорожче, ніж медичне забезпечення здорових породіль та дітей [1].

Число абортів в Україні дотепер залишається одним із найвищих у світі, незважаючи на щорічну тенденцію до зменшення, та у 8 разів перевищує цей показник у США [8]. Важливим фактором збереження або переривання вагітності є ступінь готовності чоловіка стати батьком та виховувати дитину.

Зараз кожна шоста жінка в Україні перериває вагітність, бо її партнер не готовий до батьківства, а кожна третя – бо не може дозволити собі виховання другої чи третьої дитини. Усунення лише цих двох вищезгаданих причин призведе до появи у світ більше дітей щорічно. Висока частота абортів, що зберігається, вказує на недостатню ефективність профілактичної роботи серед жінок та необхідність державного підходу до вирішення цієї проблеми.

Близько 60% захворювань дитячого та підліткового віку можуть становити загрозу фертильності [5]. До 80% дівчат-підлітків та 40% юнаків віком до 18 років мають серйозні відхилення в репродуктивному

здоров'ї. При цьому кожна третя дівчинка спостерігається у гінеколога у зв'язку із захворюваннями органів репродуктивної системи. Основні проблеми дівчаток-підлітків пов'язані з вадами розвитку статевих органів (4% серед усіх аномалій розвитку), затримкою статевого дозрівання, ендометріозом, дисменореєю (розлади менструацій у 35% дівчаток призводять до зниження репродуктивного потенціалу надалі), полікістозом яєчників, дефіцитом оваріального резерву, раннім сексуальним дебютом, запальними захворюваннями органів сечостатевої системи (понад 60%).

У зв'язку зі зниженням віку початку статевого життя відзначено збільшення кількості не тільки підліткових вагітностей та пологів, а й рівня материнської смертності, яка у дівчат 13–14-ти років у 4 рази перевищує рівень материнської смертності молодих дівчат віком 15–19 років.

Визначальну роль у покращенні репродуктивного здоров'я молоді має репродуктивна поведінка, яка нині вимагає пильної уваги. Ранній «сексуальний дебют» у віці від 14 до 16 років, незахищені сексуальні стосунки, наявність кількох статевих партнерів, небажана вагітність і наступні аборти – все це призводить до культу гедоністичних «одноразових» відносин, що відсувають сімейні цінності на другий план.

Для зміни існуючої ситуації необхідне зміцнення ролі сім'ї, збереження сімейних цінностей, виховання відповідального материнства та батьківства, підвищення престижу та значущості чоловіка в сім'ї, створення сприятливих матеріальних умов для народження та виховання дітей.

Подолання існуючої кризи сім'ї неможливо без спільних дій державних діячів та авторитетних представників традиційних релігійних конфесій. Зміцнення інституту сім'ї має бути одним з основних державних пріоритетів, і лише спільними зусиллями можливе відродження і зміцнення сімейних основ.

Аналіз результатів дослідження. Таким чином, проведений аналіз показує, що протягом останніх десятиліть в Україні складалася напружена демографічна ситуація, що становить загрозу соціальній стабільності та національній безпеці

країни, а також збереженню традиційного для нас укладу життя. Кризові тенденції в демографічному стані за останні 2 роки найбільш концентровано виявляються в таких показниках:

- природний приріст населення став негативним і неухильно продовжує зменшуватися, рівень загальної смертності населення є одним із найвищих серед країн Європи. За 2021 рік померло 714 263 громадян, народилося 271 984 дітей;

- середня очікувана тривалість життя зменшилась на 3,5 роки;

- основною причиною скорочення тривалості життя є високий рівень передчасної смертності чоловіків працездатного віку;

- чисельність дитячого населення стрімко скорочується.

Тому всі представники суспільства мають активно діяти в напрямі оптимізації демографічної ситуації, розробляти програми, щоб зміцнити в країні людський потенціал.

Висновки. Отже, починаючи з 1990-х років, Україна пережила демографічну кризу, яка включала: явища депопуляції, старіння населення, високу еміграцію до європейських країн, зменшення тривалості життя, яка погіршилася у 2022 р. внаслідок військових дій і нині може призвести до демографічної катастрофи.

Натомість є рекомендації щодо внесення змін до функціонування бізнесу, змін у законодавство про охорону здоров'я, щоб зробити це можливим.

Необхідний комплексний підхід до вирішення проблеми збереження та відновлення репродуктивного здоров'я населення. У зв'язку із цим важливе значення має оцінка репродуктивного здоров'я та моніторинг демографічної ситуації на рівні суб'єктів України, результати якого допоможуть визначитися із заходами стимуляції народжуваності, зміцнення інституту сім'ї, материнства та дитинства.

Таким чином, покращення демографічної ситуації в країні – це комплексна соціально-економічна та ціннісно-світоглядна проблема. Її рішення складається з об'єднання зусиль держави та громадянського суспільства, що призводить до підвищення соціального оптимізму населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Демографічна криза в Україні. Проблеми дослідження, витоки, складові, напрямки протидії / за ред. В.С. Стешенко. Київ : НАН України, Ін-т економіки, 2021. 560 с.
2. Таблиці народжуваності, смертності, середньої очікуваної тривалості життя 2021, 2022 / Державна служба статистики України. URL: https://ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2022/zb/08/zb_tabl_nas_2021.pdf
3. Курило І. О. Демографічне старіння у столиці України, його особливості та сучасні виклики. *Демографія та соціальна економіка*. 2020. № 3. С. 17–36.
4. Лібанова Е. М., Позняк О. В., Цимбал О. І. Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України внаслідок збройної агресії Російської Федерації. *Демографія та соціальна економіка*. 2022. № 2. С. 37–57.
5. Молодь та молодіжна політика в Україні: соціально-демографічні аспекти / за ред. Е. М. Лібанової. Київ : Інститут демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи, НАН України, 2020. 248 с.
6. Природний рух населення України за 2021 рік / Державна служба статистики України. URL: https://ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2022/zb/06/zb_prn_2021.pdf
7. Генфонд і здоров'я: розвиток методології оцінки / О. І. Тимченко та ін. Київ : Мед-інформ, 2018. 184 с.
8. Bieth E., Hamdi SM, Mieusset R. Genetics of the congenital absence of the vas deferens. *Hum Genet*. 2021. № 140. P. 59–76. DOI: 10.1007/s00439-020-02122-w

REFERENCES:

1. Steshenko, V. S. (Eds.). (2021). *Demographic crisis in Ukraine. Research problems, origins, components, countermeasures*. K. : NAN Ukrayiny, In-t ekonomiky, 560 s. [in Ukrainian]
2. Derzhavna sluzhba statystky Ukraïny. Tablytsi narodzhuvanosti, smertnosti, seredn'oi ochikuvanoi tryvalosti zhyttya 2021, 2022. [Tables of birth rate, death rate, average life expectancy 2021. 2022]. Retrieved from: https://ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2022/zb/08/zb_tabl_nas_2021.pdf. [in Ukrainian]
3. Kurylo, I. O. (2020). Demografichne starinnya u stolytsi Ukraïny, yoho osoblyvosti ta suchasni vyklyky. [Demographic aging in the capital of Ukraine, its features and modern challenges] *Demografiya ta sotsial'na ekonomika*. 3. R. 17–36 [in Ukrainian]
4. Libanova, E. M., Poznyak, O. V., & Tsymbal, O. I. (2022). Masshtaby ta naslidky vymushenoï mihratsii naseleण्या Ukraïny vnaslidok zbroynoi ahresii Rosiy's'koï Federatsii [Scales and consequences of forced migration of the population of Ukraine as a result of the armed aggression of the Russian Federation] *Demografiya ta sotsial'na ekonomika*. No 2. S. 37–57. [in Ukrainian]
5. Libanova, E. M. (Eds.). (2020). *Molod' ta molodizhna polityka v Ukrayini: sotsial'no-demografichni aspekty* [Youth and youth policy in Ukraine: socio-demographic aspects]. K. : Instytut demografiyi ta sotsial'nykh doslidzhen' im. M. V. Ptukhy NAN Ukrayiny, (2020). 248 s. [in Ukrainian]
6. Pryrodnyy ruh naseleण्या Ukraïny za 2021 rik. Derzhavna sluzhba statystky Ukraïny. Retrieved from: https://ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2022/zb/06/zb_prn_2021.pdf [in Ukrainian]
7. Tymchenko, O. I. (2018). Henofond i zdorov'ya: rozvytok metodolohiyi otsinky [Gene pool and health: development of assessment methodology]. K. : Medinform, 184 s. [in Ukrainian]
8. Bieth, E, Hamdi, S.M, & Mieusset, R.(2021) Genetics of the congenital absence of the vas deferens. *Hum Genet*. № 140, С. 59–76. DOI: 10.1007/s00439-020-02122-w [in English].

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ / ПОРУШЕННЯМИ ЗДОРОВ'Я

Кордунова Наталія Олександрівна,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри педагогічної та вікової психології
факультету психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-4683-0929>

Грицюк Ірина Михайлівна,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики
факультету психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0001-6988-6012>
<http://www.scopus.com/inward/authorID=57204580585>

Тривалий час поняття волі було однією з трьох основних категорій психології (розум, почуття, воля). Питання щодо сутності волі з самого початку її вивчення було тісно пов'язаним з проблемою мотивації, з проблемою пояснення причин та спонукальних механізмів активності людини. І це не випадково, оскільки зазначені сфери психологічної науки вивчають, по суті, одну і ту ж проблему – проблему психічних механізмів, які зумовлюють наявність свідомої, цілеспрямованої поведінки людини.

Одним із малодосліджених чинників, які опосередковують розвиток вольової сфери особистості, є вплив певних вад здоров'я. У дослідженні ми розкриваємо вплив соматичних вад, зокрема ДЦП, що виникає від народження й опосередковує розвиток у людини волі та вольової сфери, оскільки саме в ранньому дитинстві починається становлення певних станів свідомості і схем поведінки в різних життєвих ситуаціях.

У роботі здійснено теоретичний аналіз цієї проблематики та розкрито проблему розвитку вольової сфери юнаків з обмеженими можливостями здоров'я. Стрижневим травмувальним фактором у розвитку вольової сфери особистості в разі ДЦП виступає глибоке переживання комплексу фізичної неповноцінності. Індивідуальні характеристики психофізичних порушень у процесі розвитку дитини з церебральним паралічем дуже помітно позначаються на розвитку її вольової сфери та формуванні її образу-Я, тобто системи уявлень про себе як особистість, на основі яких складаються її взаємини із соціумом. Адже будь-який тілесний недолік змінює ставлення людини до світу, до себе, відбивається на стосунках з людьми.

Неповторність кожної дитини формує її унікальний світогляд і внутрішній світ. Проте в школярів юнацького віку з обмеженими можливостями здоров'я виникають певні проблеми в розвитку вольової сфери, які мають свою основну специфіку.

Ключові слова: обмеження здоров'я, дитячий церебральний параліч, вольова сфера, образ-Я, психофізіологічне порушення, розвиток.

Kordunova Nataliya, Hrytsyuk Iryna. Psychological features of will development of persons with disabilities / health disorders

For a long time, the concept of will was one of the three main categories of psychology (mind, feeling, will). The question of the essence of the will from the very beginning of its study was closely related to the problem of motivation, to the problem of explaining the reasons and motivational mechanisms of human activity. And this is not by chance, since these areas of psychological science study, in fact, the same problem – the problem of mental mechanisms that determine the presence of conscious, purposeful human behavior.

One of the understudied factors that mediate the development of the individual's volitional sphere is the influence of certain health defects. In the study, we reveal the influence of somatic

defects, in particular, cerebral palsy, which occurs from birth and mediates the development of a person's will and volitional sphere, since it is in early childhood that the formation of certain states of consciousness and patterns of behavior in various life situations begins.

In our work, we carried out a theoretical analysis of this issue. But they revealed the problem of the development of the volitional sphere of young men with limited health opportunities. A key traumatic factor in the development of the volitional sphere of a person with cerebral palsy is the deep experience of a complex of physical inferiority. The individual characteristics of psychophysical disorders during the development of a child with cerebral palsy have a very noticeable effect on the development of his volitional sphere and the formation of his self-image, that is, the system of ideas about himself as a person, on the basis of which his relations with society are formed. After all, any bodily defect changes a person's attitude to the world, to himself, and affects his relationships with people.

The uniqueness of each child forms its unique and unique outlook and inner world. However, schoolchildren of adolescent age with limited health opportunities have certain problems in the development of the volitional sphere, which have their own basic specificity.

Key words: *health limitations, children's cerebral palsy, volitional sphere, self-image, psychophysiological disorder, development.*

Постановка проблеми. Проблема вивчення волі та вольової сфери особистості має давню історію і сьогодні викликає неабиякий науковий інтерес дослідників. Багато вчених вважають волю стрижнем усієї структури особистості. Для вітчизняної психології характерним є розуміння волі як здатності людини наполегливо досягати свідомо поставленої мети, незважаючи на наявність зовнішніх і внутрішніх перешкод. У сучасних дослідженнях проблема волі розглядається в руслі свідомої та цілеспрямованої психічної саморегуляції та діяльності.

У багатьох наукових школах була проведена велика кількість експериментальних досліджень. Отримано результати щодо формування вольових властивостей учнів у різних видах діяльності, особливостей вольового розвитку дітей того чи іншого шкільного віку, зв'язку волі з активністю, психічним станом, інтересами, рівнем домагань, впливу учнівського колективу та сім'ї на формування волі та вольової сфери школярів. Вольові якості особистості були предметом спеціальних експериментальних досліджень, виконаних у психології, велика увага приділяється психофізіологічним основам регуляції поведінки.

Метою роботи є уточнення низки теоретичних питань щодо феноменів волі, доступних емпіричному вивченню (вольова дія, вольове зусилля, вольові властивості, рівень вольового розвитку особистості або інші вольові прояви), які б найкраще відображали специфіку саме

вольових, а не інших аспектів особистості. Важливим теоретичним досягненням психології і педагогіки є положення про розвиток волі як складової частини формування особистості.

Проблема волі має не тільки психологічні, а й філософські та правові аспекти. Таким чином, ситуація, яка склалась у психології, і запити суміжних галузей науки зумовлюють теоретичну і практичну значущість досліджень проблеми волі.

Арістотель уперше описав реальності, які вимагають для свого пояснення введення в систему психологічних понять поняття волі. Такими реальностями були вибір дії, її ініціація і володіння собою [6]. Функцією вибору за волею визнавав вчений Ф. Лерш. В.Е. Франкл вважає вибір основною функцією волі й пов'язує вибір людиною вчинку з пошуком змісту життя, з оцінкою своїх дій з позицій майбутнього. Проблема вибору як складова частина чи стадія вольового акту визнана і багатьма іншими дослідниками, які працюють у межах мотиваційного підходу до волі.

Результати дослідження. Чи є воля реальним психологічним феноменом? Одні вчені відстоюють точку зору, що воля – це не тільки реальне, а й самостійне психічне явище. Інші – що в реальності ніякої волі немає, а це поняття – лише термін, який означає доволі різноманітні явища.

Якщо говорити про проблему діагнозу, то церебральний параліч – це порушення моторних функцій і контролю м'язів унаслідок ураження мозку перед, під час або невдовзі після народження дитини.

За дитячого церебрального паралічу (далі – ДЦП) порушення характеризуються поєднанням тріади розладів: рухових, психічних і мовних, із супутніми порушеннями зору, слуху і розладами сенсомоторної чутливості (Є.С. Каліжнюк, І.Ю. Левченко, Є.М. Мастюкова). Рухові розлади – основний клінічний синдром ДЦП – включають паралічі, парези, порушення координації, формування кісткових деформацій і множинних контрактур. Патологія рухової системи у дітей з ДЦП є одним із найважливіших чинників, які уповільнюють і сповільнюють їх психічний розвиток.

Рівень інтелектуальних порушень у дітей з церебральним паралічем різний. Велика кількість дітей, які мають рухові порушення, близька до норми, вони розвиваються з однолітками. Велика кількість дітей з ДЦП має затримку психічного розвитку внаслідок раннього органічного ураження мозку. У певної кількості дітей інтелектуальне недорозвинення більш різко виражене. Третя група порушень у разі дитячого церебрального паралічу – це мовні розлади: частіше різні дизартрії, рідше алалія, а також порушення писемного мовлення – дислексія, дисграфія [2].

Діти із ДЦП з важкістю оволодівають навиками читання та письма. Порушення писемної мови – дислексія і дисграфія – зазвичай збігаються з недорозвиненням усної мови і бувають за різноманітних форм дизартрії. Порушення читання та письма у дітей з ДЦП може бути пов'язане з недостатністю рухів очей, відсутністю синхронності їхніх рухів уздовж рядків, звуженням поля зору, специфічними оптикогностичними розладами тощо [9].

У даної категорії дітей мовні та писемні проблеми не зникають навіть у старших класах, тому вони потребують спеціальної допомоги. Без неї вони не тільки відчують труднощі в навчанні, але й часто попадають у число невстигаючих учнів з усіх предметів. Таке положення може негативно позначитись на поведінковій, особистісній сфері, призводить до порушення шкільної адаптації дитини та ін.

Церебральний параліч не є прогресуючим або заразним, його неможливо вилікувати в прямому розумінні цього слова, хоча правильне навчання і терапія, а також сучасні технології дають можливість осо-

бам із церебральним паралічем вести продуктивне життя. ДЦП може проявлятися в легкому, середньому та важкому ступені, а також мати різні форми. Легкий ступінь майже не впливає на координацію рухів та їхні функції. Все залежить від того, де і як ушкоджений мозок [8].

У разі важкого ступеня порушень руху людина не володіє навиками ходи і маніпулятивними діями. Вона не може самостійно обслуговувати себе. За середнього ступеня порушень руху особи володіють ходом, пересуваються невпевнено, часто за допомогою спеціальних засобів (костилів, канадських паличок, колясок). Вони не в змозі самостійно пересуватися містом, їздити в транспорті. Навики самообслуговування у них розвинені не повністю через порушення маніпулятивної функції. У разі легкого ступеня порушень руху особи ходять самостійно і впевнено як у помешканні, так і поза ним. Вони повністю себе обслуговують, у них досить розвинена маніпулятивна діяльність. Однак у хворих можуть помічатися неправильні маніпулятивні пози і положення, порушення ходи, рухи не досить справні, повільніші. Знижена м'язова сила, присутні недоліки мілкої моторики [7].

Ця категорія людей має досить багато проблем, і сьогодні цьому ще не надається належної уваги. Однією з них є визнання принципу рівних можливостей у сфері початкової, середньої і вищої освіти. Діти, які мають діагноз ДЦП, не мають доступу до звичайних освітніх закладів, програм реабілітації та адаптації. Адже загальноприйнятим є перебування і навчання таких дітей у закритих закладах або в кращому випадку – вдома. Це відокремлює їх від суспільства та негативно впливає на формування комунікативних навичок, гальмує процес пізнання. Ця відстороненість викликає відчуття самотності, нікому не потрібності тощо. Зазвичай у процесі спілкування присутня лише сім'я [1].

Статистика свідчить, що інваліди мають низький рівень освіти: 50% не мають освіти або мають лише початкову освіту, 7% мають вищу освіту, 10% отримали освіту в спеціалізованих навчальних закладах.

Дитина із ДЦП може бути такою ж здібною і талановитою, як її одноліток, який не має проблем зі здоров'ям, але виявити

свій талант, розвинути його, приносити за його допомогою користь суспільству їй заважає нерівність можливостей.

Як правило, в навчальних закладах для дітей, які мають інвалідність, панує орієнтація на звичні для інвалідів професії: столяр, слюсар, швачка тощо, хоча вони іноді далекі від їхніх реальних можливостей. Крім того, не поновлюються методи та форми профорієнтаційної роботи. Адже нові умови життя дозволяють ставити проблему здобуття інвалідами сучасних, престижних професій, здійснювати професійну підготовку за тими видами праці, за якими є потреба в державі [5].

Таким чином, діти з обмеженими можливостями здоров'я дуже часто не мають соціальної та матеріальної підтримки, умов для розвитку своїх інтересів, здібностей, ще й приречені на інтелектуальну потворність.

Ці проблеми можна пов'язати із соціальною ізоляцією осіб з обмеженими можливостями. Відторгнення соціумом осіб з недоліками можна спостерігати у всіх вікових групах, незалежно від статі, етнічної приналежності та ін. [3].

Вікові закономірності розвитку особистості як нормальні реакції на природні зміни потреб, інтересів, особистісних стандартів та ідеалів пов'язані зі становленням самосвідомості й супроводжуються почуттям невпевненості, невизначеності, незадоволення собою та своїми соціальними взаємозв'язками. Фактор захворювання може перетворити ці зміни на серйозну психологічну проблему. Низька самооцінка, негативне самосприйняття, страх відторгнення, непорозуміння, сором'язливість, недостатній розвиток комунікативних навичок, соціальних якостей та адекватних форм самоствердження також зумовлюють виникнення почуття невпевненості в собі. Це робить осіб з вадами розвитку особливо вразливими щодо цієї проблеми. Під час сумісного навчання таких дітей зі здоровими однолітками закономірно виникають проблеми адаптації, комунікації та ін. Вони супроводжуються високим рівнем конфліктності та емоційного напруження в міжособистісних стосунках, що опосередковує настановчі диспозиції особистості: динамічність – статичність, варіабельність – стабільність, варіабельність – лабільність. Динаміч-

ність зумовлює розвиток таких якостей, як гнучкість і пристосування особистості до оточення. Статичність настанови спричинює стереотипність поведінки, яка призводить до нерозуміння в групі однолітків, порушення партнерських взаємин. Все це поглиблює почуття невпевненості особистості, тоді як є інший шлях психосоціального розвитку – гармонізація взаємостосунків особистості з вадами здоров'я з іншими оточуючими, її продуктивне інтегрування в суспільство [1].

Серед причин виникнення негативного розвитку вольової сфери в осіб з обмеженими можливостями здоров'я можуть бути неадекватна батьківська чи материнська поведінка в родині, що негативно впливає на становлення життєвої, соціальної чи індивідуальної та інших рольових позицій особистості в різні моменти її життя. Батьківські функції щодо дитини з певними вадами здоров'я пов'язані із соціальним очікуванням, яке ставиться суспільством як норма батьківської поведінки. Якщо в сім'ї виховується не одна така дитина, то існує менша ймовірність прояву негативного розвитку вольової сфери в дитини. У випадках, коли один із батьків – інвалід або хтось із родичів має вади здоров'я, то сім'я має досвід проживання з людиною з вадами здоров'я. У здорових батьків, позбавлених даного досвіду, може виникнути гіперопіка, яка утверджує маніпулятивну стратегію поведінки, а отже, стимулює в дитини почуття невпевненості, страху, комплексу неповноцінності та ін. Тож маніпулятивність формується з раннього дитинства, коли батьки починають втягуватися в гру: дитина – хвора, слабка, батьки – рятівники в будь-який момент. Коли дитина підростає, і батьки вимагають відповідальності в різних життєвих ситуаціях, юнак чи дівчина продовжує втягувати своїх рідних, однолітків, друзів у ту ж саму гру за тими самими правилами. Якщо хтось відмовляється, то починається маніпулювання: «я не вмію, не зможу, в мене нічого не вийде, я не повинен (не повинна) це робити». І доти, поки не перерветься залежність особистості з вадами здоров'я від інших, ця нав'язлива гра маніпулятора не закінчиться. Навіть задовольняючи всі забаганки, така особистість не позбавиться від почуття невпевненості.

Такий стиль сімейного виховання негативно впливає на формування особистості дитини, що виявляється в егоцентризмі, підвищеній залежності, відсутності активності, зниженій самооцінці дитини, що сприяє появі самотності та інших негативних рис особистості [6].

В особливо гострих формах негативізм у поведінці дитини з обмеженими можливостями здоров'я проявляється в сім'ях, для яких характерний холодний стиль спілкування – гіпопротекція, зниження емоційних контактів батьків з дитиною, проєкція на дитину з боку обох батьків або одного з них власних небажаних якостей. Такі батьки акцентують зайву увагу на лікуванні дитини, пред'являють завищені вимоги до медичного персоналу, намагаючись компенсувати власний психічний дискомфорт за рахунок емоційного відторгнення дитини. Подібний стиль спілкування в родині веде до формування в особистості дитини емоційної нестійкості, високої тривожності, нервово-психічної напруженості, породжує комплекс неповноцінності, емоційну беззахисність, невпевненість у своїх силах та ін. [7].

За умов репресивного стилю спілкування, що характеризується батьківською установкою на авторитарну лідируючу позицію, в дитини з вадами здоров'я формується афективно-агресивна поведінка, плаксивість, дратівливість, підвищена збудливість, що ускладнює їх подальшу адаптацію в суспільстві. Який спосіб стосунків батьків, такий стиль виховання виявляється в песимістичному погляді на майбутнє дитини, в постійному обмеженні її прав, у твердих батьківських розпорядженнях, невиконання яких карається. У цих сім'ях від дитини вимагають неухильного виконання всіх завдань, вправ, розпоряджень, не враховуючи при цьому її рухових, психічних та інтелектуальних можливостей. За відмову від виконання цих вимог нерідко вдаються до фізичних покарань. Така дитина відчуває свою неповноцінність дуже гостро, часто вважає себе нікому не потрібною в цьому світі, ізолюється від суспільства, що ще в більшій мірі ускладнює її фізичний і психічний стан. У дітей юнацького віку, які виховуються в таких сім'ях, можуть виникати суїцидальні думки та наміри [2]. Таким чином,

лише в сім'ї, для якої характерний стиль співробітництва, тобто конструктивна і гнучка форма взаємовідповідальних стосунків батьків і дитини, можливий розвиток у неї почуття захищеності, впевненості в собі, потреби в активному встановленні міжособистісних стосунків як у родині, так і поза домом.

Як зазначає К. Семенова, для особистості, яка невпевнена в собі, характерні такі риси поведінки: відсутність природності у відносинах з оточуючими (щонайперше спілкування з протилежною статтю), визначена ригідність у стосунках, які не змінюються під впливом різних партнерів та обставин взаємодії, не відповідні суспільним уявленням вчинки, які супроводжуються нестандартною уявою, невмінням співвідносити свої вчинені дії з поведінкою оточуючих, великий розрив між «Я» реальним та ідеальним, страх бути нецікавою людиною і нікому не потрібною, який породжує агресивність, ворожість у відносинах з однолітками, вчителями, батьками, а також нереалізована потреба в самоствердженні. У разі перепон на шляху самореалізації особистість відчуває себе невдахою, виникає жалість до себе, вона дистанціюється від світу, утверджується тенденція приписувати свої почуття, мотиви, потреби іншим. Для дітей з обмеженими можливостями здоров'я причиною усамітнення є неможливість бути такою, як усі, знаходитися серед здорових людей, адже інвалідність призводить до обмеження життєдіяльності, її соціальної дезадаптації, обмеження здатності до самообслуговування, пересування, орієнтації, контролю за своєю поведінкою, спілкуванням, майбутньої трудової діяльності та ін. [3]. Навпаки, здорові діти усамітнюються задля прояву своєї неповторності, щоб досягнути несхожості серед загалу. Якщо для особистості з вадами здоров'я основна мета – домогтися схожості з іншими, то для здорової – виокремитися, утвердити в будь-якій формі свою непересічність.

Висновки. Таким чином, негативні прояви у вольовій сфері виникають як серйозна проблема під дією багатьох чинників: віку, статі, проблем фізичного стану особистості (специфіки наслідків певної вади здоров'я). Найбільш уразливими щодо цього є підлітки та юнаки порівняно з дорослими. Це викли-

кано віковими чинниками, які впливають на розвиток особистості: розвиток самосвідомості, кризи самооцінки, зміна кола спілкування (вступ до ЗВО, іншого навчального закладу, професійне становлення) та ін. Особи з обмеженими можливостями більше схильні, ніж здорові люди, до виникнення негативних проявів у вольовій сфері. Це зумовлено ускладненнями в процесі адаптації та інтеграції особи з обмеженими можливостями здоров'я в суспільстві. Низька

самооцінка, негативне самосприйняття, визнання своєї нерівності, страх відторгнення, обмежене спілкування, непорозуміння, сором'язливість, недостатній розвиток комунікативних навичок, соціальних якостей та адекватних форм самоствердження також зумовлюють виникнення негативних проявів у розвитку вольової сфери. Це робить юнаків з обмеженими можливостями здоров'я особливо вразливими щодо цієї проблеми.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бочелюк В. Й., Турубарова А. В. Психологія людини з обмеженими можливостями. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 264 с.
2. Вах дер Стам Б. Допомога дитині при церебральному паралічі: практичні поради. Львів : Світ, 1995. 120 с.
3. Воростін К. Д. Дитячі церебральні паралічі. Харків : Медицина, 2013. 128 с.
4. Грицюк І.М. Особливості розвитку дитини з дитячим церебральним паралічем. *Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації*. Київ : Університет «Україна», 2013. С. 295–298.
5. Інтеграція молоді з обмеженими фізичними можливостями в суспільство: громадсько-правові, соціально-психологічні та інформаційно-технологічні аспекти / Є. А. Клопота та ін. Запоріжжя : ЗНУ, 2008. 114 с.
6. Кордунова Н. О., Савчук І. О. Психолого-педагогічний практикум. Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2020. 78 с.
7. Нижник Л., Сагірова О. Допомога дітям з особливими потребами. Київ : Ред. загальнопед. газ., 2004. 120 с.
8. Синьов В. М. Розумова відсталість як педагогічна проблема. Київ : Знання, 2007. 345 с.
9. Савчин М. В., Василенко Л.П. Вікова психологія. Київ : Академвидав, 2011. 384 с.

REFERENCES:

1. Bocheliuk, V. Y., & Turubarova, A. V. (2011). *Psychology of a person with disabilities*. Kyiv : Tsentr uchbovoi literatury. 264 s. [in Ukrainian]
2. Vakh der Stam, B. (1995). *Dopomoha dytyni pry tserebralnomu paralichi: praktychni porady* [Helping a child with cerebral palsy: practical tips]. Lviv : Svit. 120 s. [in Ukrainian]
3. Vorostin, K. D. (2013). *Dytiachi tserebralni paralichi* [Children's cerebral palsy]. Kharkiv : Medytsyna. 128 s. [in Ukrainian]
4. Hrytsiuk, I. M. (2013). *Osoblyvosti rozvytku dytyny z dytiachym tserebralnym paralichem* [Features of the development of a child with cerebral palsy]. *Osvita rehionu. Politolohiia. Psykholohiia. Komunikatsii*. Kyiv : Universytet «Ukraina». S. 295–298. [in Ukrainian]
5. Klopota, Ye. A., Bondarenko, B. H., Klopota, O. A., & Bondarenko, S. A. (2008). *Intehratsiia molodi z obmezhenymy fizychnymy mozhlyvostiamy v suspilstvo: hromadsko-pravovi, sotsialno-psykholohichni ta informatsiino-tekhnologichni aspekty* [Integration of youth with limited physical capabilities into society: social-legal, social-psychological, and information-technological aspects]. Zaporizhzhia : ZNU. 114 s. [in Ukrainian]
6. Kordunova, N. O., Savchuk I. O. (2020). *Psykholoho-pedahohichniy praktykum* [Psychological and pedagogical workshop]. Lutsk : PP Ivaniuk V. P., 78 s. [in Ukrainian]
7. Nyzhnyk, L., & Sahirova, O. (2004). *Dopomoha ditiam z osoblyvymy potrebamy* [Helping children with special needs]. Kyiv : Red. zahalnoped. haz. 120 s. [in Ukrainian]
8. Synov, V. M. (2007). *Rozumova vidstalist yak pedahohichna problema* [Mental retardation as a pedagogical problem]. Kyiv : Znannia. 345 s. [in Ukrainian]
9. Savchyn, M. V., & Vasylenko, L. P. (2011). *Vikova psykholohiia* [Age psychology]. Kyiv : Akademydav, 384 s. [in Ukrainian]

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Кошелева Наталя Геннадіївна,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Горлівського інституту іноземних мов
<https://orcid.org/0000-0002-0380-3242>

Щербина Юлія Миколаївна,
магістрантка
Горлівського інституту іноземних мов

У статті розглянуто важливе питання щодо формування лідерських якостей підлітків. Проаналізовано поняття лідерства і лідера, визначено, що лідер є найбільш авторитетним членом соціальної групи, який має право на прийняття рішень. Визначено функції та психологічні якості лідера. Обґрунтовано важливість сформованості лідерських здібностей у підлітковому віці у зв'язку з прагненням підлітків до самостійності, незалежності, визнання, поваги та популярності. З'ясовано мотивацію лідерства в підлітків. Виявлено, що одними з найважливіших лідерських характеристик підлітків є комунікативні та організаторські здібності та мотивація досягнень.

Сформульовано гіпотезу, що існує зв'язок між лідерськими якостями підлітків, їхньою мотивацією досягнення та комунікативними і організаторськими здібностями. Для її перевірки проведено емпіричне дослідження за допомогою психодіагностичних методик: методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса, яка прораховує шанси людини на успіх; «Діагностика лідерських здібностей» (Є. Жарікова, Є. Крушельницького), яка дозволяє оцінити здатність людини буди лідером; «Оцінка комунікативних і організаторських схильностей – КОС» (В.В. Синявського і Б.О. Федоришина), яка оцінює рівень розвитку комунікативних та організаторських схильностей. Проведено кількісний і якісний аналіз результатів обстежень, побудовані таблиці, з яких видно, якою мірою виражаються досліджувані психологічні явища в обстежуваних. За допомогою кореляційного аналізу виявлено статистично значущий зв'язок між лідерськими здібностями і мотивацією до успіху, а також між лідерськими здібностями та комунікативними й організаторськими схильностями, що підтвердило гіпотезу дослідження. Запропоновано розробку тренінгової програми формування лідерських якостей у підлітків, яка може бути використана шкільним психологами.

Ключові слова: підлітки, лідер, лідерство, лідерські якості, комунікативні здібності, організаторські схильності, емпіричне дослідження.

Kosheleva Natalia, Shcherbyna Yulia. Peculiarities of leadership qualities formation in adolescence

The article addresses a significant issue concerning the development of leadership qualities in adolescents. The concept of leadership and a leader are analyzed, defining a leader as the most authoritative member of a social group with decision-making authority. The functions and psychological qualities of a leader are outlined. The importance of cultivating leadership skills during adolescence is substantiated due to adolescents' aspirations for independence, autonomy, recognition, respect, and popularity. The motivation for leadership in adolescents is explored. Among the most crucial leadership characteristics in adolescents are communicative and organizational abilities, along with a motivation for achievement.

The hypothesis posits a connection between adolescents' leadership qualities, their motivation for achievement, and their communicative and organizational abilities. To test this hypothesis, an empirical study is conducted using psychodiagnostic methods: T. Eler's Motivation for Success Personality Diagnostic, which assesses an individual's chances of success; "Leadership Abilities Assessment" by E. Zharykov and E. Krushelnytskyi, evaluating a person's leadership potential;

and "Assessment of Communicative and Organizational Inclinations – ACO" by V.V. Syniavskiy and B.O. Fedorishyn, gauging the level of communicative and organizational inclinations. Quantitative and qualitative analyses of the examination results are performed, constructing tables that depict the extent to which the studied psychological phenomena manifest in the participants. Through correlation analysis, a statistically significant relationship is identified between leadership abilities and motivation for success, as well as between leadership abilities and communicative and organizational inclinations, confirming the research hypothesis. A training program is proposed for cultivating leadership qualities in adolescents, designed to be utilized by school psychologists.

Key words: adolescents, leader, leadership, leadership qualities, communicative abilities, organizational inclinations, empirical research.

Постановка проблеми. Проблема лідерства у світі, який стрімко змінюється, є однією з найбільш актуальних у психології. Особливої важливості її вивчення набуло в кінці ХХ ст., що пояснюється соціальною нестабільністю та підвищеною суспільною потребою в лідерах як у людях, здатних нестандартно мислити, приймати рішення і вести інших за собою. Проблема лідерства досліджена в доробку таких вітчизняних і зарубіжних вчених, як М. Вудкок, М. Герзон, Д. Гоулман, Т.В. Гура, Р.Л. Дафт, Р. Дилтс, С.А. Калашнікова, Л.М. Карамушка, В.М. Лугова, Дж. Максвелл, С.І. Нестуля, О.Г. Романовський, Л.М. Сергеева, Л.І. Скібіцька, В.О. Татенко, Д. Френсис та ін. У підлітковому віці прагнення до лідерства набуває особливої значущості, оскільки це саме той вік, коли особистість бажає бути самостійною, незалежною, популярною, визнаною іншими тощо. Дослідженнями мотивації підлітків до лідерства, їхніх лідерських якостей займалися Д.В. Алфімов, О.І. Бондарчук, Т.М. Єрмак, А.І. Клименко, О.В. Козак, О. Копильчак, С.В. Походенко, К.С. Садохіна, Г.В. Тітова та ін. Проте питання щодо ґрунтовного вивчення психологічних особливостей формування лідерських якостей у підлітків залишається не досить вивченим.

Метою роботи є емпіричне вивчення психологічних особливостей формування лідерських якостей у підлітків.

Результати дослідження. Лідерство є однією з форм соціальної активності людини і виявляє себе як система неформальних стосунків впливу [3, с. 7]. Існує величезна кількість визначень терміна «лідер», одне з них, наприклад, пропонують В.М. Лугова та С.М. Голубев: «лідер – член групи, за яким вона визнає право ухвалювати відповідальні рішення в зна-

чущих для неї ситуаціях, тобто найбільш авторитетна особистість, яка відіграє центральну роль в організації спільної діяльності та регулюванні взаєностосунків у групі» [4, с. 146]. Основними функціями лідера є мотивування та стимулювання членів групи для групового вирішення завдань, організація спільної діяльності і відповідальність за її результати, формування і підтримка правил і стосунків між членами групи, представництво групи в зовнішньому середовищі тощо.

Важливість лідерства в підлітковому віці зумовлена активним розвитком самосвідомості, посиленням потреби у визнанні, значущості, власному місці серед однолітків. Прагнення підлітків до лідерства напряму пов'язане з основними психосоціальними характеристиками цього віку. Як зазначають О.І. Бондарчук та І.В. Пустовалов, у цей період формується почуття дорослості, актуалізується потреба в автономії, набутті здатності приймати незалежні рішення і діяти на основі власного вибору, здобутті визнання й підтримки з боку дорослого світу та однолітків, задоволення власних амбіцій тощо [1, с. 7]. Саме наявність лідерських якостей дозволяє підліткам розширити сферу своєї соціальної активності, отримати бажаний авторитетний статус, комунікувати з великою кількістю однолітків, організовувати з ними спільну діяльність та впливати на їхні дії та стосунки. Це відповідає провідному типу діяльності підлітків (міжособистісне спілкування в колі однолітків) та дозволяє їм набути бажаної популярності й визнання у своєму середовищі. На думку С.В. Походенко, підлітків спонукають до лідерства такі мотиви, як: прагнення відповідності соціальним очікуванням; слідування моральним нормам; зовнішньої оцінки; самоствердження; приєднання до

групи тощо [3]. Також важливим чинником мотивації лідерства у підлітків є можливість широкого спілкування з однолітками з метою отримання бажаного для них ефекту [5, с. 223]. Шкільні роки є сприятливим часом для формування лідерських якостей, оскільки підлітки постійно перебувають серед однолітків, соціалізуються, вчаться спілкуватись, будувати взаємини, управляти власною поведінкою, впливати на інших, брати участь у суспільній діяльності й спільних справах тощо [2, с. 92]. Відповідно, для здійснення цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу важливо виділити якості, які забезпечують ефективне лідерство підлітків. К.С. Садохіна пропонує такий перелік: упевненість у собі, наявність вольових якостей, прагнення до самоствердження і самореалізації, вплив на інших, оригінальне, творче мислення, комунікативні та організаторські здібності, вміння приймати правильне рішення в непередбачених ситуаціях, готовність брати на себе відповідальність [6, с. 441]. Л.В. Туріщева, досліджуючи лідерські здібності підлітків, називає такі характеристики: ініціативність у спілкуванні з однолітками; збереження впевненості в оточенні незнайомих людей; легке спілкування з дітьми й дорослими; розуміння причин вчинків інших людей, мотивів їхньої поведінки; часте керування іграми й заняттями інших людей; схильність брати на себе відповідальність; бажання інших дітей вибрати його як партнера в іграх і заняттях; володіння даром переконання, здатність зацікавити своїми ідеями інших [7, с. 61]. Варто звернути також увагу на те, що саме в підлітковому віці формується мотивація досягнень, що прямо залежить від рівня самооцінки та домагань, які зумовлені визнанням з боку інших, власною оцінкою

своїх успіхів і невдач, зокрема, у спілкуванні з однолітками, вірою в ефективність власної діяльності тощо [8, с. 75]. Отже, одними з найважливіших лідерських характеристик підлітків є комунікативні та організаторські здібності та мотивація досягнень.

За результатами проведеного теоретичного дослідження було сформульовано гіпотезу: існує зв'язок між лідерськими якостями підлітків, їхньою мотивацією досягнення та комунікативними й організаторськими здібностями. Для її перевірки було проведено емпіричне дослідження на основі вибірки з 30-ти учнів 7–9 класів (13–15 років) з використанням психодіагностичних методик: Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса; «Діагностика лідерських здібностей» (Є. Жаріков, Є. Крушельницький); «Оцінка комунікативних і організаторських схильностей – КОС» (В.В. Синявського і Б.О. Федоришина).

Аналіз результатів дослідження. Для дослідження мотивації досягнення успіху в учнів 7–9 класів було вибрано методичку діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса. Узагальнені результати сформованості рівнів мотивації досягнення успіху представлені в таблиці 1.

Отже, за результатами аналізу таблиці 1 можна зробити такі висновки: найбільша кількість респондентів (57%) має середній рівень мотивації. Такі підлітки не бояться ризикувати, не є скутими у своїх діях, бо можлива невдача не надто хвилює їх. Трохи менша кількість респондентів має помірковано високий рівень мотивації – 33%. Для цих учнів характерним є надання переваги середньому рівню ризику для досягнення бажаного, вони схильні орієнтуватися на власні сили, гнучко та наполегливо добиватися поставленої мети. Занадто висо-

Таблиця 1

Показники рівнів сформованості мотивації особистості до успіху за методикою діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса

Рівень мотивації	Кількість учнів (у % від загальної кількості опитуваних)
Низький	3
Середній	57
Помірковано високий	33
Занадто високий	7

кий рівень мотивації має 7% опитуваних підлітків, для яких притаманні такі властивості, як висока мотивація до успіху, їм притаманно уникати великого ризику, вони багато працюють для досягнення успіху, рідко потрапляють у незручні ситуації. Низький рівень мотивації до успіху має 3% учнів, що призводить до невпевненості в собі, переконання, що причиною їхнього успіху була легкість завдання або везіння, причиною невдач – брак здібностей. Виконання важких завдань викликає у них дискомфорт.

Для дослідження здатності до лідерства в учнів 7–9 класів було вибрано методичку діагностики лідерських якостей Є. Жарікова та Є. Крушельницького. Узагальнені результати рівнів сформованості лідерських якостей в учнів представлені в таблиці 2.

Отже, за результатами аналізу таблиці 2 можна зробити такі висновки: найбільша кількість респондентів (63%) має слабо виражені лідерські здібності. Таким підліткам важко відстоювати свою думку, вони є досить конформними, залежними, невпевненими, що спричиняє для багатьох із них проблеми в спілкуванні, незадоволеність собою і психологічний дискомфорт. Трохи менша кількість респондентів (37%) має помірно виражені лідерські якості. У таких підлітків прояв лідерських якостей

є ситуативним, найчастіше – в обмеженому, добре знайомому колі спілкування, де вони почувають себе у психологічній безпеці, за звичних обставин. Сильно виражені лідерські здібності мають 3% учнів, а схильність до диктату – 4%. Тобто серед респондентів, по-перше, мало яскравих лідерів, здатних повести інших за собою, надихати власним прикладом, виділятися з-поміж інших. По-друге, серед опитуваних також мало таких учнів, які б мали бажання підкорити оточуючих своїм впливом і владою, прагнення будь-якими засобами затвердити свою владу й авторитет, досягти домінуючого становища в групі.

Для дослідження рівня розвитку комунікативних та організаторських здібностей було вибрано методичку оцінки комунікативних і організаторських схильностей В. Синявського та Б. Федоришина. Результати сформованості комунікативних і організаторських схильностей подано в таблиці 3.

Отже, за результатами аналізу таблиці 3 можна зробити такі висновки:

1) 30 % опитуваних мають низький рівень комунікативних схильностей, а це означає, що такі люди не вмють швидко й легко встановлювати товариські контакти з людьми, їм дуже важко розширювати сферу спілкування. 40% опитуваних мають рівень розвитку комунікативних схильностей нижче, ніж середній, тобто такі люди не дуже прагнуть

Таблиця 2

Показники рівнів сформованості лідерських якостей в учнів за методикою Є. Жарікова та Є. Крушельницького

Рівні сформованості лідерських якостей	Кількість учнів (у % від загальної кількості опитуваних)
Виражені слабо	63
Виражені помірно	37
Виражені сильно	3
Схильність до диктату	4

Таблиця 3

Показники рівня розвитку комунікативних і організаторських схильностей за методикою В. Синявського та Б. Федоришина

Рівень розвитку схильностей	Кількість учнів (у % від загальної кількості опитуваних)	
	Комунікативні схильності	Організаторські схильності
Низький	30	68
Нижче середнього	40	13
Середній	10	3
Високий	7	3
Дуже високий	13	13

спілкування, вони почувають себе скуто в новій компанії, обмежують свої знайомства. 10% опитуваних мають середній рівень комунікативних здібностей: вони прагнуть до контактів з людьми, не обмежують коло своїх знайомств, вільно спілкуються. 7% респондентів мають високий рівень комунікативних здібностей: такі люди не губляться в новій обстановці, швидко знаходять друзів, постійно прагнуть розширити коло знайомих. 13% опитуваних мають дуже високий рівень комунікативних схильностей – такі люди відчують постійну високу потребу в комунікативній діяльності, можуть вносити пожвавлення в незнайому компанію, а також беруть участь у всіх групових заходах з великим задоволенням;

2) 68% опитуваних мають низький рівень організаторських схильностей, тобто вони не вміють впливати на людей, в них відсутнє вміння і бажання організувати спільну діяльність, колективні заходи, вони не мають прагнення до прояву ініціативи, до виконання громадської роботи. 13% опитуваних мають рівень організаторських схильностей нижче середнього: вони відчують труднощі у встановленні контактів з людьми і у виступах перед аудиторією, погано орієнтуються в незнайомій ситуації, в багатьох справах вони намагаються уникати прояву самостійних рішень та ініціативи. 3% респондентів мають середній рівень організаторських здібностей, а це означає, що вони можуть впливати на інших, організувати взаємодію, однак потенціал їхніх схильностей не відрізняється високою стійкістю. 3% опитуваних мають високий рівень організаторських схильностей – такі люди активно займаються громадською діяльністю, із задоволенням беруть участь в організації громадських заходів, здатні приймати самостійні рішення у важкій ситуації. Усе це вони роблять не за примусом, а згідно з внутрішнім прагненням. 13% опитуваних мають дуже високий рівень організаторських здібностей,

тобто невимушено поводять себе в новому колективі, це ініціативні люди, які приймають самостійні рішення у важливих справах або у складній ситуації, люблять організувати різні заходи, наполегливі в діяльності, яка їх приваблює.

Для виявлення зв'язку між показниками мотивації особистості до успіху за методикою Т. Елерса та показниками рівнів лідерських якостей за методикою Є. Жарікова та Є. Крушельницького, а також показниками комунікативних та організаторських здібностей за методикою В. Синявського та Б. Федоришина ми провели оброблення отриманих результатів методом кореляційного аналізу за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона ($p \leq 0,05$). Отримані результати подано в таблиці 4.

Таким чином, за допомогою кореляційного аналізу виявлено прямий статистично значущий зв'язок між лідерськими здібностями і мотивацією до успіху, а також між лідерськими здібностями та комунікативними і організаторськими схильностями, що підтвердило гіпотезу дослідження. Тому доцільним є розроблення тренінгової програми формування лідерських якостей у підлітків, яка б містила також і заняття, спрямовані на підвищення мотивації досягнення, розвиток комунікативних і організаторських здібностей. Програма може бути використана шкільними психологами загальноосвітніх закладів. Заняття мають передбачати вправи, ігри, завдання, спрямовані на розширення уявлень підлітків про сутність лідерства, розвиток лідерських навичок, набуття навичок планування й прогнозування власних досягнень, розвиток комунікативних та організаторських здібностей.

Висновки. Отже, лідерство є унікальним феноменом, яке охоплює всі сфери життєдіяльності. У підлітковому віці з'являється прагнення до лідерства як способу реалізації власних можливостей

Таблиця 4

Показники коефіцієнтів кореляції лідерських здібностей, мотивації до успіху та комунікативних і організаторських схильностей в учнів 7–9 класів ($p \leq 0,05$)

	Мотивація до успіху	Комунікативні схильності	Організаторські схильності
Лідерські здібності	0,44	0,48	0,42

і здатності бути активним суб'єктом суспільного життя. Лідерські якості – це риси, які забезпечують здатність виділитися в конкретній справі й приймати відповідальні рішення в значущих ситуаціях; успішно комунікувати з іншими людьми, впливати на них, організовувати спільну діяльність; прагнути до значних власних і групових результатів. У результаті проведеного емпі-

ричного дослідження виявлено статистично значущий зв'язок між лідерськими здібностями і мотивацією до успіху, а також між лідерськими здібностями та комунікативними і організаторськими схильностями, що свідчить про доцільність розроблення тренінгових програм, спрямованих на комплексний розвиток зазначених психологічних характеристик підлітків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондарчук О., Пустовалов І. Психологічні особливості орієнтації учнів підліткового віку на лідерство залежно від типу закладу загальної середньої освіти. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2020. № 4. С. 7–17.
2. Копильчак О. Психологічні особливості розвитку лідерських якостей у старших підлітків. URL: <http://surl.li/khnfo> (дата звернення: 21.08.2023).
3. Походенко С.В. Психологічні особливості мотивації лідерства у підлітків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 1998. 22 с.
4. Лугова В. М., Голубєв С. М. Основи самоменеджменту та лідерства : навч. посіб. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. 212 с.
5. Єрмак Т. М. Формування лідерських навичок учнів як соціальна й педагогічна проблема. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Вип. 21. Т. 1. С. 221–225.
6. Садохіна К.С. Психолого–педагогічні умови формування лідерських якостей підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 9. С. 439–448.
7. Туріщева Л.В. Настільна книга шкільного психолога : навч.-метод. посібник для вчителя. Харків : Вид. група «Основа»: «Триада+», 2008. 256 с.
8. Завірюха В.В. Психологічні особливості розвитку мотивації досягнень у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Том V. Вип. 18. С. 72–82.

REFERENCES:

1. Bondarchuk, O., & Pustovalov, I. (2020). Psykhologichni osoblyvosti oriientatsii uchniv pidlitkovoho viku na liderstvo zalezno vid typu zakladu zahalnoi serednoi osvity [Psychological Peculiarities of Adolescent Students' Orientation to Leadership Depending on the Type of General Secondary Education Institution]. *Orhanizatsiina psykhologhiia. Ekonomichna psykhologhiia*, 4. P. 7–17 [in Ukrainian].
2. Kopylchak, O. Psykhologichni osoblyvosti rozvytku liderskykh yakostei u starshykh pidlitkiv [Psychological features of leadership development in older adolescents]. Retrieved from: <http://surl.li/khnfo> [in Ukrainian].
3. Pokhodenko, S. V. (1998). Psykhologichni osoblyvosti motyvatsii liderstva u pidlitkiv [Psychological features of leadership motivation in adolescents]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv. 22 p. [in Ukrainian].
4. Luhova, V. M., & Holubiev, S.M. (2019). *Osnovy samomenedzhmentu ta liderstva [Basics of self-management and leadership]*. Kharkiv : KhNEU im. S. Kuznetsia. 212 p. [in Ukrainian].
5. Yermak, T. M. (2020). Formuvannia liderskykh navychok uchniv yak sotsialna y pedahohichna problema [Developing students' leadership skills as a social and pedagogical problem]. *Innovatsiina pedahohika*, 21, Vols. 1. P. 221–225 [in Ukrainian].
6. Sadokhina, K. S. (2010). Psykhologo–pedahohichni umovy formuvannia liderskykh yakostei pidlitkiv [Psychological and pedagogical conditions for the formation of leadership qualities of adolescents]. *Problemy suchasnoi psykhologhii*, 9. P. 439–448 [in Ukrainian].
7. Turishcheva, L.V. (2008). *Nastilna knyha shkilnoho psykhologa [The school psychologist's handbook]*. Kh. : Vyd. hrupa «Osnova»: «Triada+». 256 p. [in Ukrainian].
8. Zaviriukha, V. V. (2018). Psykhologichni osoblyvosti rozvytku motyvatsii dosiahnen u pidlitkovomu vitsi [Psychological features of the development of achievement motivation in adolescence]. *Aktualni problemy psykhologhii*, Vols. V, issue 18. S. 72–82 [in Ukrainian].

ВПЛИВ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ДИТИНСТВА НА ЯКІСТЬ ПРИВ'ЯЗАНOSTІ

Крижановська Зореслава Юріївна,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної та клінічної психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-5986-5725>

Бабак Костянтин Валерійович,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології та психотерапії
Рівненського державного гуманітарного університету
<https://orcid.org/0000-0002-4008-1744>

У статті наведено теоретичний аналіз проблеми виникнення травматичного досвіду як наслідку недбалого поводження з дитиною з боку матері та батька. Базовим поняттям аналізу виникнення травматичного досвіду є прив'язаність. Підкреслено, що в сучасній психологічній науці прив'язаність розглядається як основне поняття, яке описує ставлення дитини до близького дорослого, яким у ранньому онтогенезі зазвичай є мати. У статті зазначено, що феномен прив'язаності дитини до матері знаходиться в центрі уваги дослідників як чинник якості людських взаємовідносин. Водночас прив'язаність має велике значення для формування ефективної материнської поведінки, пристосування дитини до навколишнього світу, її гармонійного розвитку. При цьому прив'язаність між немовлям та дорослим, що його доглядає, не є вродженою, а має сформуватися впродовж першого року життя дитини і визначається позицією матері, її здатністю до співпереживання та емоційної підтримки. Відповідно, цей час є визначальним і детермінуючим у формуванні прив'язаності різної якості (Ainsworth), яка надалі зумовлює розвиток пізнавальних, комунікативних, емоційних можливостей дитини, які безпосередньо впливатимуть на особливості її соціальної адаптації. У статті доводиться думка про те, що дитина має велику потребу в здоровій прив'язаності до матері. Серед чинників, які сприяють формуванню надійної прив'язаності, необхідними є комфорт та системне задоволення базових потреб. Відзначено, що неналежний догляд за дитиною, неадекватні реакції на її клич, холодність із боку мами, її байдужість здатні нанести психіці дитини серйозних емоційних порушень, навіть спричинивши переживання нею травматичного досвіду. На основі аналізу сучасних досліджень з'ясовано, що травма прив'язаності перетворюється на приголомшливий досвід відчуття самотності в ситуації нестерпного емоційного стану чи усвідомлення того, що сама прив'язаність є причиною величезного дистресу. Варто врахувати, що великі проблеми батьківського піклування емпірично пов'язані з численними несприятливими психосоціальними стресовими ситуаціями, наприклад, такими, як: важкий хронічний шлюбний конфлікт, перинатальна втрата попередньої дитини, дитина з обмеженими можливостями, післяпологова депресія/психоз, батьківська психіатрична захворюваність та насильницьке середовище.

Ключові слова: прив'язаність, поведінкові патерни, якість прив'язаності, травматичний досвід, травма.

Kryzhanovska Zoreslava, Babak Konstantin. The impact of traumatic childhood experiences on the quality of attachment

This article provides a theoretical analysis of the problem of traumatic experience as a consequence of child abuse by mothers and fathers. The basic concept of the traumatic experience analysis is attachment. It is emphasised that in modern psychological science, attachment is considered as the main concept that describes the child's attitude to a close adult, which in early ontogeny is usually the mother. The article notes that the phenomenon of a child's attachment to the mother is in the focus of researchers' attention as a factor in the quality of human relation-

ships. At the same time, attachment is of great importance for the formation of efficient maternal behaviour, adaptation of the child to the world around him or her, and his or her harmonious development. At the same time, the attachment between an infant and a caring adult is not innate, but must be formed during the first year of a child's life and is determined by the mother's position, her ability to compassion and emotional support. Accordingly, this time is decisive and determinative in the formation of attachment of various qualities (Ainsworth), which further leads to the development of the child's cognitive, communicative, emotional capabilities, which will directly affect the peculiarities of his or her social adaptation. The article proves the idea that a child has a great need for a healthy attachment to the mother. Among the factors contributing to the formation of a secure attachment, comfort and systematic satisfaction of the child's basic needs are essential. It is noted that inappropriate child care, inadequate responses to a child's cry, coldness on the part of the mother, and insensitivity can cause serious emotional disturbances to the child's psyche, even leading to traumatic experiences. Based on the analysis of modern research, it has been found that attachment trauma turns into an overwhelming experience of feeling lonely in a situation of unbearable emotional state or the realisation that attachment itself is the cause of enormous distress. It is worth noting that major parenting problems are empirically linked to numerous adverse psychosocial stressors, such as severe chronic marital conflict, perinatal loss of a previous child, a child with a disability, postpartum depression/psychosis, parental psychiatric morbidity, and violent environments.

Key words: attachment, behavioural patterns, quality of attachment, traumatic experience, trauma.

Постановка проблеми. У психології прив'язаність стосується основного соціального і стосункового зв'язку, який формується між дитиною та дорослим, що її доглядає, зокрема матір'ю чи батьком. Очевидним натеper є той факт, що процес прив'язаності починається з ранніх років життя людини. Він включає багато елементів зв'язку між дитиною та матір'ю, зокрема: комфорт, фізичну прив'язаність, задоволення її базових для виживання потреб та розвиток самоставлення щодо іншої людини.

Прив'язаність як базовий адаптаційний механізм дитини виконує в її житті багато функцій і, що найголовніше, дає їй можливість рости та розвиватися. Відповідно, дитина має велику потребу в здоровій прив'язаності до матері, для формування якої необхідними є комфорт та системне задоволення її базових потреб. Навпаки, неналежний догляд за дитиною, неадекватні реакції на її клич, холодність із боку мами, її байдужість здатні нанести психіці дитини серйозних емоційних порушень, навіть спричинивши переживання нею травматичного досвіду.

Метою роботи є методологічний аналіз причин та особливостей прояву травматичного досвіду дитинства в контексті формування її прив'язаності.

Результати дослідження. У різних психологічних теоріях і школах психотерапії склалися різні погляди на струк-

туру і значення прив'язаності, а також вплив сепарації на стосунки між матір'ю та дитиною. Причому в окремих теоріях виявляються паралелізм або схожість із теорією прив'язаності, але, з іншого боку, є й принципові відмінності. Зупинимось на цьому детальніше.

Отже, відмінності між психодинамічно орієнтованими школами і теорією прив'язаності полягають у тому, що психоаналіз спирається на теорію потягів, тоді як теорія прив'язаності, навпаки, ґрунтується на теорії мотиваційних систем, з яких, на думку Джона Боулбі, особливо ретельно будується система прив'язаності.

Окрім того, психодинамічні теорії виходять із положення, що стосунки матері й дитини спочатку характеризуються недиференційованою матрицею, в якій переважають психічні процеси злиття, тобто самість і об'єкт первинно недиференційовані. У процесі подальшого розвитку дитини репрезентанти самості дитини мають інтрапсихічно виділитися із цієї матриці, аби стали можливими психічне відокремлення та індивідуалізація.

Натомість у контексті теорії прив'язаності новонароджений, навпаки, сприймає матір і себе самого як відокремлених один від одного суб'єктів [2; 3]. Таким чином, прив'язаність між немовлям і близькою людиною, яка доглядає за ним, протягом першого року життя має лише виникнути, а зовсім не існує від самого його початку

завдяки їхньому симбіозу. У перебізі цього процесу можуть формуватися різні патерни прив'язаності [4].

Будучи нормативним під час розвитку новоутворенням, прив'язаність може бути різною за змістовними характеристиками. Вона набуває у дітей якісно різного характеру залежно від цілої низки умов і насамперед від поведінки матері, тобто її чуйності, емоційного прийняття, послідовного реагування на сигнали дитини, адекватного задоволення потреб і низки інших характеристик. Як засвідчують численні дослідження, вплив прив'язаності до матері не обмежується ранніми етапами дитинства, а поширюється навіть на дорослі сфери життя. Водночас і сфера впливу прив'язаності виявляється набагато ширшою за сферу власне дитячо-батьківських стосунків.

Mary Ainsworth [5], колега Джона Боулбі, ініціювала ранній емпіричний підхід, який суттєво доповнив нову теорію розвитку. Щоб оцінити якість прив'язаності, сформованої у дітей віком від одного до двох років, Ейнсворт створила цінну психологічну систему аналізу. Заснована на її методі, система мала три критерії для створення вузлів прив'язаності: 1) пошук близькості до опікуна; 2) ефект «надійної бази»; 3) протест, коли відділяють від опікуна.

Її концепція «від'єднання та возз'єднання» стосувалась характерних дослідницьких ситуацій: мати та її дитина заходять у кімнату з великою кількістю іграшок. Наступної миті незнайома, зазвичай науковий асистент, приєднується до них. Дитина починає досліджувати своє навколишнє середовище; вона підбирає іграшки і вступає до гри. Далі дитина ініціює контакт із незнайомкою. Мати, досі присутня, сидить близько, читаючи газету, але відкрита до контакту, якщо він буде ініційований дитиною. Через деякий час мама залишає кімнату. Поведінкові та емоційні реакції дитини на відділення від матері, так само, як і на возз'єднання з нею, є ключовими в експерименті. Згідно з теорією прив'язаності діти віком від 12 до 20-ти місяців повинні вже мати розвинене відчуття безпеки та унікальної прив'язаності до матері як нормативне утворення цього етапу розвитку.

Отже, навіть недовготривала розлука на цій важливій стадії розвитку може спричинити значне емоційне страждання.

Дослідження Мері Ейнсворт показали такі особливості:

– Діти з «надійною прив'язаністю» протестують, коли залишаються самі. Вони показують сильний біль, часто плачуть, зривають свою гру і почуваються дискомфортно в присутності незнайомки. Коли матір повертається, дитина здається радісною, намагається наблизитись, швидко заспокоюється і повертається до гри.

– Діти з «уникаючою прив'язаністю» не протестують, коли мама залишає кімнату. Вони продовжують гратися й ініціювати знайомство з незнайомкою. На перший погляд, ці діти не почуваються некомфортно чи стурбовано. Вони не реагують чи не помічають повернення матері й відвертаються, якщо мама намагається наблизитись до них. Це, здавалось би, зріла поведінка, тим не менш, супроводжується значним внутрішнім стресом. Ця поведінкова стратегія пропонується для того, аби відвернути увагу дитини від ситуації з розлукою, аби уникнути будь-який кореляційний емоційний біль.

– Діти з «амбівалентною прив'язаністю» отримують величезне емоційне потрясіння, коли їх залишають самих, подібно до дітей з надійною прив'язаністю. Вони встановлюють сильний фізичний контакт, коли повертається мама. Їхня поведінка у відношенні до матері, крім того, є неоднозначною і чергується між прив'язливою та уникаючою. Їхня непропорційна прив'язаність з'являється, аби відслідкувати сильну потребу контролювати нестабільну прив'язаність до матері.

– Діти з «дизорієнтовано-дизорганізованою прив'язаністю» відчувають нестачу будь-якого незмінного патерну у відповідь на відлучення та повернення матері. Діти, які представляють цей тип прив'язаності, розгублені від розлуки з матір'ю, влаштовують істерики і є безутішними. Коли матір повертається, дитина одночасно намагається наблизитись і уникає її. Особисті поведінкові механізми, такі як байдужість, спокійність та інші психомоторні стереотипи, є очевидними.

J. Bowlby [2] інтерпретував прив'язаність як систему внутрішньої регуляції. Спочатку ця регуляторна система орієнтована на пошук маленькою дитиною захисної близькості, контакту з матір'ю. У дитячому

віці система прив'язаності різко активізується в ситуаціях небезпеки, тривоги або будь-якого дискомфорту. Контакт із матір'ю зменшує або ж знімає тривогу й дає відчуття захищеності. За такої можливості дитина стає здатною переключати свою увагу на навколишній світ і реалізовувати дослідницьку активність, що є основою її пізнавального розвитку.

Дослідження J. Bowlby та його послідовників [2; 3; 4] переконують, що прив'язаність є складною системою, яка має трикомпонентну структуру:

- когнітивні компоненти, які містять розпізнавальні ознаки у вигляді образів і уявлень, пов'язаних із матір'ю (або іншою особою, яка постійно доглядає);

- емоційні компоненти, які включають реакції та сигнали, адресовані матері, які свідчать про потреби дитини та міру їх задоволення;

- власне поведінкові реакції – плач, усмішка, наближення, слідування, чіпляння та інші.

У міру розвитку дитини та дедалі більшої її самостійності прив'язаність до матері трансформується, але не зникає із життя дитини: на місце потреби в безпосередньому фізичному контакті та близькості приходить складніша за формою та змістом, але та сама за суттю потреба в психологічній захищеності й підтримці, в довірливому спілкуванні, а також у гнучкому керівництві з боку матері. Зростає і коло осіб, до яких у дитини, а потім підлітка і дорослого, формується ставлення прив'язаності, хоча роль матері як основного суб'єкта прив'язаності зазвичай зберігається.

Варто зауважити й на тому, що не завжди взаємодія між дитиною та матір'ю характеризується здоровими формами. На жаль, частими є випадки нехтування дитячими потребами, неадекватного реагування на них чи й навіть жорстокого поводження. За таких умов дитина не лише не має можливості сформувати надійну прив'язаність з матір'ю, а здатна пережити травматичний досвід, наслідки якого можуть бути далекосяжними.

Згідно з J.G. Allen [6], травма прив'язаності перетворюється на приголомшливий досвід відчуття самотності в ситуації нестерпного емоційного стану

або, що ще гірше, усвідомлення того, що сама прив'язаність є причиною величезного дистресу. Вплив на травмувальну фігуру прив'язаності погіршує базову здатність досягти безпечної прив'язаності взагалі. Це призводить до формування сподівання, що у всіх стосунках панує недовіра.

P. Fonagy та його колеги [7] відносять травму до складної ситуації: травма прив'язаності дуже часто є накопичувальною, нерідко тривалою. Це викликає руйнівний емоційний стрес і підриває здатність ефективно регулювати цей стрес. І це зазвичай несумісно з розвитком зрілої менталізації.

Травма прив'язаності може виникнути у формі базового міжособистісного занедбання (*травма бездіяльності*) або у формі фізичного, психічного чи сексуального насильства (*травма при вчиненні*). У багатьох випадках обидва види травм поєднуються. Травма прив'язаності часто призводить до дезорієнтованої-дезорганізованої прив'язаності. Неорганізована модель прив'язаності у свою чергу збільшує ризик подальших зловживань та зневаги.

Однак травми прив'язаності не відбуваються в порожньому суспільному контексті. Великі проблеми батьківського піклування емпірично пов'язані з численними несприятливими психосоціальними стресовими ситуаціями, наприклад такими, як: важкий хронічний шлюбний конфлікт, перинатальна втрата попередньої дитини, дитина з обмеженими можливостями, післяпологова депресія/психоз, батьківська психіатрична захворюваність та насильницьке середовище.

Травма прив'язаності змушує дитину вступати в дилему розвитку без виходу, постійний «жах без вирішення». Травматична тривога, страх чи паніка пов'язані з наявністю центральної фігури прив'язаності. Однак ця ситуація неминуче активізує природну «систему прив'язаності» і дає мотивацію знайти передбачувану безпеку в людині шляхом інтенсивного пошуку близькості, що може ще більше посилити емоційний стрес. Цей нерозривний парадокс розвитку полягає в максимальній активації наближення тенденції до травмувальної фігури прив'язаності з одночасною активацією

системи втечі в разі неможливості досягти послідовного поведінкового управління.

Аналіз результатів дослідження.

Загалом можна зробити висновок, що травми прив'язаності не лише опосередковують руйнівні наслідки через специфічний травматичний вплив, вони завдають ще більш глибоких психологічних ран, несумісно зустрічаючись із набуттям здатності довірливих відносин у собі та з можливістю необмеженого та автономного «Я»-розвитку.

Ці антагоністичні поведінкові бажання, які постійно визначають дезорієнтовано-дезорганізовану прив'язаність дитини, можуть стати очевидними в парадигмі психологічного спостереження розвитку «розставання та возз'єднання». Повна відсутність у дитини поведінкового плану для послідовного та ефективного вирішення типових емоційних викликів у цій експериментальній ситуації може відповідати неконтрольованому чергуванню між ворожою настирливістю та безпорадним відступом у конкретній взаємодії з боку матері, коли травматичні переживання передусім пов'язані з нею. Знову ж таки, в інших соціальних взаємодіях з фігурою прив'язаності дитина сама може активно повторювати несумісну поведінку батьківського піклування у відчайдушній спробі відновити емоційний контроль над реальною ситуацією в стосунках. Дитина намагається розв'язати свою дилему щодо близькості та дистанції у відносинах з прив'язаною людиною, чергуючи між поведінкою, яка контролює-карає та контролює-дбає.

Встановлені невпевнені моделі прив'язаності емпірично пов'язані з більш високим рівнем травматичних подій та подальшими наслідками травм. Для дезорієнтовано-дезорганізованих моделей прив'язаності ця підвищена вразливість до травматизму стосується передусім інших контекстів прив'язаності. Вони погіршують пов'язані з розвитком дефіцити менталізації, як зазначено вище, для ненадійних моделей прив'язаності.

Подальша травма має катастрофічний вплив на афективний та соціально-когнітивний розвиток дитини. Сексуальні або агресивні прояви жорстокого поводження з боку батьків особливо руйнівні, якщо

вони ґрунтуються на попередньому контексті відносин емоційного нехтування. Травматичні переживання часто доленосно стабілізують існуючу дифузю ідентичності через структурування емоційного життя шляхом розщеплення або роз'єднання. Вони можуть сприяти «ідентифікації з агресором» і, як наслідок, можуть створювати внутрішньопсихічні реляційні уявлення про «злочинців та жертв» у швидких змінах. Це не просто означає підвищений ризик повторної травматизації. Це також сприяє зворотній тенденції до зовнішньої віктимізації. Однак ця домінуюча модель поведінки базується на масовому перешкодженні загальним функціям менталізації. Через величезні руйнівні наслідки в самій травмі часто неможливо правильно записати подію між злочинцем та жертвою в сенсі ідентифікованого відношення об'єкт-суб'єкт, яке можна представити таким чином. Швидше, травма закодована як стан руйнівного афекту «адуалістичної монади». Результатом може стати злоякісна інтроекція, яка постійно тисне на екстерналізацію в конкретних відносинах. Внаслідок дисоціації, пов'язаної з травмою, її не можна ні саморефлекторно оцінити, ні самостійно змінити. Хоча в потенційних злочинців переважає надмірність до емоційної міміки, існує також фундаментальне гальмування або відмова співпереживати чи взагалі визнавати психічний стан злочинців. В умовах диссоціативного зміненого стану свідомості різні аспекти ризикованої ситуації часто не можна помітити.

Таким чином, часто трапляється, що зовнішнє сприйняття, пов'язане з об'єктами, та блоковане саморефлективне внутрішнє ставлення можуть виражати дистанціювання щодо потенційного злочинця, тоді як на несвідомому або роз'єданому рівні фізичного сигналу пошук близькості, притаманний прив'язаності, може бути ефективним. Ця суперечлива поведінка підсилює вже сформовану, дезорієнтовано-дезорганізовану модель прив'язаності та зберігає сильний ризик подальшої травматизації.

Висновки. Описані вище різні типи прив'язаності відображають історію стосунків матері й дитині впродовж раннього дитинства та з високою точністю передбачають майбутні стосунки. Проведені

дослідження свідчать про те, що більшість дітей, які виростили в позитивних внутрішніх та зовнішніх (соціальних) обставинах, формують стабільну надійну прив'язаність, яка зберігається впродовж життя.

Загалом, імовірність розвитку надійної прив'язаності зростає, якщо батьки постійно задовольняють потреби дитини з особливим підходом. Надійна прив'язаність –

ключовий чинник для розвитку емоційної, когнітивної та міжособистісної компетентності дитини. З іншого боку, ризик отримати травму в ранньому дитинстві значно обмежує можливість формування надійної прив'язаності. Попри досвід таких травм, як ігнорування та агресивна поведінка, всі діти продовжують шукати близькості й розвивають інші патерни прив'язаності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Крижановська З., Бабак К. Емоційна прив'язаність дитини до матері як предиктор її соціальної адаптації до шкільного життя. *Психологічні перспективи*. Луцьк, 2021. Вип. 38. С. 138–150. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20191/3/PP_38_2021-138-149.pdf
2. Bowlby J. Maternal care and mental health. In: *The master work series*, 2nd ed. Jason Aronson: Northvale, NJ, London (1950), 1995.
3. Bowlby J. A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York : Basic Books. 1988. doi: 10.1038/embor.2012.191
4. Ainsworth M. Mary D. Salter Amsworth // O'Connell A., Russo N. (eds). *Models of achievement reflections of eminent women in psychology*. N Y., 1983. P. 200–219.
5. Ainsworth M. Attachments beyond infancy. *Am Psychol*. 1989. 44:709–6.
6. Allen J.G. *Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma*. London : Karnac Books. 2013.
7. *Affect regulation, mentalization and the development of the self* / P. Fonagy et al. New York: Other Press. 2002.
8. Winnicott D.W. Primary maternal preoccupation. In: Mariotti P, editors. *The maternal lineage: Identification, desire, and transgenerational issues*. New York, NY: Routledge/Taylor and Francis Group, 1956. P. 59–61.
9. Winnicott D.W. The theory of the parent-infant relationship. *Int J Psycho-Analysis*. 1960. 41:585.
10. Stern D.N. *The interpersonal world of the infant. A view from psychoanalysis and developmental psychology*. New York : Basic Books, 1985.
11. Maternal oxytocin response predicts mother-to-infant gaze / S. Kim et al. *Brain Res*. (2014a) 1580:133–2.

REFERENCES:

1. Kryzhanovska, Z., & Babar, K. (2021). Emotsiina pryv'iazanist dytyny do materi yak predyktor yii sotsialnoi adaptatsii do shkilnoho zhyttia [Emotional attachment of a child to a mother as a predictor of his/her social adaptation to school life]. *Psychological perspectives*, 38. Lutsk P.138 – 150. Retrieved from https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20191/3/PP_38_2021-138-149.pdf [in Ukrainian]
2. Bowlby, J. (1950). Maternal care and mental health. In: *The master work series*, 2nd ed. Jason Aronson: Northvale, NJ, London (1950). 1995.
3. Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books. doi: 10.1038/embor.2012.191
4. Ainsworth, M., Mary, D., Salter Amsworth // O'Connell A., Russo N. (eds). *Models of achievement reflections of eminent women in psychology*. N Y., 1983. P. 200-219.
5. Ainsworth, M. (1989). Attachments beyond infancy. *Am Psychol*. 44:709–6. doi: 10.1037//0003-066X.44.4.709
6. Allen, J.G. (2013). *Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma*. London: Karnac Books.
7. Fonagy, P, Gergely, G, Jurist, E, & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. New York: Other Press. . doi: 10.1186/2051-6673-1-9

8. Winnicott, D. W. (1956). Primary maternal preoccupation. In: Mariotti P, editors. *The maternal lineage: Identification, desire, and transgenerational issues*. New York, NY : Routledge/Taylor and Francis Group. p. 59–6.
9. Winnicott, D. W. (1960). The theory of the parent-infant relationship. *Int J Psycho-Analysis*. 41:585. doi: 10.1002/cpp1828
10. Stern D. N. (1985). *The interpersonal world of the infant. A view from psychoanalysis and developmental psychology*. New York: Basic Books. 1985.
11. Kim S, Fonagy P, Koose O, Dorsett K, Strathearn L. (2014). Maternal oxytocin response predicts mother-to-infant gaze. *Brain Res* 1580:133–2. doi: 10.1080/17470919.2014.896287

УДК 159.923:316.752-057.36

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.12>

СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Кротюк Катерина Андріївна,

аспірант, асистент кафедри соціальної та практичної психології
Житомирського державного університету імені Івана Франка
<https://orcid.org/0000-0003-3237-6494>

У статті теоретично обґрунтовується актуальність та доцільність наукової роботи з проблематики розвитку ціннісно-смыслової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій. Наводяться теоретичні доробки зарубіжних та українських дослідників у напрямі розвитку ціннісно-смыслової сфери, пояснення механізмів її формування. Ціннісно-смыслова сфера є динамічною системою цінностей та смислів, які мають певну структурованість та спрямованість, залежно від особистісних прагнень, переконань та життєвих змін. Ціннісно-смыслова проблематика особистості особливо загострюється в періоди суспільних змін, війн, глобальних криз та соціальної нестабільності, коли саме суспільство переоцінює та трансформує попередній ціннісний і смисловий досвід. Кризові ситуації, пов'язані із захистом територіальної цілісності та суверенітету нашої держави, впливають на психологічний стан, особистісні характеристики, прийняття та переосмислення травматичного досвіду, напряму життєвого руху. З урахуванням специфіки професійної діяльності військовослужбовців – учасників бойових дій, особливостей військового колективу як окремої соціально-професійної групи в статті описано три групи ціннісних та смислових орієнтацій: загальнолюдські, професійні та особистісні. Це пояснюється тим, що особистість динамічно розвивається протягом усього життя, проходить численні етапи соціальних і психологічних трансформацій, змінює соціальне середовище, місце і власні ролі в ньому. Виділено стратегії поведінки та адаптації військовослужбовців до бойових дій (конструктивна, ситуативно-адаптивна, деструктивна) і, відповідно, пов'язано їх з етапами динаміки розвитку ціннісно-смыслової сфери в період професійної діяльності. Адже кожен етап адаптації є кризовим, оскільки тут відбуваються критичні ціннісно-смыслові трансформації. Унаслідок участі в бойових діях та залежно від вибраної стратегії поведінки у військовослужбовців відбувається ціннісно-смыслова реструктуризація особистості, яка є обов'язковим етапом особистісного розвитку, «поштовхом» до подальшого руху та визначенням майбутніх перспектив.

Ключові слова: військовослужбовці – учасники бойових дій, ціннісно-смыслова сфера, загальнолюдські цінності, професійні цінності, особистісні цінності, смисли.

Krotiuk Kateryna. Structural model of the value and meaningful sphere of the military personnel participating in combat actions

The article theoretically substantiates the relevance and expediency of scientific work on the development of the value-meaning sphere of military personnel participating in combat operations. Theoretical developments of foreign and ukrainian researchers in the direction of the development of the value-meaning sphere, explanations of the mechanisms of its formation are given. The value-meaning sphere is a dynamic system of values and meanings that have a certain structure and direction, depending on personal aspirations, beliefs and life changes. Value-meaning problems of the individual become especially acute in periods of social changes, wars, global crises and social instability, when society itself reevaluates and transforms previous value and meaning experience. Crisis situations related to the protection of the territorial integrity and sovereignty of our state affect the psychological state, personal characteristics, acceptance and reinterpretation of the traumatic experience, the direction of life. Taking into account the specifics of the professional activity of military personnel participating in hostilities, the specifics of the military team as a separate socio-professional group, the article describes three groups of value and meaning orientations: universal, professional, and personal. This is explained by the fact that a person develops dynamically throughout his life, goes through numerous stages of social and psychological transformations, changes the social environment, place and own roles in it. The strategies of behavior and adaptation of military personnel to

combat operations (constructive, situational-adaptive, destructive) are highlighted and accordingly, they are related to the stages of the dynamics of the development of the value-meaning sphere during the period of professional activity. After all, each stage of adaptation is a crisis, since critical value-meaning transformations take place here. As a result of participation in hostilities and depending on the chosen strategy of behavior, servicemen undergo a value-meaning restructuring of the personality, which is a mandatory stage of personal development, an "impulse" for further movement and determination of future prospects.

Key words: *military personnel participating in hostilities, value-meaning sphere, universal human values, professional values, personal values, meanings.*

Постановка проблеми. Проблема вивчення ціннісно-сислової сфери стає все більш актуальною. Вплив ціннісно-сислової сфери на вектор та зміст соціальної активності формує бачення особистості місця і ролі в навколишньому світі, окреслює поведінку, надає сенс діяльності та всьому існуванню людини. Дослідження окремих складників ціннісно-сислової сфери, цінностей і смислів простежується в багатьох дослідженнях закордонних (А. Маслоу, В. Франкл, Е. Фромм, І. Ялом) та українських дослідників (О. Музика, Л. Романюк, Т. Титаренко). Вивченням різних аспектів поєднання та взаємозв'язку таких складників в їх цілісній структурі повною мірою відображено в наукових працях українських дослідників З. Карпенко, В. Кириченка, О. Москаленко, Г. Чайки. Узагальнивши їхні праці, можна зазначити, що ціннісно-сислова сфера є динамічною системою цінностей та смислів, які мають певну структурованість та спрямованість залежно від особистісних прагнень, переконань та життєвих змін.

Ціннісно-сислова проблематика особистості особливо загострюється в періоди суспільних змін, війн, глобальних криз та соціальної нестабільності, коли саме суспільство переоцінює і трансформує попередній ціннісний і смисловий досвід. У таких випадках особистість часто приводить себе до таких більш глобальних, загальнолюдських цінностей, як мир, свобода, любов, цінність природи. Тобто проблема загального благополуччя та стабільності настільки загострюється, що людина змушена тимчасово знецінювати попередньо набуті особистісні цінності і смисли, мобілізувати власні фізіологічні та психологічні сили на суспільне благо і порядок.

Кризові ситуації, пов'язані із захистом територіальної цілісності та суверенітету нашої держави, впливають на психологічний стан, особистісні характеристики,

прийняття та переосмислення травматичного досвіду, напряму життєвого руху. Вплив участі в бойових діях на ціннісно-сислову сферу військовослужбовців простежується в дослідженнях Е. Афоніна, О. Колесніченка, О. Максима, Т. Титаренко та інших українських дослідників. Зокрема, П. Лісовський [1] вважає, що всі люди мають однаковий набір цінностей, який внаслідок життєвого досвіду та зміни життєвих орієнтирів може змінювати структуру та ієрархізацію набутих цінностей і смислів. На думку З. Кісарчук, Г. Лазос та Я. Омельченко [3], участь у бойових діях безумовно впливає на ціннісно-сислові орієнтації та може призвести до повного знецінення життя у військовослужбовців.

Пошук та аналіз психологічних наукових праць із проблематики ціннісно-сислової сфери, зокрема військовослужбовців – учасників бойових дій, дає нам змогу простежити особливості формування, зміни, розвитку, взаємозв'язку цінностей і смислів особистості. Проте недостатня кількість емпіричних досліджень та наукових доробків з приводу саме динаміки ціннісно-сислової сфери військовослужбовців унаслідок участі в бойових діях мотивує нас до проведення даного дослідження.

Метою роботи є аналіз теоретичних підходів та визначення типологічних особливостей цінностей і смислів військовослужбовців-учасників бойових дій; розроблення структурної моделі розвитку ціннісно-сислової сфери військовослужбовців унаслідок участі в бойових діях.

Результати дослідження. На нашу думку, ціннісно-сислова сфера – це складна, багаторівнева структура особистості, що містить ціннісні та смислові орієнтації, які у взаємодетермінованому зв'язку впливають на поведінку та життєдіяльність людини, надають вектор руху до саморозвитку і самовдосконалення. Ціннісні та смислові орієнтації мають своєрідну типо-

логію та ієрархізацію в загальному розподілі складників ціннісно-сислової сфери. Одними з найбільш обґрунтованих типологій цінностей можна назвати дослідження М. Рокіча [4] та О. Музики [2].

М. Рокіч [4] аналізує цінності, характеризуючи їх за певними ознаками: загальна кількість цінностей, яка досягається людиною, є порівняно невеликою; всі люди володіють одними й тими ж цінностями, проте в різних ступенях їх вираження; цінності є систематизованими; вплив цінностей простежується практично у всіх соціальних феноменах. М. Рокіч [4] вважає, що термінальні цінності мають більш стійкий прояв, ніж інструментальні. Водночас інструментальні цінності мають більш глибокий характер та охоплюють ті особистісні характеристики людини, які б дали змогу досягнути певного саморозвитку.

О. Музика [2], досліджуючи цю проблему, вказує на значимості особистісних суб'єктних цінностей у формуванні ціннісної свідомості. До їх складу належать моральнісні (соціально-етичні стандарти) та діяльнісні (можливості та вміння людини) цінності. Моральнісні цінності визначають соціальні та етичні норми розвитку особистості, а діяльнісні – характерні особистісні вміння та здібності. Поєднання окремих моральнісних та діяльнісних цінностей формує специфічну групу суб'єктних цінностей, які сприяють самоактуалізації та самоідентифікації особистості в соціальному просторі, зумовлюють глибоку рефлексію власних умінь задля подальшого саморозвитку.

Як наслідок, ми бачимо, що складно поєднувати ціннісні та смислові конструкти за однією характеристикою чи типологією. Сучасне суспільство, тим паче виклики військової діяльності, змушують особистість до певного розгалуження, структуровання ціннісних і смислових орієнтацій. Враховуючи специфіку професійної діяльності військовослужбовців – учасників бойових дій, особливостей військового колективу як окремої соціально-професійної групи, ми виділяємо 3 групи ціннісних та смислових орієнтацій (рис. 1):

– загальнолюдські – відображають цінності та смисли суспільства на основі розвитку культурно-історичних і суспільних умов, що передаються в процесі вихо-

вання та навчання. Осмислюються внаслідок постійного і циклічного зовнішнього впливу: родини, виховання, закладів освіти, ЗМІ, культурно-історичного розвитку, суспільно-політичного устрою. Проходячи кожен етап соціальної взаємодії, особистість опановує нові шаблони поведінки, загальноприйняті норми і правила, необхідні для нормальної комунікації та взаємодії з оточенням (здоров'я, щастя, кохання, доброта, повага до батьків, істина, толерантність до оточуючих, цінність життя, справедливість, дружба, краса тощо);

– професійні (військові) – ціннісно-сміслові орієнтації, які базуються на відображенні вимог професійного середовища та виступають значущими для визначення себе як фахівця. Такі ціннісно-сміслові орієнтації є еталоном поведінки для подальшого професійного самовдосконалення та обов'язковою вимогою для включення особистості в колектив. У нашому випадку, оскільки військовий колектив є закритою професійною групою, військовослужбовці повинні приймати вимоги Статуту Збройних сил України, нормативних документів, військових традицій для активного включення себе у військовий колектив та діяльність загалом (обов'язок перед державою, захист територіальної цілісності та суверенітету країни, колективізм, жертвність, альтруїзм, героїзм, честь і гідність, взаємодопомога, захист, кар'єра тощо);

– особистісні (особистісно значущі) – значущі ціннісно-сміслові утворення особистості, які осмислюються внаслідок саморефлексії життєвого досвіду та переконань, визначенні майбутніх перспектив та конструктивних стратегій поведінки. Вони формуються на основі поведінки, життєвого досвіду, соціалізації та комунікації, індивідуальної діяльності, кризових змін та стресових ситуацій. Кожен компонент особистісних цінностей є глибоко осмисленим та значущим, виконує своєрідну роль у життєвій підтримці та розвитку. Особистісні цінності є системою «ідеальних моделей» належного ставлення та поведінки для досягнення власних цілей (саморозвиток, самоосвіта, матеріальна забезпеченість, емпатія, потреба в повазі тощо).



Рис. 1. Структура ціннісно-сислової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій

На нашу думку, типологія ціннісних і смислових орієнтацій може мати специфічну структурованість загальнолюдських, професійних і особистісних цінностей. Це пояснюємо тим, що особистість динамічно розвивається протягом життя, проходить численні етапи соціальних і психологічних трансформацій, змінює соціальне середовище, місце і власні ролі в ньому.

У результаті теоретичного вивчення проблем ціннісно-сислової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій ми бачимо недостатнє вивчення особливостей розвитку їхніх цінностей та смислів, проблеми втрати осмисленості та значущості ціннісно-сислових конструктів, а також ціннісно-сислові зміни внаслідок участі в бойових діях. Тому з метою подальшого емпіричного дослідження розвитку ціннісно-сислової сфери військовослужбовців-учасників бойових дій ми пропонуємо власно розроблену структурну модель цієї проблематики (рис. 2).

Зважаючи на методологічні основи М. Рокича [4] та О. Музики [2], ми виділяємо стратегії поведінки та адаптації військовослужбовців до бойових дій і, відповідно, пов'язуємо їх з етапами динаміки розвитку ціннісно-сислової сфери в період професійної діяльності. Це пояснюється тим, що кожен етап адаптації є кризовим, оскільки тут відбуваються критичні ціннісно-сислові трансформації.

Аналіз результатів дослідження. Розгляд власно розробленої структурної моделі ціннісно-сислової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій ми

починаємо з виділення етапів їхньої професійної діяльності: етап цивільного життя; етап підготовки до бойових дій; етап безпосередньої участі в бойових діях; етап декомпресії та стабілізації ціннісно-сислового простору. Кожен із них відображає професійний розвиток військовослужбовців – учасників бойових дій, безперервне виконання наказів, слідування за новими вимогами та ускладнення службової діяльності, пов'язаної з прибуттям до зони бойових дій.

Професійна діяльність військовослужбовців – учасників бойових дій передбачає певний розвиток, який пов'язаний зі стратегіями їх поведінки, до яких входять: конструктивна, ситуативно-адаптивна та деструктивна. Такі стратегії поведінки є способом адаптації особистості до нового досвіду.

Конструктивна стратегія поведінки військовослужбовців-учасників бойових дій передбачає вектор їх розвитку на вдосконалення професійних навичок, прагнення до оволодіння нових знань та вмінь, особистісний розвиток та самоосвіту. На *етапі цивільного життя* особистість засвоює, аналізує та систематизує загальнолюдські цінності, осмислює та надає значущості особистісним ціннісно-сисловим конструктам, які виступають регулятором поведінки. Професійні цінності мають значущість лише у випадку включеності особистості в таку діяльність. *Етап підготовки до бойових дій* передбачає входження особистості до лав Збройних сил України, приналежність до певного роду військ, включеність до колективу

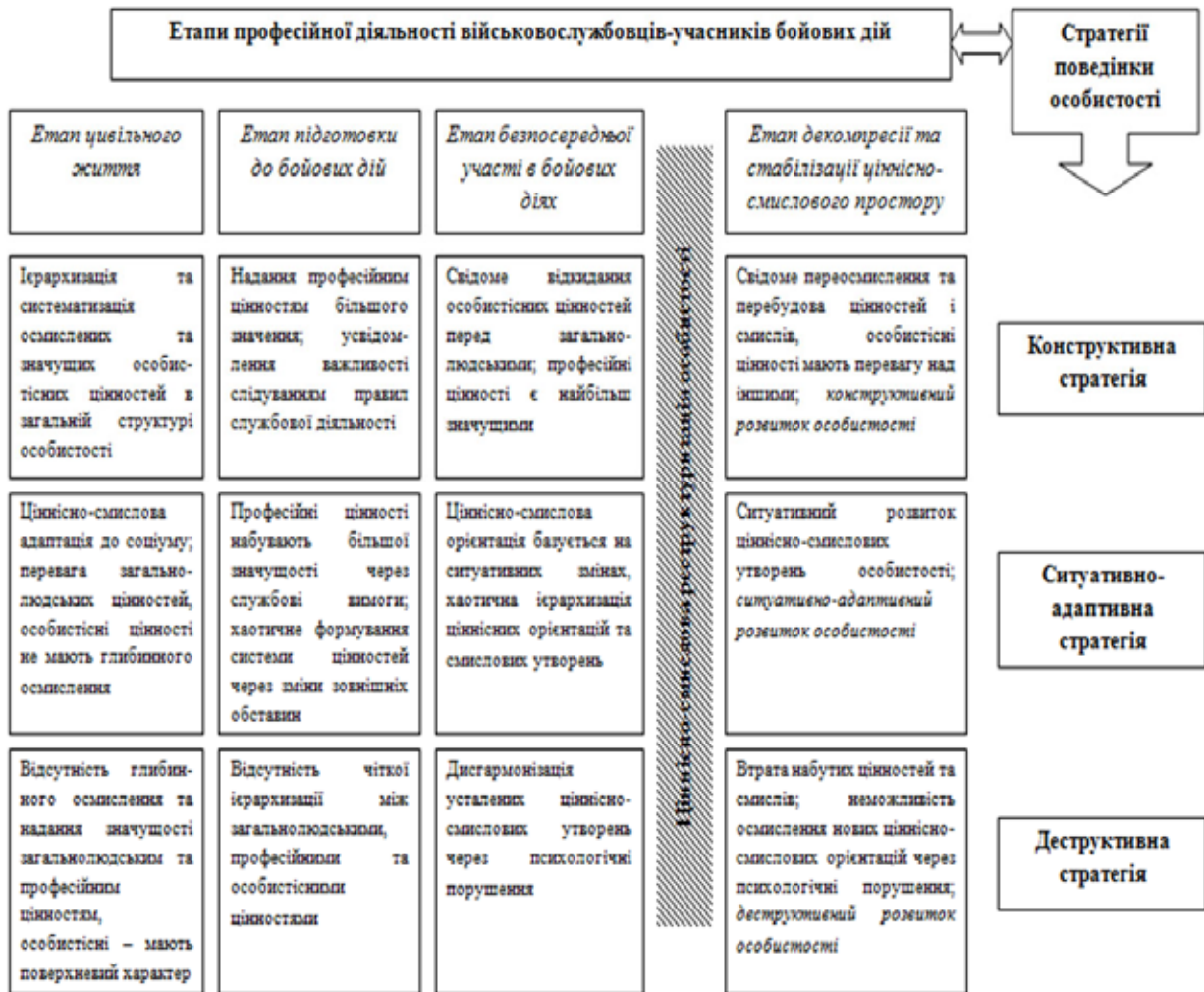


Рис. 2. Структурна модель розвитку ціннісно-смишової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій

військової частини та окремого підрозділу, бойове злагодження та професійну підготовку. Оскільки професійна діяльність військовослужбовців передбачає цілодобове виконання наказів і завдань, то професійні цінності займають переважну значущість. Система ціннісно-смишових конструктів військовослужбовців кардинально перебудовується під військові вимоги та правила. Особистісні цінності та смисли все ще мають важливе значення та виступають мотиватором до успішного виконання діяльності й адаптації. На *етапі безпосередньої участі в бойових діях* військовослужбовці надають більшої значущості професійним ціннісно-смишовим конструктам, адже несення бойової служби та протидія ворогу є панівною діяльністю. Екстремальні події війни, численні кризові ситуації, зміна звичного середовища зму-

шують особистість до відкидання особистісних цінностей і потреб на благо інших, їх захисту, боротьбу за мир і справедливість у суспільстві, іноді ціною самопожертви. Фундаментом взаємовідносин у Збройних силах України на рівні загальнолюдських цінностей є постійне реагування на гостру зміну військової обстановки з метою адаптації до зовнішньоситуативних чинників.

Перебуваючи в таких кризових ситуаціях, військовослужбовці – учасники бойових дій переживають стрес і зазнають психологічних змін, які мають відбиток у ціннісно-смишовій свідомості. Надалі відбувається переосмислення ціннісно-смишових конструктів та *ціннісно-смишлова реструктуризація особистості*, де військовослужбовці-учасники бойових дій починають переосмислювати власне життя, разом із тим змінюють власну значущість

до попередньо набутих цінностей та смислів. Ціннісно-сміслова реструктуризація військовослужбовців – учасників бойових дій є обов'язковим етапом розвитку його як особистості, «поштовхом» до подальшого руху та визначення майбутніх перспектив.

Після виходу із зони бойових дій у пункти постійної дислокації у військовослужбовців передбачений *етап декомпресії*, який включає стабілізацію ціннісно-сміслового простору. У результаті ціннісно-сміслового переосмислення відбувається перебудова ціннісно-сміслових конструктів, набувають значущості особистісні цінності, осмислюється лише та діяльність, яка спрямована на особистісний розвиток. Оскільки майбутні ротації до зони бойових дій є надалі заплановані, у військовослужбовців не зникають професійні ціннісно-сміслові конструкти. Останні набувають нового значення, формуються в сталу систему професійних цінностей і смислів на основі отриманого бойового досвіду. Загальнолюдські цінності мають більшу спрямованість на добро і безпеку, тобто на ті цінності й смисли, які позначають суспільну стабільність. Така стратегія поведінки передбачає конструктивний розвиток особистості військовослужбовців – учасників бойових дій із подальшим самовдосконаленням, саморозвитком, мотивацією досягнення успіху та бажанням до самоосвіти, часто не пов'язаною з військовою діяльністю.

Ситуативно-адаптивна стратегія поведінки та активності військовослужбовців – учасників бойових дій пояснює здатність пристосовуватись до будь-яких життєвих і соціальних змін. За такої стратегії поведінка та діяльність мають сенс і зміст, проте їх осмислення має поверхневий характер. На *етапі цивільного життя* особистість адаптується до соціуму, засвоює загальнолюдські цінності, проте їх значущість мало відображається в особистісних цінностях. Всі ціннісно-сміслові конструкти мають змістовне відображення в ціннісно-смісловій системі, особистість вибирає лише, якими оперуватися в разі зміни життєвих обставин. Оскільки *етап підготовки до бойових дій* є життєвою кризою, професійні цінності набувають більшої значущості через службові вимоги. Військовослужбовці, включені в таку

діяльність, приймають лише ті цінності та смисли, які усталені в бойовому підрозділі. Загальнолюдські, особистісні цінності та смисли формуються хаотично й непослідовно через різку зміну та адаптацію до нових життєвих умов. Через високу адаптивність зміст та характер формування ціннісно-сміслових конструктів мало змінюється на *етапі безпосередньої участі в бойових діях*. Військовослужбовці – учасники бойових дій, переживаючи стресові реакції в бою, починають глибше осмислювати власну діяльність, її роль у військових операціях, професійні цінності мають найбільшу значущість. Наповнення особистісних цінностей та ієрархизованість загальнолюдських цінностей може залежати від особистих переконань, думок, саморефлексії та впливу референтних осіб.

За такої стратегії поведінки *ціннісно-сміслова реструктуризація особистості* обов'язково має вплив на структуру та ієрархію ціннісно-сміслових конструктів. Військовослужбовці – учасники бойових дій можуть і надалі притримуватись ситуативно-адаптивної стратегії поведінки, але зміна значущості цінностей і осмисленості власних дій обов'язково відбудеться. Ціннісно-сміслові новоутворення формуватимуться залежно від життєвих ситуацій, особистісних переконань і думок, подальших кризових ситуацій. Тобто на етапі декомпресії та стабілізації ціннісно-сміслового простору відзначатиметься подальший ситуативно-адаптивний розвиток особистості.

Деструктивна стратегія поведінки військовослужбовців – учасників бойових дій вказує на низьку пристосованість та подальшу дезадаптивність особистостей до нових умов. Деструкції можуть проявлятися не лише у військовій діяльності, вони охоплюють всі життєві моменти, суттєво ускладнюючи всі особистісні трансформації.

Особистість на *етапі цивільного життя* мало осмислює загальнолюдські цінності та приймає лише ті, які мають сильну значущість в її найближчому оточенні. Відповідно, в разі включеності в професійний колектив особистість не надає великого значення професійним цінностям, діяльність є мало осмислена і спрямована лише

на виконання завдань та отримання матеріальної вигоди. Особистісні цінності та смисли мають поверхневий характер і не впливають суттєво на вектор і перспективи розвитку. За деструктивної стратегії поведінки *етап підготовки до бойових дій* часто не має глибинного осмислення, військовослужбовці можуть не розуміти суть і важливість військової діяльності, майбутні виклики та загрози. Відповідно, у військовослужбовців простежується відсутність чіткої ієрархізації та систематизації загальнолюдських, професійних і особистісних цінностей через низьку осмисленість життєвих змін. *Етап безпосередньої участі в бойових діях* має чи не найбільш кризовий характер у житті військовослужбовця. Унаслідок низької адаптації, професійної та психологічної неготовності можуть виникати різні психологічні порушення.

Наслідком впливу бойового стресу на ціннісно-сміслові конструкти є *ціннісно-сміслова реструктуризація* військовослужбовців – учасників бойових дій. Гостро переживаючи ціннісно-сміслову кризу, військовослужбовці повністю втрачають психологічну рівновагу, всіляко намагаються уникати бойових завдань та наказів, простежується свідоме ухилення від службових обов'язків.

Вихід з бойових дій до пунктів постійної дислокації продовжує травматичну дію на психологічний стан військовослужбовців – учасників бойових дій через труднощі адаптації вже до мирного життя. Тобто на етапі декомпресії та стабілізації ціннісно-

сміслового простору простежується втрата всіх набутих ціннісно-сміслових конструктів, відзначаються труднощі осмислення нових цінностей і смислів через неможливість усвідомлення себе в даних життєвих подіях, діагностуються психологічні порушення та формується подальший деструктивний розвиток особистості. Дана ситуація особистісного розвитку військовослужбовців – учасників бойових дій обов'язково вимагає детальної психодіагностичної та психокорекційної роботи.

Висновки. У результаті теоретичного аналізу та формування структурної моделі розвитку ціннісно-сміслової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій ми стверджуємо, що під впливом бойових умов система особистісних цінностей і смислів обов'язково змінюється та реструктуризується. Змістове наповнення, ієрархізація ціннісних та смислових орієнтацій формується і поступово розвивається впродовж усього життя людини, проте участь у бойових діях має чи не найбільший вплив на їх динаміку. Залежно від особистісних характеристик попереднього досвіду та стратегій адаптації військовослужбовець – учасник бойових дій може здійснити конструктивний стрибкоподібний розвиток, мати ситуативно-адаптивну поведінку або деструктивний напрям життєдіяльності.

Перспективи подальшого дослідження вбачаються в емпіричному дослідженні даних аспектів розвитку ціннісно-сміслової сфери військовослужбовців – учасників бойових дій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Лісовський П. М. Військова психологія: методологічний аналіз : навчальний посібник. Київ : Кондор-Видавництво, 2017. 290 с.
2. Музика О. Л. Ціннісна підтримка особистісного розвитку як теоретична та прикладна проблема. У 12 томах. *Збірник наукових праць інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України «Актуальні проблеми психології»* / за ред. В. О. Моляко. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. Т. 12. Вип. 8. С. 177–188.
3. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : метод. посіб. / З. Г. Кісарчук та ін. Київ : ТОВ Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
4. Rokeach M. Understanding Human Values: Individual and Societal. New York : The Free Press, 1979. 322 p.

REFERENCES:

1. Lisovskyi, P. M. (2017). Viiskova psykhologhiia: metodolohichniy analiz [Military psychology: methodological analysis] : navchalnyi posibnyk. Kyiv: Kondor-Vydavnytstvo, 290 p. [in Ukrainian]
2. Muzyka, O.L. (2009). Tsinnisna pidtrymka osobystisnoho rozvytku yak teoretychna ta prykladna problema [Valuable support of personal development as a theoretical and applied

problem]. *Zbirnyk naukovykh prats instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy «Aktualni problemy psykholohii» u 12 tomakh – Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after H. S. Kostyuk of the Academy of Sciences of Ukraine «Actual problems of psychology» in 12 volumes. T. 12(8), 177–188. [in Ukrainian]*

3. Kisarchuk, Z. H. (2015). *Psykholohichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podii [Psychological assistance to victims of crisis-traumatic events]: metod. posib. Kyiv : TOV Vydavnytstvo «Lohos», 207 p. [in Ukrainian]*

4. Rokeach, M. (1979). *Understanding Human Values: Individual and Societal. New York : The Free Press, 1979. 322 p.*

УДК 316.6:316.362:[17.023.34

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.13>

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ПОДРУЖНІМИ ВЗАЄМИНАМИ В МОЛОДІЙ СІМ'Ї

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>
<https://www.researchgate.net/profile/Liudmyla-Mahdysiuk>

Федоренко Раїса Петрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-7905-6474>

Шкарлатюк Катерина Іванівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0003-0855-5003>
<https://www.researchgate.net/profile/Kateryna-Shkarlatiuk/stats>

У статті описано, що сучасне українське суспільство характеризується перебудовою сімейних, моральних, світоглядних цінностей, що поряд із нестійким політичним та економічним становищем негативно впливає на життєдіяльність інституту сім'ї в нашій країні. Тому гостро постає необхідність та актуальність пошуків шляхів стабілізації молоді сім'ї. Передумовою створення міцної і стабільної сім'ї є адекватний шлюбний вибір. Та в перехідний етап розвитку нашого суспільства, коли відмирають одні цінності й ще не встановлені нові, на шлюбний вибір впливає ряд соціальних стереотипів, запозичених із сучасної культури Заходу або перейнятих із традиційних народних уявлень про сімейні відносини, які втрачають свою актуальність сьогодні.

Проблема визначення рівня задоволення подружніми взаєминами натеper є дуже актуальною. У численних наукових доробках досліджувались фактори, що визначали задоволеність шлюбом як у статичному моменті, так і в динамічному процесі розвитку сім'ї. Більшість авторів визнає провідними роль особистісних, соціально зумовлених характеристик подружжя в оцінці успішності шлюбу. Також науковцям у ході досліджень стає зрозумілим, що сім'я, незалежно від того, на якій стадії розвитку вона перебуває, потребує підтримки та допомоги, яку їй може надати психолог. Але, незважаючи на значний обсяг дослідження даної проблеми, вона і досі вивчена недостатньо.

Доведено, що характер взаємин подружжя багато в чому відповідає особливостям стосунків їхніх батьків, а також взаєминам з батьками в ранньому дитинстві. У тих випадках, коли конфлікти між батьками переходили певну межу, виливаючись у різні прояви взаємної неприязні, але справа не доходила до розлучення, діти нерідко сприймали такі стосунки, як антимодель нормальної сім'ї і, вступаючи в шлюб, свої подружні взаємини будували по-іншому. Якщо конфлікт батьків сягав крайньої межі та ставав нестерпним для обох сторін, то інтересам дітей більше відповідає розлучення, ніж подальше спільне життя.

Ключові слова: сім'я, подружні взаємини, життя, задоволеність, молода сім'я, подружжя.

Mahdysiuk Liudmyla, Fedorenko Raisa, Shkarlatiuk Kateryna. Gender characteristics of satisfaction with marital relationships in young families

The article describes that modern Ukrainian society is characterized by the restructuring of family, moral, worldview values, which, along with the unstable political and economic situation, negatively affects the life of the family institution in our country. Therefore, the necessity and urgency of finding ways to stabilize a young family is acute. A prerequisite for creating a strong and stable family is an adequate marriage choice. A prerequisite for creating a strong and stable family is an adequate marriage choice. But in the transitional stage of the development of our society, when some values are dying and new ones have not yet been established, the choice of marriage is influenced by a number of social stereotypes borrowed from the modern culture of the West, or adopted from traditional folk ideas about family relationships, which are losing their relevance today.

The problem of determining the level of satisfaction with marital relations is very relevant today. Factors determining satisfaction with marriage were studied in numerous scientific works, both in a static moment and in the dynamic process of family development. Most authors recognize the leading role of personal, socially determined characteristics of spouses in assessing the success of marriage. Also, in the course of research, it becomes clear to scientists that the family, regardless of the stage of development it is in, needs the support and help that a psychologist can provide. But, despite the considerable amount of research on this problem, it is still not sufficiently studied.

It has been proven that the nature of the spouses' relationship largely corresponds to the characteristics of their parents' relationship, as well as the relationship with their parents in early childhood. In those cases when the conflicts between the parents crossed a certain limit, resulting in various manifestations of mutual hostility, but the matter did not lead to divorce, children often perceived such relationships as the anti-model of a normal family and, entering into marriage, built their marital relationships in a different way. If the parents' conflict reached the extreme limit and became unbearable for both parties, then divorce is more in the children's interests than further life together.

Key words: family, marital relations, life, satisfaction, young family, spouse.

Постановка проблеми. Як свідчить практика, міцність та стабільність сімейних стосунків, а значить, і факт задоволеності подружжя стосунками в сім'ї, фактично повністю залежить від соціально-економічних умов в суспільстві. Урбанізація, міграційні процеси, можливість швидкого переміщення як у межах країни, так і за її кордонами, майже повна анонімність особистісного життя людини в місті, радикальні та практично постійні зміни у виробництві внаслідок науково-технічного прогресу, вплив масової культури, агресивної реклами, послаблення дії на життя людини релігійних норм, кризові ситуації в розвитку суспільства, висока напруженість особистісного життя – все це не сприяє зміцненню сім'ї. Багато молодих і не тільки молодих людей не витримують таких навантажень. Це призводить до різноманітних зривів, розладу сімейного життя, адюльтеру, розлучень. Але все сказане не заперечує високої цінності сім'ї, відсутності їй альтернатив та її постійного сходження на більш високий рівень розвитку [4; 5; 6].

Проведений аналіз літературних джерел показує, що ще не досить розроблені питання, що мають безпосереднє відношення до якості сім'ї та шлюбу. Проведені в цьому напрямку дослідження в основному стосувалися вивчення окремих боків якості шлюбу: стабільності й стійкості шлюбу, сумісності подружжя, ролі сім'ї в суспільстві тощо. Лише деякі автори зверталися до проблеми дослідження сімейних стосунків з погляду якості шлюбу, задоволеності шлюбом подружжя. Досліджуючи різні підходи до інтерпретації поняття «задоволеність шлюбом», було виявлено, що в психологічній науці немає єдиної концепції понятійного апарату сімейної психології, а так само існують певні фактори, що впливають на задоволеність подружжя шлюбом. Вступаючи в шлюб, людина прагне збагатити, наповнити своє життя новим змістом. Люди сподіваються на те, що після того, як вони одружаться, їхнє життя стане краще й цікавіше. Ці сподівання лежать в основі майбутньої сім'ї. Коли сподівання починають танути, з'являється реальна загроза

шлюбу [1; 3; 5]. Для ефективної роботи психологів із проблемними сім'ями необхідні нові дослідження сім'ї і сімейних відносин у світлі проблем сьогодення [6].

Теоретико-методологічною основою дослідження стали положення видатних науковців щодо визначення рівня задоволення подружніми взаєминами. Дослідженню цього питання приділяли увагу такі науковці, як: Т. Галкіна, А. Дмитренко. Проблеми вибору сімейних ролей присвячені роботи В. Антонюка, М. Обозова, Н. Федотова. При цьому на важливість задоволеності шлюбом як основний фактор благополуччя сім'ї вказують Ю. Альшина, Т. Гурка. Вивченню особливостей функціонування молодої сім'ї значна увага приділялась у наукових дослідженнях Т. Говорун, В. Зацепіна, М. Мушкевич, Р. Федоренко [1; 2; 5].

Проаналізувавши різні дані досліджень вітчизняних та зарубіжних учених, можна зробити висновок, що задоволеність шлюбом у подружньому житті пов'язана з багатьма чинниками, що впливають на його функціонування. Серед них: стаж сімейного життя, основний мотив укладання шлюбу, залежність від кількості та віку дітей, особистісні особливості шлюбних партнерів. Варто зазначити, що відчуття задоволеності/незадоволеності шлюбом формує оцінки й ставлення до більшості сфер подружнього життя. Так, у разі незадоволеності власним шлюбом позитивні аспекти подружнього життя можуть сприйматися як емоційно негативні, й навпаки. Нормальні сімейні стосунки формуються за взаємної задоволеності подружжя, їх відповідності один одному в різноманітних видах взаємодії всередині сім'ї [5; 6].

Результати дослідження. Вибірку нашого дослідження становили 50 подружніх пар віком від 19 до 35 років, 63% з яких є студентами факультету психології ВНУ імені Лесі Українки, решта – клієнти консультативного центру та Центру сімейної психології «Щаслива сім'я» кафедри практичної психології та психодіагностики ВНУ імені Лесі Українки. Усі подружні пари є жителями міста Луцька та Волинської області. Дослідження проводилось на базі факультету психології ВНУ імені Лесі Українки.

Для проведення дослідження нами було вибрано низку психодіагностичних методик, спрямованих на аналіз особливостей подружніх взаємин молодого подружжя, а також особистісного профілю партнерів [6].

Оскільки наше дослідження передбачало вивчення задоволеності подружніми взаєминами в молодому шлюбі, нами було запропоновано проведення методики на виявлення задоволеності цими стосунками. Отримані результати виявилися такими: високий рівень задоволеності шлюбом продемонстрували 23 особи чоловічої статі і 21 особа жіночої; середній рівень задоволеності – 16 чоловіків і 17 жінок; низький рівень характерний для 11 чоловіків і 12 жінок.

Як бачимо з отриманих результатів, задоволеність подружніми взаєминами у чоловіків є вищою, ніж у жінок.

Проведення тест-карти оцінки готовності до сімейного життя (І. Юнди) дозволило з'ясувати та оцінити готовність до подружнього життя молодих сімейних пар [6].

Результати проведеного дослідження на виявлення готовності до сімейного життя показали, що серед молодих сімейних пар переважає рівень достатньої готовності до сімейного життя. На другому місці знаходиться рівень задовільної готовності та на третьому – незадовільної готовності.

Отже, як бачимо з результатів дослідження, середньогруповий рівень готовності до подружнього життя серед опитуваних засвідчує достатню готовність як серед чоловіків, так і серед жінок. Відзначимо той факт, що залежності рівня задоволеності шлюбом від рівня готовності до подружнього життя серед досліджуваних нашої вибірки не виявлено. Це є свідченням того, що в основному в молоді досить сформовані основні рівні готовності до сімейного життя. До таких рівнів слід віднести: соціальну готовність, фізичну готовність, психологічну, педагогічну, морально-етичну та ін. [5].

Подальшим етапом дослідження було виявлення узгодженості сімейних цінностей та рольових установок у сімейній парі на всіх рівнях задоволеності подружніми взаєминами. (*Методика визначення узгодженості сімейних цінностей та рольових установок у сімейній парі* А. Волкової) [6].

Як засвідчили результати проведеного дослідження, інтимно-сексуальна шкала представлена в досліджуваних чоловіків і жінок на середньому та високому рівнях, що є свідченням того, що молоді подружжя орієнтуються на сексуальні стосунки в шлюбі як на важливу умову гармонійних подружніх взаємин.

За шкалою «Особистісна ідентифікація з партнером» досліджувані – й чоловіки, й жінки – продемонстрували середні та високі показники, що свідчить про те, що партнерам притаманні певні очікування спільності в інтересах, потребах, а також сумісного проведення вільного часу і заняття подібними справами [5]. При цьому слід зауважити, що чим нижчою є задоволеність подружніми взаєминами, тим нижчі показники, як у чоловіків, так і у жінок, за даною шкалою.

Для жінок дуже важливою є емоційно-психотерапевтична сфера, оскільки в перші роки створення родини жінці важливо відчувати емоційну та моральну підтримку з боку чоловіка. Жінки прагнуть бути сімейними «психотерапевтами» і мають високий рівень очікування, що чоловік теж буде брати активну участь у створенні та корекції психологічного клімату й доброзичливої атмосфери в сім'ї. Цілком імовірно, що жінки на етапі становлення сім'ї вважають шлюб саме тим середовищем, яке сприяє психологічній розрядці та стабілізації стосунків. Чоловіки ж приділяють менше уваги емоційно-психотерапевтичній сфері: чим менш значима для них роль емоційного лідера в родині, тим більше вони задоволені своїм шлюбом [6].

Результати за іншими шкалами методики показали, що чим нижчий рівень задоволеності шлюбом, тим нижчі показники вираженості у досліджуваного психологічних особливостей, що входять до даної шкали. Цікавим є той факт, що показники досліджуваних за шкалою «Рольові очікування» стверджують, що ступінь очікування від партнера в молодому шлюбі є досить високим, при цьому рольові домагання за всіма шкалами є дещо меншими за ступенем прояву від рольових очікувань, разом із тим варто відмітити, що чим нижчі показники задоволеності шлюбом, тим нижчими є як ступінь певних очікувань від партнера, так і особиста активність [5].

Отже, як показали результати дослідження молодих подружніх пар за методикою визначення узгодженості сімейних цінностей та рольових установок у сімейній парі, характер шлюбних взаємин багато в чому залежить від рівня узгодженості сімейних цінностей чоловіка та дружини і рольових уявлень про те, хто і в якій мірі відповідає за реалізацію певної сімейної сфери. Як бачимо, зі зниженням рівня задоволеності подружніми взаєминами показники відповідності рольових установок чоловіка та дружини на активне виконання партнером сімейних обов'язків рольовим очікуванням подружжя мають дещо нижчі показники. При цьому вимоги до партнера і до виконання ним сімейних обов'язків є значно вищими, ніж особистісна готовність кожного з партнерів виконувати сімейні ролі [5].

Результати проведеного дослідження за методикою «Розподіл ролей у сім'ї» засвідчують ряд відмінностей у розподілі сімейних ролей серед досліджуваних чоловіків та жінок. Так, матеріальне забезпечення сімейного життя за оцінкою жінок становить відповідно 52 і 63%; за оцінкою чоловіків – 48 та 67%. Тобто на чоловіків покладені в дещо більшій мірі обов'язки матеріального забезпечення сім'ї.

Більшість сімейних ролей, на думку досліджуваних, реалізовується партнерами не в однаковій мірі й відповідно оцінюється респондентами. Так, 83% досліджуваних жінок вважають, що функція виховання дітей покладається на жінок. Серед досліджуваних чоловічої статі така думка підтримується і становить 85%.

Аналізуючи параметр забезпечення сприятливого емоційного клімату сім'ї, варто зазначити, що психологічний комфорт у сімейних стосунках досягається за умови активності обох членів подружжя, хоча відповідні показники демонструють вищий рівень активності жінок.

Що стосується розподілу ролей «господаря» та «господині», то серед досліджуваних жінок 94% орієнтовані на активність у господарських справах. Також 45% чоловіків підкреслюють власну активність у веденні домашнього господарства. При цьому жінки схильні більшою мірою розцінювати чоловіків як ініціаторів сексуальних стосунків у подружньому житті, що

зафіксовано у 80% досліджуваних даної статі. 85% досліджуваних чоловіків орієнтовані на визнання власної ролі в ініціації сексуальних стосунків. Незначні відмінності спостерігаються в рольових вкладах партнерів в організацію сімейної субкультури. Так, досліджувані обох статей вважають, що сімейні цінності, традиції і ритуали створюються та запроваджуються обома партнерами [5].

Отже, результати проведеної методики показали, що в більшості подружніх пар виконання частини ролей припадає на жінку. До таких ролей як жінки, так і чоловіки віднесли виховання дітей та забезпечення емоційного клімату в сім'ї. При цьому роль організатора розваг, господаря дому та організатора сімейної субкультури запроваджується обома партнерами. Респонденти нашої вибірки надали перевагу таким чоловічим ролям, як сексуальний партнер та матеріальне забезпечення сім'ї [4].

Результати за методикою Еткінда показали, що чим вищими є показники задоволеності шлюбом, тим значущими є такі поняття, як партнер, кохання, сім'я, сексуальні стосунки, майбутнє, діти. 82% опитаних, в яких високими є показники задоволеності шлюбом, даним поняттям відвели 1–6 місця. Разом із тим подружні партнери з низькими показниками задоволеності шлюбом у більшості випадків (76%) надають перевагу роботі, друзям чи близькому оточенню. Також слід звернути увагу на відмінності в показниках чоловіків і жінок. У 63% опитаних жінок із низькою задоволеністю шлюбом високою є позиція майбутнього, чого не можна сказати про чоловіків, 87% яких поняття майбутнього віднесли на одну з трьох останніх позицій. Щодо ставлення до поняття «партнер» результати методики засвідчили, що в разі високої задоволеності шлюбом 84% подружніх пар ставлення до партнера продемонстрували 1–3 позиціями. За низької задоволеності шлюбом 79% жінок і лише 11% чоловіків значимість партнера поставили на чотири останніх позиції [5].

На нашу думку, це свідчить про те, що жінки незадоволеністю шлюбом тісно пов'язують із розподілом ролей і особистістю партнера. Оскільки більшість чоловіків нашої вибірки (43 особи) продемон-

стрували вищу задоволеність розподілом сімейних ролей та задоволеністю шлюбом загалом, то і задоволеність партнером у них теж є вищою. Чоловіки всієї вибірки (як задоволені шлюбними стосунками, так і незадоволені) високу позицію також відводять поняттям «сексуальні стосунки» та «діти». Жінки ж, які продемонстрували низьку задоволеність шлюбом, сексуальним стосункам відводять значно нижчі позиції [4].

З огляду на ставлення до розлучення результати засвідчили теж різні позиції чоловіків і жінок: чим нижчою є задоволеність шлюбом у жінок, тим вищою є позиція поняття «розлучення» (як правило, 1–4), при цьому, як ми вже відмічали, високою є позиція «майбутнього», яка свідчить, що жінки в разі низької задоволеності шлюбом не розчаровуються в майбутньому і планують його змінити за допомогою розлучення [4].

У 92% чоловіків усієї вибірки (як задоволених подружніми взаєминами, так і незадоволених) позиція поняття «розлучення» є досить низькою або відсутньою. При цьому, як ми вже зауважили, низькими та відторгненими є позиції поняття «майбутнє» у чоловіків, які продемонстрували низькі та перехідні показники задоволеності шлюбом [3].

Аналіз результатів дослідження.

Отже, як засвідчили отримані результати нашого емпіричного дослідження, задоволеність шлюбом має певну залежність від розподілу ролей. Чим адекватніше здійснюється розподіл ролей між партнерами, тобто чим більше їх цей розподіл влаштує, тим вищою є задоволеність шлюбом. При цьому слід зауважити, що чоловіки продемонстрували задоволеність шлюбом, як і задоволеність розподілом ролей, вище, ніж жінки [2].

Разом із тим заслуговує на увагу той факт, що чим вищою є задоволеність шлюбом, тим більш значущим для партнерів є такі поняття, як партнер, сім'я, кохання, сексуальні стосунки, майбутнє. За низьких показників задоволеності шлюбом домінують поняття «робота», «друзі», «близьке оточення» [5].

Висновки. Отже, результати проведеного нами емпіричного дослідження дозволили виокремити основні чинники,

які відіграють значну роль у задоволеності подружніми взаєминами, та зробити такі висновки: серед обстежуваних, як чоловіків, так і жінок, домінує високий рівень задоволеності шлюбом; на другому місці – середній рівень, і найнижчі показники припадають на низький рівень задоволеності подружніми взаєминами; середньогруповий рівень готовності до подружнього життя показав достатню готовність як серед чоловіків, так і серед жінок; чим адекватніше здійснюється розподіл ролей

між партнерами, тобто чим більше їх цей розподіл влаштовує, тим вищою є задоволеність шлюбом; у більшості подружніх пар виконання частини ролей припадає на жінку: виховання дітей та забезпечення емоційного клімату в сім'ї, організація розваг; роль господаря дому та організатора сімейної субкультури запроваджується обома партнерами; перевагу віддають таким чоловічим ролям, як сексуальний партнер та матеріальне забезпечення сім'ї.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї. Київ : МАУП, 2001. 96 с.
2. Котлова Л. О., Саух І. Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Випуск 1. С. 223–228.
3. Лисенко Л. М. Психологічні чинники задоволеності стосунками в подружніх парах. *Теорія і практика сучасної психології*. Запоріжжя, 2018. № 5. С. 73–77.
4. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Психологія життєвих криз : навч. посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2023. 292 с.
5. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.
6. Психологія молоді сім'ї : монографія / Р. П. Федоренко та ін. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. 392 с.

REFERENCES:

1. Bondarchuk, O. I. (2001). *Psychology of the family*. Kyiv : MAUP. 96 s. [in Ukrainian].
2. Kotlova, L. O., & Saukh, I. D. (2019). *Psychological factors of marital satisfaction at different stages of married life*. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia «Psykhologichni nauky» – Scientific Herald of Kherson State University. Series «Psychological Sciences»*, 1, 223–228 [in Ukrainian].
3. Lysenko, L. M. (2018). *Psychological factors of satisfaction with relationships in married couples*. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykhologii – Theory and practice of modern psychology*, 5, 73–77 [in Ukrainian].
4. Mahdysiuk, L. I., & Fedorenko, R. P. (2023). *Psychology of life crises*. Luck : Vezha-Druk, 292 s. [in Ukrainian].
5. Fedorenko, R. P. (2021). *Psychology of the family*. Lutsk : Vezha-Druk. 480 s. [in Ukrainian].
6. Fedorenko, R. P., Mushkevych, M. I., Mahdysiuk, L. I., & Duchyminska, T. I. (2020). *Psychology of a young family*. Lutsk : Vezha-Druk. [in Ukrainian].

УДК 159.923.3

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.14>

ОСОБЛИВОСТІ АКАДЕМІЧНОЇ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Міщиha Лариса Петрівна,

доктор психологічних наук,
професор кафедри загальної психології
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника
<https://orcid.org/0000-0001-7144-3245>

Кобилянська Наталія Миколаївна,

магістрант факультету психології
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

Статтю присвячено дослідженню проблеми академічної прокрастинації студентів в умовах воєнного стану. Академічна прокрастинація розуміється як свідоме та ірраціональне зволікання з виконанням особистістю навчальних завдань за усвідомлення наслідків такої поведінки та наявності негативних емоційних переживань. Виокремлені детермінанти академічної прокрастинації, а саме пов'язані: з особистістю прокрастинатора (мотиваційна сфера особистості, емоційна сфера, рівень самоорганізації особистості); зі специфікою завдання (його складність, термін виконання, чіткість вимог); із зовнішнім впливом (соціальні контакти, організація навчальної діяльності). За результатами емпіричного дослідження найбільш значущими компонентами впливу на академічну прокрастинацію студентів виявилися особистісний (стрес, виснаження, почуття провини) та організаційний (порушення організації навчальної діяльності), причому рівень стресу сягнув вище середнього. Причини відтермінування завдань юнаки вбачають у неготовності до виконання завдань (соціальний контроль, специфіка сприйняття завдання), у відсутності зацікавленості в їх виконанні (мотиваційний компонент), де компонент впливу оточення виявився незначним. Прослідковується зниження рівня значущості навчальної діяльності для студентів після початку війни, а також низький та середній рівні мотивації до навчання. Значну роль в академічній прокрастинації відіграє низький рівень самоорганізації та самоконтролю. В умовах війни процес самостійного контролю над виконанням навчальних завдань ускладнився, як і спроможність виконувати їх відповідно до зазначеного терміну. Ресурс у вчасному виконанні завдань студенти вбачають у власній суб'єктності – особистісній зрілості та життєтворчості, що є важливим кроком на шляху до дорослості. Перспективи нашого дослідження вбачаємо в розробленні програми психологічної допомоги студентам щодо подолання академічної прокрастинації в умовах воєнного стану.

Ключові слова: студентська молодь, прокрастинація, академічна прокрастинація, воєнний стан, особистісна зрілість.

Mishchychka Larysa, Kobylianska Nataliia. Peculiarities of academic procrastination of students in the conditions of martial law

This article is dedicated to the research of the problem of students' academic procrastination in the conditions of martial law. The academic procrastination is understood as conscious and irrational delay in performing educational tasks by the individual with understanding of consequences of such behaviour and presence of negative emotional experiences. The determinants of academic procrastination are identified, namely: associated with the procrastinator personality (personal motivational sphere, emotional sphere, level of self-organization); with tasks specific (its difficulty, the execution time, the clarity of requirements); with external influence (social contacts, the organization of educational activity). According to the empirical study results, the most significant components of influence on students' academic procrastination were personal (stress, exhaustion, sense of guilt) and organizational (violation of the educational activity organization), at what the level of stress reached above average. Reasons for the delay of tasks, young men see in unwillingness to perform them (social control, specificity of task perception),

in lack of interest in performing these tasks (motivation component), where the component of influence of the environment was insignificant. Reducing in the level of importance of educational activity for students can be traced after the war began, and also the low and average level of motivation to study. The low level of self-organization and self-control plays a significant role in academic procrastination. During the war the process of self-control over the performance of educational tasks has become more complicated, as well as the ability to perform them according to the specified period. The resource in timely performance of their tasks, students see in their own subjectivity – personality maturity and creation that is an important step on the way to adulthood. The perspectives of our research we see in the development of the program of students' psychological help to overcome academic procrastination in the conditions of martial law.

Key words: *student youth, procrastination, academic procrastination, martial law, personality maturity.*

Постановка проблеми. У сучасних умовах розвитку українського суспільства, яке переживає важкі часи війни, відстоюючи власну державу, де українці захищають право на незалежність, самобутність, консолідацію з Європейською Спільнотою, демократичний шлях розвитку, роль молоді є неоціненною. І це мовиться не тільки власне про захист держави на передовій, але й активну життєву позицію в тилу [11]. Необхідність продовжувати діяльність в умовах війни постала і перед системою освіти, а, відповідно, студентська молодь здобуває професійні знання, вміння та навички в умовах сучасності. Юнакам необхідно виконувати всі завдання вікового періоду та етапу студентства, долаючи виклики принципово нових обставин існування суспільства в умовах воєнного стану. Специфіка цих умов та їх впливу може зумовити ускладнення реалізації професійно-навчальної діяльності та стати причиною академічної прокрастинації.

Проблема прокрастинації стала об'єктом дослідження вітчизняних та зарубіжних учених. Дослідники розглядали прокрастинацію як певну схильність особистості до відкладання завдань на невизначений час, як емоційну реакцію особистості на заплановані або термінові справи [4]; як зволікання з виконанням неприємних та складних завдань з бажанням швидкого результату та задоволення [9]; як добровільне (усвідомлене) та разом із тим ірраціональне відкладання на невизначений термін необхідних дій, попри відомі наслідки [7; 10]. Ознаками прокрастинації вважають ірраціональність, усвідомленість, негативні переживання [1]. Значна кількість праць була зосереджена на дослідженні особливостей академічної прокрастинації в студентському

середовищі, де виокремлюються особистісні особливості прокрастинатора та особливості завдань, які необхідно виконати [2]; детермінати прокрастинації в студентському середовищі [4] тощо.

У роботах Н. Скрипник, Т. Мостової, С. Кузікової, Ю. Сіренко, І. Бруяк, Г. Новотної, К. Березяк, О. Накорчевської, О. Васильєвої та ін. досліджувались психологічні особливості адаптації студентів та соціально-психологічна адаптація до навчання в умовах війни, особливості життєстійкості студентської молоді в умовах воєнного стану, дистанційне навчання в умовах воєнного стану, розвиток стресостійкості здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану [5], психологічні особливості мотивації до навчання студентів в умовах війни тощо. Разом із тим вважаємо, що попри велику кількість напрацювань у вищезгаданому форматі, тема особливостей впливу воєнного стану на академічну прокрастинацію студентської молоді залишається не досить розкритою, а саме: критерії впливу, його чинники, детермінанти академічної прокрастинації, пов'язані з воєнним станом, тощо. Отже, вбачаємо необхідність у проведенні емпіричного дослідження особливостей академічної прокрастинації студентів в умовах війни.

Метою роботи є дослідження особливостей академічної прокрастинації студентської молоді в умовах воєнного стану.

Прокрастинація (англ. procrastination – відкладання, гаяння часу, зволікання; лат. pro – попереду, заради і cras – завтра, crastinus – завтрашній) – відкладання справ на потім [6]. Академічна прокрастинація – це свідоме та ірраціональне зволікання із виконанням особистістю навчальних завдань [2; 4]. При цьому особистість

усвідомлює негативні наслідки такої поведінки, відчуває дискомфорт, напругу, негативні емоційні переживання. Позаяк запускається «каскад» негативних думок (самокритика), що знижує настрій особистості й суттєво впливає на стан її психічного здоров'я [8].

Результати дослідження. Емпіричною складовою частиною дослідження стали: методика шкалювання, спрямована на визначення показників рівня стресу, анкета «Причини особистісної схильності до відтермінування завдань» М. Дворник [3]; авторська анкета «Особливості академічної прокрастинації в умовах війни очима студентів».

Вибірка становила 32 респонденти (віком від 17-ти до 23-х років) – студенти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. Дослідження тривало протягом 2022–2023 навчального року.

Результати методики шкалювання показали рівень стресу у студентів вище середнього (7 з 10-ти балів). Звідси, стресовий вплив, який відіграє значну роль у детермінації прокрастинування, був доволі значним протягом останнього року.

Аналіз результатів анкети «Причини особистісної схильності до відтермінування завдань» (М. Дворник) показав, що найбільше значення отримала шкала недооцінки індивідом готовності до виконання завдань (71%), що може свідчити про сприйняття завдань як складних і тривалих та ін. Шкала зниження рівня зацікавленості (66%) свідчить про такий вагомий чинник академічної прокрастинації, як відсутність зацікавленості студента у виконанні завдань. Показник прагнення соціальної винагороди «отримав» 64%. Результати за шкалою схильності до педантизму (63%) свідчать про значущість планування та неквапливість до вчасного виконання завдань як таких, що важко виконувати. Показник подолання страху відповідальності (62%) показує можливість використання прокрастинації як спроби уникнути тривоги перед завданням. Позаяк переважна більшість респондентів (81%) підтвердили, що не можуть робити справи, коли у них поганий настрій або вони стривожені, що може свідчити про значення емоційного складника особистості як детермінанти про-

крастинації (стрес, який отримав високі значення, а також суб'єктивна складність подолання ситуації війни, страх перед майбутнім тощо). Більшість студентів (59%) пов'язують невчасне виконання справ з нестачею самодисципліни та організованості, 62,5% респондентів високо оцінюють сприятливий вплив на їхню поведінку підтримки оточення. Важливо, що 59,4% опитуваних зазначають, що для них найбільшу цінність має час, проведений із близькими, ніж витрачений на виконання завдань. 53% опитаних підтвердили, що, ймовірно, не виконає певну справу, якщо сприйматиме її як неважливу. 75% респондентів зазначили, що їх приваблюють завдання, які приносять швидкий та легкий результат; 75% респондентам важко перейти від відпочинку до виконання необхідного завдання, що спричинює напругу та втому.

Таким чином, за результатами анкети М. Дворник нам вдалося з'ясувати вплив різних чинників на відкладання навчальних завдань студентами в умовах сьогодення. Зокрема, ми вияснили значущість впливу зовнішніх умов та специфіки навчальних завдань як детермінант прокрастинації (контроль, підтримка оточення й суб'єктивна оцінка значущості та складності завдань і процесу навчання, важливість планування та неспішність, а також відчуття тривожності, переживання стресу).

Аналіз окремих запитань анкети дав можливість підтвердити значний вплив емоційного стану студента на прокрастинування, вагомість підтримки близьких та цінності спілкування з ними. Вдалося виокремити значущість самоорганізації та дисципліни для студентів як чинника, що запобігає прокрастинуванию. Виявлено також, що більшість студентів орієнтовані на швидкий та легкий результат.

Авторська анкета «Особливості академічної прокрастинації в умовах війни очима студентів» дозволила виявити, що більшість опитуваних (72%) вважає, що їм притаманне прокрастинування.

Серед найбільш значущих причин прокрастинації студенти виокремили: почуття виснаженості, відсутності сил (84,4%); тривогу через сприйняття завдання як дуже об'ємного (53,1%); брак самоорганізації та

неспроможність спланувати роботу (43,8%); порушення сприйняття часу (враження, що його дуже багато) (40,6%); сприйняття завдання як неважливого для себе та майбутнього (31,3%); важкість виконання завдань (22%); відсутність підтримки з боку оточення (22%); відсутність контролю за виконанням завдання (15,6%). Були визначені чинники, які запобігають прокрасти-нуванню, на кшталт: почуття відповідальності й особистого впливу на власне життя та майбутнє (78,1%); чіткість і зрозумілість завдання, термінів його виконання (68,8%); самоорганізованість та вміння планувати власну діяльність (31,3%); підтримка і спілкування з близькими (31,3%); зовнішній контроль за виконанням завдань (18,8%).

Оцінюючи вплив дистанційної форми навчання, 43% студентів схиляються до того, що їм легше самостійно організувати свій час в умовах дистанційного навчання, хоча 38% вважають навпаки. 19% студентів не відзначають змін самоорганізації в умовах дистанційного та очного навчання. 53% респондентів зазначає, що їм легко самостійно контролювати вчасне виконання навчальних завдань; 9,5% відповіли, що самоконтроль за виконанням завдань їм дається важко. Причому більше половини респондентів (62,5%) зазначили, що складність самоконтролю не змінилась, хоча 34,4% вважають, що під час війни процес саморегуляції проходить важче. Оцінюючи зміни контролю та вимог з боку викладачів в умовах війни, 43,8% студентів не зауважили жодних змін; 37,5% опитуваних вважають, що вимоги стали дещо меншими, хоча 18% юнаків оцінюють вимоги в умовах війни як дещо більші. 47% студентів оцінюють свій актуальний рівень мотивації до навчання нижче середнього, 37,5% позначили середній рівень мотивації, тільки 16% оцінили його вище за середній. 59% студентів вважають навчальну діяльність значущою для свого майбутнього; 28,1% респондентів важко оцінити її значущість, тоді як 12,5% вважають навчання незначущим для свого майбутнього. При цьому 37,5% студентів зазначили, що значущість навчання після початку війни для них не змінилась; 41% вважає, що вона зменшилась, тоді як для 22% студентів зросла.

Переважає більшість респондентів (78%) зазначила, що їм довелося змінити

свої плани на майбутнє через військові дії, а 50% студентів відмітили втрату важливих для них соціальних контактів. 72% респондентів сильніше відчують страх перед майбутнім протягом останнього року, ніж зазвичай. Середня оцінка страху перед майбутнім – 6,4 (з 10-ти балів). 37,5% респондентів вважають, що живуть «сьогоднішнім днем», відколи почалась війна, оскільки їм важко планувати своє майбутнє.

Під час визначення того, як умови воєнного стану вплинули на навчання студентів, ми отримали такі відповіді: постійне відчуття напруги та стрес (69%); почуття провини вцілілого (59,4%); порушення режиму навчання (50%); необхідність дистанційного навчання (28%); втрата звичних соціальних контактів (28%); матеріальні втрати (12,5%); вимушена зміна місця проживання (12,5%); втрата близької людини (3%); порушення сну (3%).

Оцінюючи, наскільки умови воєнного стану впливають на навчання студентів, ми виявили, що 34% оцінюють вплив вище середнього; 37,5% студентів дають середню оцінку; 28% студентів оцінюють вплив нижче середнього. 47% респондентів вважають, що виконання навчальних завдань ускладнилося в умовах воєнного стану.

На запитання «чи впливає воєнний стан на вчасність виконання навчальних завдань?» половина студентів відповіла ствердно, хоча 50% зазначили, що впливу не помітили («стараюся бути організованою в будь-якій ситуації»). На запитання, як саме воєнний стан впливає на вчасність виконання завдань, студенти відповіли: «додалось більше стресу»; «іноді цілу ніч доводиться не спати через тривогу, після чого важко відвідувати пари»; «повна розгубленість, дезорганізованість, втрата інтересу»; «постійне перечитування новин забирає багато часу, який можна витратити на навчання»; «раніше виконувала все вчасно, але після початку війни це стало важче, оскільки довелося перебувати за кордоном, часті стреси, зміна обстановки»; «завдання виглядають зовсім непотрібними, пріоритети тільки в саморозвитку»; «змінилось місце проживання, багато часу та сил займає робота, і навчання відходить на задній план»; «іноколи через моральне

виснаження неможливо зосередитись на навчанні і доводиться відкладати виконання завдань на інший день» тощо.

Аналіз результатів дослідження.

Отже, в ході емпіричного дослідження нам вдалося виявити, що основний та найбільший вплив на прокрастинацію студентів в умовах воєнного стану відіграє емоційний складник особистості, як результат – стрес та постійна напруга. Студенти відзначають труднощі в подоланні стресового впливу війни (вище середнього рівня), що чинить деструктивний вплив на зростання рівня страху перед майбутнім та провини вцілілого.

Виявлена вага детермінанта прокрастинації – зниження зацікавленості в діяльності, сприйняття її як недостатньо значущої. У результаті оцінювання впливу війни на значущість навчання прослідковується, що для значної частини студентів її рівень знизився. Студенти зазначають, що з початком війни навчання дещо «відійшло на задній план», відмічається здебільшого низький та середній рівень мотивації до навчання. Значну роль у відкладанні навчальних завдань студенти вбачають у нестачі самоорганізації та неспроможності чітко спланувати роботу. Частина студентів помітила проблеми із самостійним контролем за виконанням навчальних завдань в умовах воєнного стану.

Виявлена така детермінанта прокрастинації у студентської молоді, як тривога від сприйняття завдань як великих за обсягом в умовах воєнного стану (виконання навчальних завдань в основному стало для студентів важчим). З іншого боку, сама по собі складність завдання як причина відкладання навчальних завдань «на потім» набрала малу кількість суб'єктивних оцінок, що дозволяє побачити значущість саме емоційних переживань від сприй-

няття задачі, яку слід виконати. Разом із тим чіткість та зрозумілість вимог і термінів завдання виступає вагомим чинником уникнення прокрастинації.

У разі оцінювання компоненту зовнішнього впливу війни високе значення має порушення організації навчання в умовах війни (повітряна тривога). Натомість найбільшого значення у вчасному виконанні навчальних завдань набуває особиста відповідальність за власне життя і майбутнє. Це свідчить про те, що в юнаків присутнє відчуття себе активним суб'єктом процесу творення власного життя як ознака особистісної зрілості. Юнаки вважають навчальну діяльність важливою для свого майбутнього, багатьом із них повернення до навчання дозволило краще почуватися в умовах війни. Вони готові брати на себе відповідальність, хоча й зауважують, що їм непросто будувати плани в складних умовах сучасності, а страх перед майбутнім відчувається значно сильніше.

Висновки. Таким чином, результати дослідження показали значення емоційного складника особистості в схильності до відтермінування виконання завдань в умовах воєнного стану.

Виявлено значущість чинника специфіки завдань (суб'єктивна оцінка його складності, чіткість вимог тощо), як і порушення організації навчання (як зовнішньої детермінанти). Розкрито ключову роль стресу і напруги як чинників впливу війни на прокрастинацію студентської молоді та ключову роль особистісної зрілості, а також активної участі студентства в конструюванні власного життя і майбутнього як чинників запобігання прокрастинації.

Перспективи дослідження вбачаємо в розробленні програми психологічної допомоги студентам у подоланні академічної прокрастинації в умовах воєнного стану.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бабатіна С. І., Світенко С. В. Вивчення особистісних чинників схильності до прокрастинації осіб юнацького віку. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2019. Вип. 1. С. 7–14.
2. Гліченко О. О. Детермінанти академічної прокрастинації здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання. *Вісник ЛНУ ім. Т. Шевченка*. Луганськ, 2020. № 2(333). Ч. 1. С. 78–83.
3. Дворник М. С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120 с.
4. Дубініна К. В. Прокрастинація як проблема психології особистості студента. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Психологічні науки*. Київ, 2018. Вип. 7(52). С. 172–180.

5. Кобилянська Н. Професійне самовизначення особистості юнацького віку в умовах VUCA-світу. URL: https://nauka.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/122/2023/02/evryka_22-verstka6.pdf

6. Кузікова С.Б., Сіренко Ю.О. Прокрастинація: механізми виникнення та способи подолання. *International scientific innovations in human life : proceedings of the VI International Scientific and Practical Internet Conference (Manchester, December 15-17, 2021)*. Dnipro, 2022. С. 462–471.

7. Лугова В.М. Прокрастинація: основні причини, наслідки та шляхи подолання. *Актуальні наукові дослідження в сучасному світі*. Переяслав-Хмельницький, 2018. Вип. 4(36). Ч. 2. С. 59–65.

8. Міщиха Л.П., Кулеша-Любінець М.М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя. URL: <https://www.researchgate.net/publication/342412218>

9. Назарук Н.В. Прокрастинація як психологічний феномен. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Психологія*. Ужгород, 2022. Вип. 3. С. 66–70.

10. Рудь Г.В. Дослідження феномену прокрастинації в юнацькому віці. *Психологія: реальність і перспективи* : зб. наук. пр. РДГУ. Рівне, 2019. Вип. 12. С. 190–196.

11. Application of Mindfulness Practices in Work on Stress Reduction during the War / L. Mishchukha et al. *Revista de Cercetare si Interventie Sociala*, 2023.V. 81. P.25–38.

REFERENCES:

1. Babatina, S. I., & Svitenko, S. V. (2019). Vychennia osobystisnykh chynnykiv skhylnosti do prokrastynatsii osib yunatskoho viku. [Study of personal factors propensity to procrastination in youth]. *Insait: psykhologichni vymiry suspilstva*, 1. Kherson : Vydavnychiy dim «Helyetyka». P. 7–14. [in Ukrainian]

2. Hlichenko, O. O. (2020). Determinanty akademichnoi prokrastynatsii zdozvachiv vyshchoi osvity v umovakh dystantsiinoho navchannia. [Determinants of academic procrastination of higher education applicants in the conditions of distance learning]. *Visnyk LNU im. T. Shevchenka. Luhansk*, 2(333). part 1. P. 78–83. [in Ukrainian]

3. Dvornyk, M. S. (2018). *Prokrastynatsiia v konstruiuvanni osobystisnoho maibutnoho [Procrastination in the construction of personal future]*. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD, 120 p. [in Ukrainian]

4. Dubinina, K.V. (2018). Prokrastynatsiia yak problema psykhologii osobystosti studenta. [Procrastination as a problem of student psychology]. *Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Psykhologichni nauky*, 7. Kyiv. P. 172–180. [in Ukrainian]

5. Kobylanska, N. (2023). Profesiine samovyznachennia osobystosti yunatskoho viku v umovakh VUCA-svitu [Professional self-determination of the personality of youth in the conditions of VUCA-world]. *nauka.pnu.edu.ua*. Retrieved from https://nauka.pnu.edu.ua/wpcontent/uploads/sites/122/2023/02/evryka_22-verstka6.pdf [in Ukrainian]

6. Kuzikova, S. B., & Sirenko, Yu. O. (2022). Prokrastynatsiia: mekhanizmy vynyknennia ta sposoby podolannia. [Procrastination: the mechanisms of occurrence and methods of overcoming]. *International scientific innovations in human life : Proceedings of the VI International Scientific and Practical Internet Conference (Manchester, December 15-17, 2021)*. Dnipro, P. 462–471. [in Ukrainian]

7. Luhova, V. M. (2018). Prokrastynatsiia: osnovni prychny, naslidky ta shliakhy podolannia. [Procrastination: the main reasons, consequences and ways to overcome]. *Aktualni naukovyi doslidzhennia v suchasnomu sviti*, 4(36), part 2. Pereiaslav-Khmelnytskyi. P. 59–65. [in Ukrainian]

8. Mishchukha, L. P., & Kulesha-Liubynets, M. M. (2020). Psykhichne zdorovia yak skladova osobystisnoho blahopoluchchia. [Mental health as a component of personal well-being]. *researchgate.net*. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/publication/342412218> [in Ukrainian]

9. Nazaruk, N.V. (2022). Prokrastynatsiia yak psykhologichnyi fenomen. [Procrastination as a psychological phenomenon]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Psykhologhiia*, 3. Uzhhorod. P. 66–70. [in Ukrainian]

10. Rud, H. V. (2019). Doslidzhennia fenomenu prokrastynatsii v yunatskomu vitsi [Research of the phenomenon of procrastination in youth]. *Psykhologhiia: realnist i perspektyvy* : zb. nauk. pr. RDHU., 12. Rivne S. 190–196. [in Ukrainian]

11. Mishchykha, L., Cherniavska, N., Kravchenko, V., Vitiuk, N., Kulesha-Liubinets, M., & Khrushch, O. (2023). Application of Mindfulness Practices in Work on Stress Reduction during the War. *Revista de Cercetare si Interventie Sociala*, V. 81. P. 25–38. DOI: 10.33788/rcis.81.2 [in Ukrainian].

УДК 159.922.8-057.875:316.6-044.332:[616.891.6
DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.15>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ НЕВРОТИЗАЦІЇ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З РІЗНИМ РІВНЕМ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ

Мудрак Ігор Аркадійович,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогічної та вікової психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-9003-0435>

Демчук Віолета Борисівна,

викладач вищої категорії, викладач-методист,
методист відділення післядипломної освіти
Комунального закладу вищої освіти «Волинський медичний інститут»
Волинської обласної ради
<https://orcid.org/0000-0002-9137-8206>

Ващинець Олена Григорівна,

магістр факультету психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0009-0000-2986-8506>

У статті описано, що найпоширенішими порушеннями діяльності вищої нервової системи є невротичні розлади, які пов'язують з різними факторами, включаючи недостатню пристосованість організму людей до сучасного рівня науково-технічного прогресу, і мають вплив на ефективність функціонування та існування людини, її внутрішню рівновагу та взаємодію зі світом. Зокрема, невротичні розлади суттєво погіршують якість життя людини, обмежують її можливості, спричиняють ризик розвитку інших психічних та фізичних захворювань і у випадку недостатнього лікування можуть призвести до серйозних наслідків, включаючи самогубство.

Доведено, що причинами невротичних розладів вважаються психічні травми та невротичні конфлікти, що викликають реакції стресу і дистресу, внаслідок чого відбувається дезорганізація організму (неадекватні, неспецифічні реакції) на всіх рівнях (фізіологічному, психологічному, поведінковому), що призводить до психосоматичних порушень і навіть захворювань.

У статті висвітлено два види соціально-психологічної адаптації: прогресивний, який забезпечує реалізацію узгодженості інтересів і цілей індивідів і груп суспільства; регресивний, що постає як формальне пристосування, несумісне з інтересами суспільства і розвитком цієї соціальної групи і самої особистості.

Представлені результати емпіричного дослідження прояву невротизації особистості: виявлено, що в 19% респондентів спостерігається низький рівень прояву невротизації, у 40% – середній рівень і ще у 41% – високий. Тобто можна зробити висновок, що 81% студентів мають підвищений або високий рівень невротизації, що впливає на якість їхнього життя та здоров'я.

Запропоновані підходи до лікування передбачають поєднання терапії, медикаментів і підтримки для вирішення як соціально-психологічних, так і невротичних аспектів, спрямованих на покращення загального благополуччя та адаптивного функціонування.

Ключові слова: захворювання, невротичні розлади, невротизація, невротичні стани, молодь, соціально-психологічна адаптація.

Mudrak Ihor, Demchuk Violeta, Vashchynets Olena. Psychological features of the manifestation of neurotisation in university students with different levels of social and psychological adaptation

The article describes that the most common disorders of the higher nervous system are neurotic disorders, which are associated with various factors, including insufficient adaptation of the human body to the current level of scientific and technical progress and have an impact

on the effectiveness of human functioning and existence, its internal balance and interaction with the world. In particular, neurotic disorders significantly impair a person's quality of life, limit their capabilities, cause the risk of developing other mental and physical diseases, and, in case of insufficient treatment, can lead to serious consequences, including suicide.

It has been proven that the causes of neurotic disorders are mental injuries and neurotic conflicts that cause stress and distress reactions. As a result, disorganization of the body (inadequate, non-specific reactions) occurs at all levels (physiological, psychological, behavioral), leading to psychosomatic disorders and even diseases.

This article highlights two types of socio-psychological adaptation: progressive, which ensures the realization of the coherence of interests and goals of individuals and groups of society; regressive, which appears as a formal adaptation, incompatible with the interests of society and the development of this social group and the individual himself.

Presented by the results of an empirical study of the manifestation of neurotic personality: it was found that 19% of respondents have a low level of neuroticism, 40% have an average level, and another 41% have a high level of neuroticism. That is, it can be concluded that 81% of students have an elevated or high level of neuroticism, which affects their quality of life and health.

Proposed treatment approaches involve a combination of therapy, medication, and support to address both psychosocial and neurotic aspects aimed at improving overall well-being and adaptive functioning.

Key words: diseases, neurotic disorders, neuroticism, neurotic states, youth, social and psychological adaptation.

Постановка проблеми. Унаслідок пандемії та війни в Україні спостерігається значне підвищення рівня невротизації, адже відбуваються ситуації невизначеності та небезпеки, перебування в екстремальних умовах, обмеження у вигляді дотримання певних правил та відсутність можливості реалізації базових потреб.

З урахуванням вищевказаного виникає крайня потреба вчасної та ефективної профілактики, а також розроблення засобів запобігання невротичному розвитку особистості. Вивчення, діагностика та корекція цих станів є важливим завданням у сучасному світі. Знання про невротичні розлади та їх механізми можуть допомогти в розумінні проблем психічного здоров'я людини й вивченні ефективних методів їх діагностики та лікування. А використання професійного досвіду психологів є критично важливим для підтримки та нормалізації психічного здоров'я [3].

Дослідження в представленій тематиці проводили такі науковці, як В. Гіляровський, В. Крайнюк, В. Мазяр, В. Чугунов, Дж. Беррі, І. Ляхович, К. Роджерс, О. Соколова, О. Ткачишина, Р. Даймонд, Р. Кеттел, Т. Говорун. А також розглянуто праці «Діагностичний та статистичний посібник із психічних розладів, 5-те видання», «Міжнародна статистична класифікація хвороб та проблем, пов'язаних зі здоров'ям (11-те видання)» [1; 2; 5; 6].

Метою роботи є дослідження психологічних особливостей прояву невротизації

у студентів закладів вищої освіти з різним рівнем соціально-психологічної адаптації.

Результати дослідження. Невротичні розлади є широкою клінічно різноманітною групою захворювань, які зазвичай мають оборотний характер і пов'язані з гострими або довготривалими психотравмуючими факторами, що проявляються через психічні, соматичні та неврологічні порушення [2].

За визначенням В. Мазяра, невротичний розлад є стійкою, стабілізованою в часі інтрапсихологічною суперечністю, яка проявляється в логічному абсурді, емоційній амбівалентності та поведінковій імперативності суб'єкта [4].

За Міжнародною статистичною класифікацією хвороб та проблем, пов'язаних зі здоров'ям (ICD-11), невротичний розлад визначається як група розладів, які характеризуються емоційною незрілістю, зниженням адаптації до життєвих подій і ситуацій та зазвичай виявляються через дисфункції в психічному стані та поведінці. Це психічний розлад, що включає різноманітні емоційні та поведінкові симптоми (поширений стан тривоги або відчуття напруження), які зазвичай розвиваються внаслідок стресу або тривалої напруги та труднощів у житті [8].

Всі невротичні розлади можна класифікувати за загальними проявами на п'ять великих груп [7].

1. Симптоми, пов'язані із самопочуттям (виснаження, стомлюваність, слабкість,

головний біль, дискомфорт та больові відчуття в тілі, проблеми зі сном);

2. Симптоми, що пов'язані з вольовою та емоційною сферами особистості (емоційна нестабільність і нестриманість, афективні й депресивні нахили, відсутність контролю над емоціями, обсессивно-компульсивний розлад);

3. Симптоми, що пов'язані з роботою психічних функцій;

4. Розлади ефекторної сфери – тремор, паралічі (функціональні), оніміння, нав'язливі дії.

5. Вегетативні розлади – пітливість, приступи жаху, нестабільний пульс і артеріальний тиск, тахікардія, диспепсія, задишка.

Класифікація невротичних розладів [1; 7]:

1. Гостра реакція на стрес (невротична реакція) – виникає від незвичайного фізичного та психічного стресу і зазвичай проходить протягом кількох годин або днів. Ймовірність та інтенсивність реакції на стрес залежать від індивідуальної здатності адаптуватись та рівня вразливості. Симптоми гострої реакції на стрес: зниження уваги, обмеження свідомості, дезорієнтація, тривожне збудження та панічна тривога, дистанціювання від ситуації, бажання «втечі», рідше амнезія. Включають депресивні, тривожні, фобічні, панічні стани.

2. Неврози – це група функціональних психічних захворювань, що зумовлені психогенно, виникають під впливом психологічних чинників і мають тенденцію до тривалого перебігу, характеризуються нав'язливими станами, астеничними синдромами та істеричними розладами, але не супроводжуються порушеннями сприйняття дійсності та свідомості.

У минулому термін «невроз» використовувався ширше і включав різні психічні розлади, які супроводжуються функціональними порушеннями нервової системи. Відтепер за новими класифікаторами психічних хвороб (ICD-11, DSM-V) невроз вважається підтипом невротичного розладу та описується як психічний розлад, що супроводжується тривожністю, депресією, фізичними симптомами тощо, але не досягає рівня серйозної психічної дезорганізації, як у психозах [8].

У МКХ-10 замість терміна «невроз» використовується термін «невротичні роз-

лади», і кожен вид неврозу отримав свою назву відповідно до клінічних ознак [6].

Види неврозів поділяються на [2]:

– істеричний невроз (дисоціативні (конверсійні) розлади) – це група психічних розладів, що характеризуються функціональними змінами в роботі нервової системи, що призводять до зниження свідомості, зміни переживання чи поведінки, а також до появи фізичних симптомів, що не мають органічного походження. Дисоціативні розлади зазвичай виникають унаслідок стресових ситуацій або травматичних подій, іноді можуть розвиватися у відповідь на конфліктні ситуації або психологічний тиск. Ці розлади можуть виявлятися як довготривалі, так і тимчасові, залежно від ситуації та ступеня впливу стресору. Часто симптоми сприймаються як прояв соматичних захворювань [8];

– невроз нав'язливих станів (обсессивно-компульсивний розлад) – основною ознакою є повторювані нав'язливі думки та дії, які приносять страждання та не можуть бути контрольовані. Пацієнти сприймають їх як свої власні, хоча вони можуть бути мимовільними та суперечливими. Комппульсивні дії, такі як ритуали, не приносять задоволення і служать лише для запобігання нереальним подіям, які можуть завдати шкоди. Зазвичай присутня тривога, і спроби опиратися комппульсивним діям можуть підвищувати її рівень [8];

– неврастенія – характеризується дратливістю і високим виснаженням, відновлення психічних процесів відбувається вкрай повільно [7].

3. Соматоформні розлади – характеризуються хворобливими соматичними проявами, що не мають діагностичного підтвердження. Результати обстежень не підтверджують фізичну причину хвороби, але пацієнт відчуває занепокоєння і тривогу за власне здоров'я [6].

4. Психогенні (реактивні) психози – розлади психічної діяльності, що мають тимчасовий характер та виникають у відповідь на гострі й тяжкі психічні травми. Характеризуються відсутністю критичного мислення до наявності симптомів [7].

5. Посттравматичні стресові розлади – виникає як реакція на стресову подію, що має катастрофічний та жахливий характер і викликає надмірний страх. Для ПТСР

характерне повторення травматичної події в нав'язливих спогадах та кошмарах, які спричиняють відчуття емоційної загальмованості, призводять до надмірного збудження та настороженості. Може призводити до соціальної ізоляції, втрати задоволення від життя, надмірної тривоги, депресивних станів та самогубства [6; 7].

6. Психосоматичні захворювання – характеризуються фізичними симптоми або станами, що виникають через психологічний стрес або конфлікт і супроводжуються значним стражданням або функціональними порушеннями. Ці розлади відрізняються від інших медичних станів тим, що психічний стрес відіграє важливу роль в їх розвитку та підтриманні, і їх лікування повинне враховувати психологічні фактори та включати психотерапію [3].

7. Реакція на важкий стрес і порушення адаптації – характеризується неадекватною реакцією психіки та організму людини на гострий тяжкий стрес або подальшу травму, що призводить до порушення механізму адаптації та проблем у взаємодії із соціумом.

8. Неврози у дітей [1; 7].

Психічна травма (психотравма) є психогенним чинником виникнення невротичних розладів, це умовно-патогенні події, що призводять до психічного дискомфорту та викликають глибокі психологічні переживання в конкретній особистості [1]. Психотравмувальні обставини та їх особистісне сприйняття впливають на ступінь важкості невротичного розладу та його вид. Для кожної людини психотравмувальними можуть бути різні події, як подібні, так і відмінні між собою. Це залежить від генетичних особливостей, темпераменту, характеру, умов життя, виховання та соціального середовища. Одним із найважливіших чинників, що запобігає формуванню психотравми, є стресостійкість – загальна якість особистості, що характеризується здатністю чинити опір стресовим факторам протягом певного проміжку часу в разі організації тих умов, в яких стресор не буде загрозливим [1].

Невротизація особистості – це стан емоційної нестабільності, що може спричинити невротичний розлад і невротичні тенденції в поведінці [5]. За В. Гіляровським, невротизація – легка, початкова стадія неврозу,

яка характеризується зривами особистості, що викликають біль та розлади в соматичній сфері. Ці розлади є наслідком психічних факторів і не пов'язані з органічними змінами, а також супроводжуються схильністю до активного перероблення та компенсації [5].

Відповідно до спостережень Ц. Короленка, довготривалі психотравмувальні ситуації можуть викликати в значній кількості випадки зміни психічного стану людини. Ці зміни можуть включати порушення ієрархії значущості та проблеми в міжособистісних взаєминах, що нагадують симптоми психічних захворювань. Деякі із цих станів можуть бути тимчасовими та зникнути після виходу з екстремальної ситуації, але інші можуть викликати тривалі, менш зворотні зміни в особистості. Розвиток апатії та пасивності є найбільш несприятливою реакцією на екстремальні ситуації, що може впливати на міжособистісні відносини та якість роботи. У таких ситуаціях людина може припинити свою активність, не втручатися в хід подій навколо себе і розцінювати ситуацію як безнадійну. Існує можливість уникнути розвитку психічної деформації у випадку невротизації, адже вона не завжди переростає в невротичний розлад, проте може мати негативні наслідки для комунікації та взаємодії особистості з іншими людьми, що ускладнює виконання професійних обов'язків і погіршує якість життя [5].

Соціально-психологічна адаптація означає процес, за допомогою якого люди пристосовуються до соціальних і психологічних вимог свого оточення та справляються з ними. Це передбачає набуття необхідних навичок, установок і поведінки для ефективного та гармонійного функціонування в певному соціальному контексті. Соціальна адаптація охоплює пристосування до соціальних норм, установлення значущих стосунків і участь у соціальних ролях і діяльності. Психологічна адаптація передбачає розвиток позитивного самовідчуття, управління емоціями, подолання стресу та підтримання психічного благополуччя. Як соціальна, так і психологічна адаптація є взаємопов'язаними та вирішальними для того, щоб люди могли процвітати в різних соціальних умовах і досягати почуття причетності й самореалізації [5].

Аналіз наукових джерел показав, що існує два види соціально-психологічної адаптації [5]:

1) прогресивний, який забезпечує реалізацію узгодженості інтересів і цілей індивідів та груп суспільства;

2) регресивний, що постає як формальне пристосування, несумісне з інтересами суспільства і розвитком цієї соціальної групи й самої особистості.

Наше дослідження проводилось на вибірці 52-х студентів 1–3 курсу факультету психології Волинського національного університету імені Лесі Українки. Вік респондентів – від 18 до 20 років.

У ході дослідження прояву невротизації особистості за методикою «Визначення рівня невротизації Л. Вассермана (В. Бойко)» виявлено: у 19% респондентів спостерігається низький рівень прояву невротизації, у 40% – середній рівень і ще у 41% – високий. Тобто можна зробити висновок, що 81% студентів мають підвищений або високий рівень невротизації, що впливає на якість їхнього життя та здоров'я.

Порівнюючи отримані результати за «Клінічним опитувальником для виявлення та оцінки невротичних станів (К. Яхіна – Д. Менделевича)» з методикою «Визначення рівня невротизації Л. Вассермана (В. Бойко)», можемо зробити висновок, що низький рівень невротизації свідчить про низький прояв або відсутність невротичних станів; невротизація середнього рівня не є надійним показником наявності невротичних станів і відбувається лише у половині випадків (тих, що мають показники, наближені до високого рівня). Натомість високий рівень невротизації можна вважати показником наявності невротичних станів.

Аналізуючи отримані результати за «Методикою дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса –

Р. Даймонда», можна зробити висновок про наявність чи відсутності залежності показників соціально-психологічної адаптації від рівня невротизації особистості. Досліджено залежність рівня невротизації від показників соціально-психологічної адаптації та виявлено, що результати таких шкал, як «Адаптація», «Самосприйняття», «Прийняття інших», «Емоційний комфорт», «Інтернальність», «Домінування», мають спільну тенденцію: чим нижчий рівень невротизації, тим вищий рівень показників соціально-психологічної адаптації, натомість чим вищий рівень невротизації, тим нижчий рівень показників соціально-психологічної адаптації. Результати шкали «Ескапізму» відображають протилежні значення, низькі показники невротизації свідчать про низький показник соціально-психологічної адаптації в даній шкалі, і навпаки.

Висновки. Взаємозв'язок між соціально-психологічною адаптацією та невротичними розладами є двонаправленим і залежить від різноманітних факторів, включаючи генетику, ранній життєвий досвід та стресори навколишнього середовища. Важливо відзначити, що соціально-психологічна адаптація і невротична особистість не є взаємовиключними поняттями, а взаємодіють і впливають одне на одного. Поліпшення соціально-психологічної адаптації, наприклад, шляхом терапії, соціальної підтримки та розроблення ефективних стратегій подолання, може допомогти пом'якшити негативний вплив невротизму та сприяти кращому загальному самопочуттю [3]. Підходи до лікування часто передбачають поєднання терапії, медикаментів і підтримки для вирішення як соціально-психологічних, так і невротичних аспектів, спрямованих на покращення загального благополуччя та адаптивного функціонування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Невротичні, пов'язані зі стресом розлади, посттравматичний стресовий розлад : метод. вказівки / Г. М. Кожина та ін. Харків : ХНМУ, 2018. 17 с.
2. Ляхович І. М. Соколова О. С. Генезис невротичних розладів. *Теорія і практика управління в умовах суспільних викликів і трансформацій* : матеріали доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції. 2019. С. 36–40.
3. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Психологія життєвих криз : навч. посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2023. 292 с.

4. Мазяр О. Психофізіологічний механізм формування невротичного розладу. *Лікарська справа*. 2017. № 7. С. 110–116.
5. Ткачишина О. Р. Соціально-психологічні особливості студентів – майбутніх фахівців з комп'ютерних технологій. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Чернігів : ЧДПУ, 2005. № 31. Т. 3. С. 118–122.
6. Українське видання: Міжнародна статистична класифікація хвороб та споріднених проблем охорони здоров'я. Десятий перегляд. Київ : «Здоров'я», 2001. Т. 3. 817 с.
7. Чугунов В. Методична розробка до практичного заняття по темі «Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади» для студентів 4 курсу медичного факультету (спеціальність «Стоматологія»). Запоріжжя : Запоріз. держ. мед. ун-т, 2015. 50 с.
8. Yashchenko E., Shchelokova E., Lazorak O. Strategies and types of social and psychological adaptation of international students studying in London. SHS Web of Conferences 55, 03006 ICD-11 Reference Guide. 2018. URL: <https://icdcdn.who.int/icd11referenceguide/en/html/index.html#1.1.0Part1purposeandmultipleusesofICD> (date of access: 24.05.2023).

REFERENCES:

1. Kozhyna, H. M., Samardakova, H. O., Korovina, L. D., & Haichuk, L. M. (2018). Nevrotychni, poviazani zi stresom rozlady, posttravmatychnii stresovi rozlad [Neurotic, stress-related disorders, post-traumatic stress disorder]: metod. vkazivky. Kharkiv : KhNMU, 17 s. [in Ukrainian].
2. Liakhovych, I. M., & Sokolova, O. S. (2019). Henezys nevrotychnykh rozladiv [Genesis of neurotic disorders]. Teoriia i praktyka upravlinnia v umovakh suspilnykh vyklykiv i transformatsii: materialy dopovidei Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii. S. 36–40. [in Ukrainian].
3. Mahdysiuk. L. I., & Fedorenko, R. P. (2023). Psykholohiia zhyttievkykh kryz [Psychology of life crises]. Luck : Vezha-Druk, 292 s. [in Ukrainian].
4. Maziar, O. (2017). Psykhofiziologichnyi mekhanizm formuvannia nevrotychnoho rozladu [Psychophysiological mechanism of formation of neurotic disorder]. *Likarska sprava*, 7. S. 110–116. [in Ukrainian].
5. Tkachyshyna, O. R. (2005). Sotsialno-psykholohichni osoblyvosti studentiv – maibutnikh fakhivtsiv z kompiuternykh tekhnolohii [Socio-psychological features of students – future specialists in computer technologies]. *Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho pedahohichnoho univertsytetu imeni T. H. Shevchenka*. Chernihiv : ChDPU, 31, Vols. 3. S. 118–122. [in Ukrainian].
6. Ukrainiske vydannia: (2001). Mizhnarodna statystychna klasyfikatsiia khvorob ta sporidnennykh problem okhorony zdorovia [International statistical classification of diseases and related health care problems]. Desiatyi perehliad. Kyiv, «Zdorovia», Vols. 3. 817 s. [in Ukrainian].
7. Chuhunov, V. (2015). Metodychna rozrobka do praktychnoho zaniattia po temi «Nevrotychni, pov`iazani iz stresom ta somatoformni rozlady» dlia studentiv 4 kursu medychnoho fakultetu (spetsialnist «Stomatolohiia») [Methodical development for a practical lesson on the topic «Neurotic, stress-related and somatoform disorders» for students of the 4th year of the medical faculty (specialty «Dentistry»)]. Zaporizhzhia : Zaporiz. derzh. med. un-t, 50 s. [in Ukrainian].
8. Elena Yashchenko, Ekaterina Shchelokova, & Olga Lazorak. (2018). Strategies and types of social and psychological adaptation of international students studying in London [Strategies and types of social and psychological adaptation of international students studying in London]. SHS Web of Conferences 55, 03006 ICD-11 Reference Guide. Retrieved from: <https://icdcdn.who.int/icd11referenceguide/en/html/index.html#1.1.0Part1purposeandmultipleusesofICD> (date of access: 24.05.2023). [in French].

РОЛЬ СІМ'Ї В ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ПСИХІАТРИЧНОЇ ДОПОМОГИ ХВОРИМ ІЗ ПСИХІЧНИМИ РОЗЛАДАМИ

Оверчук Вікторія Анатоліївна,

доктор наук, професор,

професор кафедри психології

Донецького національного університету імені Василя Стуса

<https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

Метою статті є висвітлення ефективних практичних методів психосоціальної реабілітації пацієнтів, які мають психічні розлади. У статті акцентується увага на значенні в процесі одужання людини з психічними розладами позалікарняної служби та усвідомлення того, що лікування може відбуватися в родинному середовищі з можливістю трудової діяльності. Зазначено, що психосоціальна реабілітація психічно хворих є комплексним процесом, спрямованим на відновлення та розвиток різних сфер життя людини. Психосоціальні реабілітаційні втручання відрізняються залежно від потреб пацієнтів, місця, де проводяться реабілітаційні втручання (лікарня чи громада), а також культурних і соціально-економічних умов країни, де проживає особа з психічними розладами. Авторкою зазначено, що нині існує велика кількість моделей психосоціальної реабілітації та поглядів на методи її проведення. Проте всі вчені та практики дійшли висновку, що результатом реабілітаційних заходів має стати реінтеграція (повернення) психічно хворих людей у суспільство. При цьому пацієнти мають почуватися не менш повноцінними громадянами, ніж інші групи населення. Авторкою доведено життєво важливу роль сім'ї в психосоціальній реабілітації осіб із психічними розладами. Насамперед важливо розуміти, що родичі пацієнтів є незамінними союзниками в лікуванні. З огляду на викладене мета реабілітації може бути визначена так: це покращення якості життя та соціального функціонування людей з психічними розладами шляхом подолання їх соціальної ізоляції та підвищення їхньої активної життєвої та громадянської позиції. Отриманий результат наукового аналізу предметної галузі може бути використаний у практичній діяльності клінічних психологів, практичних психологів, медичних працівників з організації психіатричної допомоги населенню, для складання освітніх програм підвищення професійної кваліфікації медичних психологів та психіатрів. У статті обґрунтовано актуальність і новизну напрямів дослідження для подальшого розроблення проблеми вдосконалення організації і змісту психіатричної допомоги хворим із психічними розладами.

Ключові слова: особистість із психічними розладами, сім'я, соціальне середовище, психосоціальна реабілітація, психологічне благополуччя.

Overchuk Victoria. The role of the family in the organization of psychosocial rehabilitation and psychiatric assistance for patients with mental disorders

The purpose of the article is to highlight effective, practical methods of psychosocial rehabilitation of patients with mental disorders. The article emphasizes the importance of outpatient services in the process of recovery of a person with mental disorders and the awareness that treatment can take place in a family environment, with the possibility of work. It is noted that psychosocial rehabilitation of the mentally ill is a complex process aimed at the recovery and development of various spheres of human life. Psychosocial rehabilitation interventions differ depending on the needs of patients, the place where rehabilitation interventions are carried out (hospital or community), as well as cultural and socio-economic conditions of the country, where a person with mental disorders lives. The author states that currently there are a large number of models of psychosocial rehabilitation and views on the methods of its implementation. However, all scientists and practitioners came to the conclusion that the result of rehabilitation measures should be the reintegration (return) of mentally ill people into society. At the same time, patients should feel no less full-fledged citizens than other population groups. The author proved the vital role of the family in the psychosocial rehabilitation of persons with mental disorders. First of all, it is important to understand that relatives of patients are indispensable allies in treatment. In view of the above, the goal of rehabilitation can be defined as follows: it is

the improvement of the quality of life and social functioning of people with mental disorders by overcoming their social isolation and increasing their active life and civic position. The obtained result of the scientific analysis of the subject area can be used in the practical activities of clinical psychologists, practical psychologists, medical workers in the organization of psychiatric care for the population, for drawing up educational programs for improving the professional qualifications of medical psychologists and psychiatrists. The article substantiates the relevance and novelty of research directions for further development of the problem of improving the organization and content of psychiatric care for patients with mental disorders.

Key words: *personality with mental disorders, family, social environment, psychosocial rehabilitation, psychological well-being.*

Постановка проблеми. Психічне здоров'я є невід'ємною складовою частиною здоров'я людини [1]. Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб чи фізичних вад. Важливим у цьому визначенні є те, що психічне здоров'я – це не лише відсутність психічних розладів та інвалідності, а й стан благополуччя, за якого людина реалізує свої здібності, може протистояти повсякденним життєвим стресам, продуктивно працювати, професійно та особистісно зростати й робити внесок у суспільство. [2] У цьому позитивному сенсі психічне здоров'я є основою благополуччя людини та ефективного функціонування спільноти, оскільки психічне здоров'я і благополуччя мають важливе значення для нашого суспільства, а також для можливості людини мислити, відчувати, спілкуватися. Враховуючи цей факт, сприяння збереженню психічного здоров'я, його захист і відновлення можна розглядати як питання, які мають життєво важливі цінності.

Мета роботи – на підставі теоретичного аналізу зарубіжних наукових джерел проаналізувати мету, особливості надання та значимість психосоціальної реабілітації як основного компонента в процесі реінтеграції осіб із психічними розладами до соціального середовища й висвітлити ефективні, практичні методи психосоціальної реабілітації пацієнтів, які мають психічні розлади.

Використано інформаційно-аналітичний метод дослідження зарубіжних наукових досліджень, присвячених питанням психосоціальної реабілітації осіб із психічними розладами.

Результати дослідження. Психосоціальна реабілітація – це безперервний процес, який включає комплекс медичних, психолого-педагогічних, соціально-еконо-

мічних і професійних заходів та дозволяє людям, які мають інвалідність унаслідок психічних розладів, досягти оптимального рівня самостійного функціонування в суспільстві.

В історії реабілітації людей із психічними розладами внаслідок багатьох факторів, у тому числі й тривалого стресу, можна виділити ряд важливих моментів, які відіграли значну роль в її розвитку [3; 4]. Підґрунтям перших реабілітаційних заходів може вважатися зміна відношення до психічнохворих пацієнтів у XVIII столітті у Франції в межах руху «моральна терапія», активними учасниками якого були Філіп Пінель та Вільям Тук. Вони вірили в повагу до кожної особистості, незалежно від її фізичного і психічного стану. Саме ці видатні лікарі вперше застосували повсякденну діяльність для реабілітації людей з різного роду інвалідностями, соматичними та психічними захворюваннями, які на той час утримувались як у в'язниці. У першій третині XIX століття прогресивні психіатри почали робити перші спроби використання трудової (професійної) реабілітації. Наприклад, організація роботи (працетерапії) для психічнохворих на садово-городніх і ремісничих роботах. Ерготерапії як напряму сучасної вітчизняної психіатрії стали приділяти особливу увагу, починаючи з 50-х років минулого століття. Діяла мережа лікувально-трудова майстерень та спеціальних майстерень, де могли працювати люди з психічними розладами, які перебували на стаціонарному та амбулаторному лікуванні. З початком соціально-економічних реформ у 90-х роках минулого століття близько 60% установ, які застосовували трудову реабілітацією (медико-виробничі майстерні, спеціалізовані майстерні на промислових підприємствах тощо), були змушені припинити свою діяльність. З початком медичної реформи,

яка зачепила і психіатричну галузь, функціонування психіатричних стаціонарів та амбулаторій трансформувалося, що вплинуло на можливості ерготерапії людей з психічними захворюваннями. Проте працевлаштування та ерготерапія є найбільш критичними компонентами програм психосоціальної реабілітації [5].

Моральна терапія – це підхід до реабілітації, який розвинувся наприкінці XVIII та на початку XIX століть. Цей метод забезпечив більш гуманну допомогу людям, які потребують психологічної допомоги. Основні принципи цього психосоціального впливу залишаються актуальними донині.

Велике значення для одужання хворої людини мало перенесення фокусу психіатричної допомоги на позалікарняну службу та усвідомлення того, що пацієнта можна лікувати в родинному середовищі, надаючи можливість працювати. У 30-х роках минулого століття почали відкриватися психоневрологічні диспансери, створювалися напівстаціонарні форми допомоги, що мали велике реабілітаційне значення. У 1950–1960-х роках набули широкого розвитку психіатричні кабінети в поліклініках, центральних районних лікарнях та інших установах загальної медичної мережі, на промислових підприємствах, у навчальних закладах, стаціонарах денного і нічного напівстаціонару, а також інші форми допомоги, спрямовані на задоволення потреб психічно хворих [6].

У зарубіжних країнах (Великобританія, Японія, Канада та ін.) у цей період соціальної недостатності почали активно створювати споживчі організації та групи підтримки тощо [7; 8].

Початок відкриття центрів психосоціальної реабілітації припадає на 80-ті роки XX століття. Перші такі центри створювалися самими пацієнтами (наприклад, Club House в США), і їхня діяльність спрямована на те, щоб допомогти хворим справлятися з проблемами повсякденного життя та зберегти, розвинути працездатність, незважаючи на інвалідність. Тому в таких центрах акцент робився передусім на діяльність, яка б допомагала пацієнтам справлятися з життєвими труднощами, вчила їх заходам для зміцнення здоров'я, а не на позбавлення від симптомів психічних захворювань. Центри психосоціаль-

ної реабілітації відіграли величезну роль у розвитку такої галузі знань, як реабілітація людей з інвалідністю внаслідок психічних захворювань. Незважаючи на те, що ця форма допомоги широко використовується в США, Швеції та Канаді, кількість реабілітаційних програм значно різниться (від 18-ти до 148-ми). В Україні подібні центри (заклади) почали створювати ще в середині 90-х років XX ст., але їх критично не вистачало і зазвичай це були заклади недержавної форми власності. Нині в Україні діють реабілітаційні центри, які спеціалізуються на арт-терапії, корекційних поведінкових втручаннях, дозвіллі, психотерапії, розвитку навичок, необхідних для подолання життєвих труднощів.

Для ефективного вирішення проблем, які виникають унаслідок стресових ситуацій та інших факторів у соціальному середовищі, пацієнтам, які страждають психічними розладами, потрібні специфічні знання, вміння та навички. Розвиток умінь і навичок базується на методиці, розробленій з урахуванням принципів соціального навчання. При цьому використовуються методи активно-директивного навчання – поведінкові вправи та рольові ігри, послідовне формування елементів поведінки, наставництво, спонукання, узагальнення набутих умінь. Доведено, що розвиток умінь і навичок, необхідних для подолання життєвих труднощів у людей з важкими психічними розладами, призводить до їхньої здатності до самостійного життя.

Психосоціальні реабілітаційні втручання відрізняються залежно від потреб пацієнтів [9], місця, де проводяться реабілітаційні втручання (лікарня чи громада), а також культурних і соціально-економічних умов країни, де проживає особа з психічними розладами. Але основою цієї діяльності є:

- 1) трудова реабілітація;
- 2) працевлаштування;
- 3) професійна підготовка та перепідготовка кадрів;
- 4) соціальний супровід;
- 5) забезпечення гідних умов проживання;
- 6) освіта;
- 7) психіатрична освіта, включаючи тренінги щодо того, як управляти хворобливими симптомами;
- 8) набуття та відновлення навичок спілкування;

- 9) набуття навичок самостійного життя;
- 10) реалізація хобі та дозвілля, духовних потреб.

Відновлення організму пацієнта з психічними розладами внаслідок дії стресових ситуацій починається з усунення причин стресу. Для цього необхідно:

- зменшити навантаження на психіку – без цього будь-які заходи є марними. Якщо усунути причину стресу поки не вдається, слід звернутися до психотерапевта – вибрати тактику, яка б дозволила компенсувати тиск на психіку;
- налагодити режим дня: спати потрібно 7–8 годин, інакше організм не зможе відновити ресурс;
- звільнити пацієнта від рутинних турбот – роботи, господарства, сім'ї (це звільнить час для відпочинку та догляду за здоров'ям);
- повернути стабільний настрій пацієнту допомагають речі, дії, в процесі виконання яких час проходить непомітно – абсолютно все, від пересадки кімнатних рослин до перегляду улюблених фільмів;
- підібрати необтяжливі фізичні навантаження – вони відволікають від неприємних думок і тренують організм, у тому числі серцевий м'яз;
- зупинити потік негативних думок, які виснажують, допоможуть йога, медитація чи інші духовні практики [10].

Таким чином, навіть із неповного переліку перелічених заходів стає зрозумілим, що психосоціальна реабілітація психічно хворих є комплексним процесом, спрямованим на відновлення та розвиток різних сфер життя людини [11].

Останнім часом зріс інтерес науковців, практиків, самих пацієнтів та їхніх родин до психосоціальної реабілітації [12; 13]. Нині існує велика кількість моделей психосоціальної реабілітації та поглядів на методи її проведення. Проте всі вчені та практики дійшли висновку, що результатом реабілітаційних заходів має стати реінтеграція (повернення) психічно хворих людей у суспільство. При цьому пацієнти мають почуватися не менш повноцінними громадянами, ніж інші групи населення. З огляду на викладене мета реабілітації може бути визначена так: це покращення якості життя та соціального функціонування людей з психічними роз-

ладами шляхом подолання їх соціальної ізоляції й підвищення їхньої активної життєвої та громадянської позиції.

У «Заяві про психосоціальну реабілітацію», розробленій Всесвітньою організацією охорони здоров'я у співпраці з Всесвітньою асоціацією психосоціальної реабілітації, перераховані такі цілі реабілітації:

- 1) зменшення тяжкості психопатологічних симптомів за допомогою тріади: ліків, психотерапевтичного лікування та психосоціальних втручань;
- 2) підвищення соціальної компетентності психічно хворих через розвиток комунікативних навичок, умінь долати стрес, а також трудової діяльності;
- 3) зменшення дискримінації та стигми;
- 4) підтримка сімей, в яких є психічно хворі;
- 5) створення та забезпечення довгострокової соціальної підтримки, задоволення принаймні базових потреб психічно хворих людей, які включають житло, працевлаштування, дозвілля та створення соціальної мережі (коло спілкування);
- 6) підвищення автономності (незалежності) людей з психологічними розладами, покращення їхньої самодостатності та самозахисту.

На нашу думку, для розвитку і становлення психосоціальної реабілітації необхідно налагодити надання психіатричної допомоги за місцем проживання пацієнта – доступної та повної, що дозволить людям, які її потребують, лікуватися та отримувати професійну, постійну підтримку.

На підставі наукових досліджень, практичних спостережень поряд із комплексним лікуванням, що включає медикаментозну, ерготерапію, фізіотерапію, культурно-просвітницьку та дозвільну роботу, натеper застосовуються такі види психосоціальних втручань:

- освітні програми з психіатрії для пацієнтів;
- освітні програми з психіатрії для родичів пацієнтів;
- фрагменти тренінгів з розвитку навичок щоденного самостійного життя – тренінги з приготування їжі, покупок, сімейного бюджету, ведення домашнього господарства, використання транспорту тощо;
- елементи тренінгу для розвитку соціальних навичок – соціально прийнятної та

впевненої поведінки, спілкування, вирішення повсякденних проблем тощо;

- фрагменти тренінгів для розвитку навичок управління психічним здоров'ям;

- групи самопомоги та взаємопідтримки пацієнтів та їхніх родичів, громадські організації споживачів психіатричної допомоги;

- когнітивно-поведінкова терапія, спрямована на покращення пам'яті, уваги, мови та поведінки;

- сімейна терапія та інші види індивідуальної та групової психотерапії [14].

Натепер науковцями та практиками доведено життєво важливу роль сім'ї в психосоціальній реабілітації осіб із психічними розладами [15]. Передусім важливо розуміти, що родичі пацієнтів є незамінними союзниками в лікуванні. Для них доцільно проводити різноманітні спеціальні навчання, але родичі пацієнтів часто мають багато власних знань і досвіду, що значно сприяє та допомагає процесу реабілітації. Для психолога (лікаря) цінним джерелом інформації про стан хворого можуть бути рідні; іноді вони краще, ніж фахівці, обізнані про деякі аспекти його захворювання. Часто сім'я є сполучною ланкою між пацієнтом і системою охорони психічного здоров'я. Родичі допомагають іншим сім'ям, чиє життя змінилося або постраждало від психічної хвороби, порадами, власним досвідом та діляться можливими варіантами вирішення проблем. Усе це дозволяє стверджувати, що родичі хворих викликають довіру, є зрозумілими, близькими, своєрідними вчителями або вихователями для інших сімей пацієнтів із психічними захворюваннями.

При цьому родичі осіб із психічними захворюваннями повинні враховувати, що пацієнти почуваються найкраще, якщо сім'я та кожен її член мають певний порядок, правила й регулярні обов'язки. Необхідно встановити режим, який відповідав би можливостям пацієнта. Родичі можуть допомогти пацієнтам у правильному застосуванні ліків та контролі їх побічної

дії. Згодом можна доручити хворому частину роботи по дому (миття посуду, прибирання квартири, догляд за квітами, домашніми тваринами, тощо) і поза домом (похід у магазини, відвідування пральні, хімчистки тощо). Участь сім'ї в програмах психіатричної освіти є ще одним її важливим внеском у психосоціальну реабілітацію хворого родича. Значенню сімейно-психіатричної освіти останнім часом приділяється багато уваги в науковій літературі. Знання основ психіатрії та психофармакології, вміння розуміти симптоми захворювання, оволодіння навичками спілкування з хворою людиною в родині дають реальну можливість зменшити частоту загострень стресових станів і наслідків у вигляді психічних розладів.

Висновки. Таким чином, члени сім'ї можуть зробити вагомий внесок у боротьбу зі стигмою та дискримінацією, а також у вдосконалення законодавства щодо психічно хворих людей та їхніх родин. Однак родичі повинні співпрацювати організовано: створювати групи підтримки та організації для допомоги психічнохворим. У цьому випадку вони не тільки можуть надати підтримку людям, які стикаються з типовими проблемами, вони можуть стати силою, з якою повинні рахуватися фахівці та державні установи, котрі відповідають за надання високоякісної психіатричної та соціальної допомоги [7]. Крім того, працюючи в команді, родичі пацієнтів самі можуть проводити психосоціальні реабілітаційні програми – дозвілля, відпочинкову терапію, освітні заходи для населення з метою зменшення стигматизації та дискримінації пацієнтів, а також, об'єднавшись із професіоналами, реалізовувати освітні програми в галузі психіатрії, організовувати професійне навчання, розвиток соціальних навичок, створювати групи підтримки та громадські організації, які проводять активну роботу з психосоціальної реабілітації безпосередньо в громаді, спираючись на її ресурси поза стінами лікарень чи диспансерів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Metodologia de aconselhamento psicológico para superar uma crise de vida / V. Overchuk et al. *Laplage Em Revista*, 7(Extra-E). 2021. 359–368 pp.
2. Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: A systematic review / J. Wang et al. *BMC Psychiatry*. 2018. 18(1). 156 p.

3. Idores A. R., Geraldo A., Martins H. The Road to Digitally-Driven Mental Health Services: Remote Psychological Interventions. *Digital Therapies in Psychosocial Rehabilitation and Mental Health*. IGI Global. 2022. P. 42–71.
4. Physiological biomarkers of chronic stress: A systematic review / S. Noushad et al. *International journal of health sciences*. 2021. 15(5). 46 p.
5. Long-term functional, psychological, emotional, and social outcomes in survivors of firearm injuries / M. A. Vella et al. *JAMA surgery*. 2020. 155(1). P. 51–59.
6. Rohleder N. Stress and inflammation – the need to address the gap in the transition between acute and chronic stress effects. *Psychoneuroendocrinology*. 2019. 105. P. 164–171.
7. Cirineu C. T., Fiorati R. C., Muñoz C. M. Autonomy of people with psychological suffering from the perspective of work: Perceptions of users and their families. *Revista Colombiana de psiquiatria (English ed.)*. 2022. 51(4). P. 272–280.
8. Moench K. M., Breach M. R., Wellman C. L. Chronic stress produces enduring sex- and region-specific alterations in novel stress-induced c-Fos expression. *Neurobiology of stress*, 2019. 10. 100147.
9. Psychometric properties of the Stanford Acute Stress Reaction Questionnaire (SASRQ): A valid and reliable measure of acute stress / E. Cardeña et al. *Trauma Stress*. 2000. 13(4). P. 719–734.
10. Role of rehabilitation in chronic stress-induced exhaustion disorder: A narrative review / J. Wallensten et al. *Rehabil. Med.* 2019. 51(5). P. 331–342.
11. Crosswell A.D., Lockwood K.G. Best practices for stress measurement: How to measure psychological stress in health research. *Health Psychology Open*. 2020. 7(2). 2055102920933072.
12. Garfin D.R., Thompson R.R., Holman E.A. Acute stress and subsequent health outcomes: A systematic review. *Psychosom. Res.*, 2018. 112. P. 107–113.
13. Rehabilitation decreases exercise-induced oxidative stress in chronic obstructive pulmonary disease / E.M. Mercken et al. *American journal of respiratory and critical care medicine*. 2005. 172(8). P. 994–1001.
14. Chronic stress and endothelial dysfunction: mechanisms, experimental challenges, and the way ahead / L. Sher et al. *American Journal of Physiology-Heart and Circulatory Physiology*. 2020. 319(2). P. 488–506.
15. Hannibal K.E., Bishop M.D.: Chronic stress, cortisol dysfunction, and pain: a psychoneuroendocrine rationale for stress management in pain rehabilitation. *Physical therapy*. 2014. 94(12). P. 1816–1825.

REFERENCES:

1. Overchuk, V., Yaroshchuk, M., Danylchenko, T., Litvinova, A., & Absalyamova, L. (2021). Metodologia de aconselhamento psicológico para superar uma crise de vida. *Laplage Em Revista*, 7(Extra-E). 359–368 pp.
2. Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R., & Johnson, S. (2018) Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: A systematic review. *BMC Psychiatry* 18(1). 156 p.
3. Idores, A. R., Geraldo, A., & Martins, H. (2022) The Road to Digitally-Driven Mental Health Services: Remote Psychological Interventions. *Digital Therapies in Psychosocial Rehabilitation and Mental Health*. IGI Global. 42–71 pp.
4. Noushad, S., Ahmed, S., Ansari, B., Mustafa, U. H., Saleem, Y., & Hazrat, H. (2021) Physiological biomarkers of chronic stress: A systematic review. *International journal of health sciences*, 15(5). 46 p.
5. Vella, M. A., Warshauer, A., Tortorello, G., Fernandez Moure, J., Giacalone, J., & Chen, B. et al. (2020) Long-term functional, psychological, emotional, and social outcomes in survivors of firearm injuries. *JAMA surgery*, 155(1). 51–59 pp.
6. Rohleder, N. (2019) Stress and inflammation – the need to address the gap in the transition between acute and chronic stress effects. *Psychoneuroendocrinology*, 105. 164-171 pp.
7. Cirineu, C. T., Fiorati, R. C., & Muñoz, C. M. (2022) Autonomy of people with psychological suffering from the perspective of work: Perceptions of users and their families. *Revista Colombiana de psiquiatria (English ed.)*, 51(4). 272–280 pp.

8. Moench, K. M., Breach, M. R., & Wellman, C. L. (2019) Chronic stress produces enduring sex-and region-specific alterations in novel stress-induced c-Fos expression. *Neurobiology of stress*, 10. 100147.
9. Cardeña, E., Koopman, C., Classen, C., Waelde, L. C. & Spiegel, D.(2000) Psychometric properties of the Stanford Acute Stress Reaction Questionnaire (SASRQ): A valid and reliable measure of acute stress. *J. Trauma Stress*, 13(4). 719–734 pp.
10. Wallensten, J., Åsberg, M., Wiklander, M., & Nager, A. (2019) Role of rehabilitation in chronic stress-induced exhaustion disorder: A narrative review. *J. Rehabil. Med.*, 51(5). 331–342 pp.
11. Crosswell, A. D., & Lockwood, K. G.(2020) Best practices for stress measurement: How to measure psychological stress in health research. *Health Psychology Open*, 7(2). 2055102920933072.
12. Garfin, D. R., Thompson, R. R. & Holman, E. A. (2018) Acute stress and subsequent health outcomes: A systematic review. *J. Psychosom. Res.* 112. 107–113 pp.
13. Mercken, E. M., Hageman, G. J., Schols, A. M., Akkermans, M. A., Bast, A., & Wouters, E. F. (2005) Rehabilitation decreases exercise-induced oxidative stress in chronic obstructive pulmonary disease. *American journal of respiratory and critical care medicine*, 172(8). 994–1001 pp.
14. Sher, L. D., Geddie, H., Olivier, L., Cairns, M., Truter, N., Beselaar, L., & Essop, M. F. (2020) Chronic stress and endothelial dysfunction: mechanisms, experimental challenges, and the way ahead. *American Journal of Physiology-Heart and Circulatory Physiology*, 319(2). 488–506 pp.
15. Hannibal, K. E., & Bishop, M. D. (2014) Chronic stress, cortisol dysfunction, and pain: a psychoneuroendocrine rationale for stress management in pain rehabilitation. *Physical therapy*, 94(12). 1816–1825 pp.

УДК 159.9:17.022.36:2-457(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.17>

МАТЕРИНСТВО В УКРАЇНСЬКІЙ КУЛЬТУРІ: ПСИХОЛОГІЯ СУЧАСНОЇ МАТЕРІ

Папуча Микола Васильович,

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри загальної та практичної психології
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
<https://orcid.org/0000-0001-5264-3241>

У статті розглядається поняття психології материнства та сучасне розуміння цього феномена в науковому світі. Проводиться теоретичний аналіз існуючих досліджень на цю тему, виділено основні підходи до проблеми материнства сьогодні у вітчизняному та зарубіжному науковому середовищі. Вивчаються основні етапи формування відносин «мати – дитина», найважливішим з яких є етап вагітності та дитинства, а також саме поняття «материнство» як частина особистісної сфери жінки. Розглядається також вплив факту планування вагітності на формування позитивного емоційного відношення до дитини у матері.

Материнство розглядається як органічно пов'язане з матеріальною та духовною культурою народу, традиціями. У цьому аспекті культура є формою трансляції досвіду, а материнство поряд із традицією та за її допомогою виступає механізмом передачі культурних цінностей. Материнство «відображає накопичений народом досвід, вистраждані ним цінності, головні орієнтири та норми спілкування».

Ключові положення системно-структурного підходу переконливо доводять, що образ матері є репрезентованим у свідомості проекцією ціннісно-сміслових та якісних характеристик материнської поведінки і світосприйняття, представлених на різних рівнях ієрархічно заданої системи відображення – перцептивному, понятійному та амодальному. До кожного рівня відображення образу матері характерні особливості його репрезентації: ідеалізація та заперечення недоліків у своїх матерів (перцептивний рівень), моралізація, повинності, високі соціальні вимоги (понятійний рівень), сприйняття образу (амодальний рівень). Узагальнений образ матері, репрезентований у свідомості українців, представлений конгломератом ціннісно-сміслових й інструментальних (вони забезпечують ефективну взаємодію з оточуючими та передусім з дітьми) характеристик.

Ключові слова: материнство, українська культура, сучасна мати, психологія, проблема материнства.

Papucha Mykola. Motherhood in Ukrainian culture: the psychology of the modern mother

The article examines the concept of the psychology of motherhood and the modern understanding of this phenomenon in the scientific world. A theoretical analysis of existing research on this topic is carried out, the main approaches to the problem of motherhood today in the domestic and foreign scientific environment are highlighted. The main stages of the formation of the "mother-child" relationship are studied, the most important of which is the stage of pregnancy and childhood, as well as the very concept of "motherhood" as part of a woman's personal sphere. The influence of the fact of pregnancy planning on the formation of a positive emotional attitude towards the child in the mother is also considered.

Motherhood is considered organically connected with the material and spiritual culture of the people, traditions. In this aspect, culture is a form of transmission of experience, and motherhood, along with and with the help of tradition, acts as a mechanism for the transmission of cultural values. Motherhood "reflects the accumulated experience of the people, the values suffered by them, the main orientations and norms of communication." Based on the key provisions of the systemic-structural approach, the author convincingly proves that the image of the mother is a projection of the value-semantic and qualitative characteristics of maternal behavior and world perception represented in the mind, presented at different levels of a hierarchically defined system of reflection – the perceptual, conceptual and amodal levels.

Each level of representation of the image of the mother is characterized by features of its representation: idealization and denial of the shortcomings of one's mothers (perceptual level), moralization, obligations, high social requirements (conceptual level), perception of the image (amodal level). The generalized image of the mother, represented in the minds of Ukrainians, is represented by a conglomerate of value-semantic and instrumental (they ensure effective interaction with others and, first of all, with children) characteristics.

Key words: *motherhood, Ukrainian culture, modern mother, psychology, problem of motherhood.*

Постановка проблеми. Аналіз існуючих теоретичних досліджень у психології дозволяє виділити три основні підходи до проблеми материнства.

Перший з них – культурно-історичний. З позиції цього підходу материнство є однією із соціальних жіночих ролей, детермінованою громадськими нормами та цінностями, які мають визначальний вплив на прояви материнського відношення, навіть якщо потреба бути матір'ю закладена в жіночій природі [7].

Другий підхід – природно-біологічний. Представники цього підходу вивчають материнство як біологічну схильність жінки до певних зразків поведінки, як «материнський інстинкт». Материнська поведінка, з позиції біологічного підходу, є лише діяльністю, що спрямована на організацію фізіологічного та розвиваючого середовища для дитини [6]. До цього підходу відносять деякі напрями, в яких поєднуються біологічний та психологічний підходи до материнства. До таких напрямів відносять етологічний, соціобіологічний, фізіологічний та психофізіологічний підходи, порівняльні біопсихологічні дослідження.

Третій підхід – функціонально-особистісний, що аналізує материнство як один зі складників особистісної сфери жінки. У рамках цього підходу вивчаються материнські установки, очікування [5], задоволеність роллю матері в різні вікові періоди дитини, материнська компетентність, материнські якості, які вважаються найбільш оптимальними для повноцінного розвитку дитини, вплив материнсько-дочірніх відносин на успішність материнства дочки, а також вивчаються особливості статевої та особистісної ідентифікації жінки [5]. У межах функціонального підходу виділяються кілька напрямів, серед яких – психоаналітичний, феноменологічний, психолого-педагогічний, психотерапевтичний.

Метою роботи є визначення материнства в українській культурі, як психології сучасної матері.

Результати дослідження. Останнім часом у дослідженні материнства виділяють також ґендерний підхід [7], в якому материнство (як і батьківство) сприймається як соціальний феномен, зумовлений впливом соціального середовища, суспільних структур на сприйняття ролі жінки та чоловіка. У цьому ґендерний підхід повністю виключає роль «біологічного» в материнській поведінці, й бажання ставати чи не ставати матір'ю повністю відводиться особистому вибору жінки [6]. Материнство є складним, багатостороннім феноменом. Це пояснює мультидисциплінарний характер його дослідження в науці.

Психологія, філософія, соціологія, культурологія, біологія, фізіологія та медицина розглядають материнство як предмет дослідження. На думку М. Нероба [5], материнство як психосоціальний феномен розглядається з двох основних позицій: материнство як забезпечення умов для розвитку дитини та материнство як частина особистісної сфери жінки.

Для нашого дослідження найбільший інтерес представляє поняття материнства як культурно-історичний феномен, що розглядає інститут материнства як історично зумовлений. З позиції цього підходу материнство є однією із соціальних жіночих ролей, детермінованої суспільними нормами та цінностями, які мають визначальний вплив на прояви материнського відношення, навіть якщо потреба бути матір'ю і закладена в жіночій природі.

Представниками цього напрямку є М. Мід, Е. Бадінтер, І. Кон, В. Раміх та ін. У роботі М. Мід [7] материнство розглядається як глибоко закладений інстинкт, біологічно зумовлений такими унікальними процесами, як зачаття, виношування, пологи, годування. Вона розглядає материн-

ство через призму турботи та прихильності жінки до дитини як природні функції матері. Проведене М. Мід дослідження доводить вплив культурних традицій на ставлення жінки до материнства. Там, де вагітність є ускладненням подружніх відносин, жінки можуть йти на все, щоб не народжувати дітей. Якщо ж у суспільстві велике значення має принцип законородженості, то незаміжні жінки остерігаються позашлюбної дитини. Також до спотворення материнських почуттів, на думку М. Мід, веде порушення сприйняття своєї статевої ролі, застосування наркозу під час пологів, що не дозволяє жінці усвідомити, що вона народила дитину, заміна грудного вигодовування штучним. Учена вважає, що «материнство й материнські почуття забезпечені гендерною приналежністю, і жінки за природою своєю є матерями» [7, с. 87].

Підхід до материнства В. Брутмана має сильнішу соціоцентричну позицію. На відміну від М. Мід, В. Брутман вважає, що материнський інстинкт насправді є міфом. Результати дослідження, проведені В. Брутманом, показали надзвичайну мінливість материнських почуттів залежно від культури та традицій.

Автор не знайшла жодної єдиної притаманної всім культурам і епохам материнської поведінки. Вона зробила висновок, що материнство є феноменом, що еволюціонує і наповнюється різним змістом у різні епохи, і виділила три головні жіночі соціальні ролі: дружина, мати, вільна жінка, що реалізується. Здійснення цих ролей взаємопов'язане, але залежно від особливостей епохи одна з них виходить на перший план. Відповідно, суспільство впливає на те, як жінка ставиться до ролі матері та реалізує її. Вона може бути «краще» або «гірше» як мати, й це залежить від того, як і наскільки це цінується або знецінюється в суспільстві, де вона живе [2, с. 67].

У вітчизняній науці, в культурно-історичному підході представлена концепція материнства як механізму формування, розвитку, збереження, відродження культури через зв'язок із культурно-історичними традиціями. Материнство розглядається як органічно пов'язане з матеріальною та духовною культурою народу, традиціями. У цьому аспекті

культура є формою трансляції досвіду, а материнство поряд із традицією та за її допомогою виступає механізмом передачі культурних цінностей. Материнство «відбиває накопичений народом досвід, вистраждані ним цінності, головні орієнтири та норми спілкування» [5, с. 91].

Окремим напрямом психологічних досліджень у галузі материнства є дослідження онтогенезу материнської сфери. Представники психологічного підходу розглядають материнство не лише як культурний статус чи соціальну роль жінки, але як частину її особистісної сфери, що визначається її власною психічною історією.

У межах цього підходу О. Королович визначає материнство «як частину особистісної сфери жінки, що має філо- та онтогенетичну історію, орієнтовану на завдання народження та виховання дитини» [3, с. 76].

Різні автори виділяють різні етапи становлення материнства від планування до народження дитини. Зарубіжними вченими розроблено періодизацію розвитку материнської мотиваційної сфери, що дало можливість структурувати її онтогенез як розвиток відповідних потреб, операційного та ціннісно-сислового блоків. Таким чином, існує безліч підходів до вивчення психології материнства. Проте, як зазначають дослідники [6–8], незважаючи на безліч підходів, адекватної концепції, що дозволяє мати цілісне уявлення про материнство, його структуру, зміст та онтогенетичне формування, натепер не існує.

Проте аналіз існуючих психологічних досліджень у галузі материнства дозволяє зробити висновок про існування двох основних підходів. У першому підході материнство сприймається як умова розвитку, а мати представлена як «середовище» для розвитку. Другий напрям характеризується розглядом материнства як частини особистісної сфери жінки, яка піддається багатосторонньому впливу, що проходить певні етапи розвитку. Роль материнства в житті жінки зумовлена соціокультурними чинниками (ставлення до материнства в суспільстві), особливостями переживання вагітності та індивідуальним ставленням жінки до ролі матері.

У контексті дитячо-батьківської взаємодії матері відводиться провідна роль

у житті та розвитку дитини. Дослідниця В. Агеєва [1], узагальнивши сучасні психоаналітичні концепції, що звертаються до дослідження психології вагітності, виділила загальні їхні риси:

1. Вагітність і материнство – специфічний психофізичний та психосоціальний феномен, що є невід’ємною частиною психосексуального розвитку особистості жінки та дитини.

2. Вагітність є кризовою ситуацією в розвитку зрілої жіночої особистості.

3. Особливість періоду вагітності як кризового полягає в тому, що жінка вперше стикається з необхідністю встановлення якісно нових для неї відносин «мати – дитина», що означає кінець існування жінки як незалежної, окремої істоти та носить безповоротний характер незалежно від результату вагітності (народження дитини, аборт або викидень).

4. Основною умовою формування відносин «мати – дитина» є процес формування образу майбутньої дитини у вагітної жінки, який розуміється в психоаналізі як сукупність несвідомих ментальних репрезентацій реального об’єкту лібідо [1, с. 12–14].

На думку М. Нероби [5], в період вагітності актуалізуються три основні проблеми:

- прийняття себе в новому стані вагітності;
- прийняття нового життя – дитини в собі;
- прийняття навколишнього світу в стані вагітності.

На наш погляд, значущим щодо вивчення формування образу майбутньої дитини є підхід М. Нероби зі співавторами, які вивчали ставлення до вагітності в рамках її внутрішньої картини. Маючи концепцію відносин, автори розглядали внутрішню картину вагітності як психологічні прояви суб’єктивного ставлення до вагітності, що формується під впливом соматичної, психофізіологічної та власне психологічної еферентації в ситуації вагітності й включає емоційний, когнітивний і мотиваційно-поведінковий компоненти.

На думку авторів, ідеться про аналог чуттєвого рівня соматопсихічних співвідношень, викликаних вагітністю. М. Нероба зазначає необхідність включення чуттєвого компоненту в структуру ставлення до вагітності, крім іншого, та участі інтрацеп-

тивних відчуттів у формуванні ставлення до майбутньої дитини, її образу, встановлення внутрішнього психологічного діалогу з ще не народженою дитиною [5].

Така внутрішня картина вагітності, на думку М. Нероби, характеризуватимуться такими складниками, як:

– чуттєвий пласт (інтрацептивні відчуття плода, його ворущінь, увесь комплекс тілесних переживань, пов’язаних із вагітністю);

– емоційний компонент (емоційне реагування стосовно свого стану та майбутньої дитини);

– когнітивний компонент (увесь комплекс уявлень про вагітність, материнство і майбутню дитину, сенс ситуації вагітності);

– мотиваційно-поведінковий компонент (мотиви та особливості поведінки в ситуації вагітності). При цьому чуттєвий пласт такої внутрішньої картини вагітності становить певну основу для перелічених вище компонентів системи відносин вагітної жінки [5].

Враховуючи зазначені вище положення, ми визначаємо образ матері як складне психічне утворення, яке репрезентує у свідомості проєкцію ціннісно-сміслових і якісних характеристик материнської поведінки та світосприйняття, представлених на різних рівнях ієрархічно заданої системи відображення: перцептивному, понятійному та амодальному [2; 5]. При цьому на перцептивному рівні відображення образ матері наповнений сукупністю характеристик, що склалися в особистому досвіді взаємодії з матір’ю, на понятійному – розкривається через значення та ціннісно-сміслові категорії, що склалися в ході узагальненого осмислення різних зразків материнської поведінки, на амодальному – представлений через призму загальнокультурних значень та ціннісно-символічних категорій [1; 6; 7; 8].

Аналіз результатів дослідження.

Представники психоаналітичного напрямку А. Фрейд, К. Хорні, Е. Еріксон, Д. Пайнз, Е. Фенікс, М. Кляйн, М. Марконе, С. Фанті, Ф. Дольто К. Ельячєфф вивчають материнство в дитячо-батьківській взаємодії, в якій матері відводиться провідна роль розвитку дитини. У цьому напрямі розроблено перші теоретичні концепції та методи психотерапевтичної роботи з батьками та з немовлятами [5].

У рамках феноменологічного спрямування розглядається поведінка матері, її функції, установки, переживання, очікування тощо, виділяються та докладно описуються функції матері, особливості її поведінки, переживань, установок, очікувань тощо, виділяються типи і стилі материнської поведінки, позицій, відносини з урахуванням особистісних особливостей матері, її історії життя, адаптації до подружжя, моделі поведінки власної матері, культурних, соціальних і сімейних особливостей, фізичного та психічного здоров'я [7].

Представники психолого-педагогічного спрямування за необхідну умову розвитку материнської поведінки розглядають психолого-педагогічну культуру [6]. Психотерапевтичний напрям вивчає особливості матері як причину порушення психічного розвитку дитини (затримка психічного розвитку, дитячі психіатричні захворювання дітей та підлітків, їх соціальна дезадаптація та ін.).

Висновки. Результати дослідження особливостей репрезентації образу матері в українській ментальності через призму багаторівневої системи відображення, його структурної організації та змістовної наповненості, представлені в цій роботі, дозволяють сформулювати такі висновки:

1. Образ матері є репрезентованим у свідомості проекції ціннісно-сміслових і якісних характеристик материнської

поведінки та світосприйняття, представлених на перцептивному, понятійному та амодальному рівнях ієрархічно заданої системи відображення.

2. На різних рівнях ієрархічно заданої системи відображення зміст образу матері варіюється: на перцептивному рівні його наповнюють узагальнені позитивні оцінки, що змінюються залежно від контексту опису, на понятійному – характеристики, які розкривають переваги та обмеження материнства, а також позитивні та негативні якості матерів, що виявляються переважно в материнсько-дитячих відносинах, на амодальному – образ матері уособлює силу, високий потенціал для самовираження, чільний статус в ієрархії батьківських архетипів.

3. До кожного рівня відображення образу матері характерні особливості його репрезентації: ідеалізація та заперечення недоліків своїх матерів (перцептивний рівень), моралізація, повинності, високі соціальні вимоги (понятійний рівень), синкретичність сприйняття образу (амодальний рівень).

4. Узагальнений образ матері, представлений у свідомості українців, представлений конгломератом ціннісно-сміслових (відображають смислове призначення матері, її рольові патерни, пов'язані з виконанням виховних функцій) та інструментальних (забезпечують ефективну взаємодію з оточуючими та передусім дітьми) характеристик.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Агеева В. Зміна літературних поколінь не визначається лише календарем. *ЛітАкцент – світ сучасної літератури*. 10.04.2019. URL: <http://litakcent.com/2019/04/10/zmina-mistetskih-pokolin-ne-viznachayetsya-lishekalendarem/>
2. Брутман В. І. Динаміка психічного стану жінки під час вагітності і після пологів. *Питання України*. 2022. № 1. С. 59–69.
3. Королович О. В. Детермінанти психогенного безпліддя: глибинний погляд на проблему. *Psychological Journal*. 2018. № 8(18). С. 76–85.
4. Мінюрова С. А. Діалогічний підхід до аналізу смислового переживання материнства. *Психологічний журнал*. 2022. № 5. С. 63–75.
5. Нероба М. В. Материнство як психологічний феномен. *Педагогічний Процес: теорія і практика*. 2019. № 3–4(48–49). С. 90–93.
6. Freeman D. Margaret Mead and Samoa : The Making and Unmaking of an Anthropological Myth. *Canberra : Australian National University Press*. 2019. 379 p.
7. Mead M. Culture and Commitment: a Study of the Generation Gap. *Garden City*. N. Y. : Natural History Press : Doubleday & Company, 2020. 113 p.
8. Sudha G., Reddy K.S. Causes of female infertility: a cross sectional study. *International Journal of Latest Research in Science and Technology*. 2013. Vol. 2. № 6. P. 119–123.

REFERENCES:

1. Aheyeva, Vira. Zmina literaturnykh pokolin vyznachayet'sya lyshe kalendarem. [The change of literary generations is not determined only by the calendar]. LitAktsent – svit suchasnoyi literatury. 10.04.2019. Retrieved from: <http://litakcent.com/2019/04/10/zmina-mistetskih-pokolin-ne-viznachayetsya-lishekalendarem/> [in Ukrainian].
2. Brutman, V. I. (2022). Dynamika psykhhichnoho stanu zhinky pid chas vahitnosti i pislya polohiv. [Dynamics of a woman's mental state during pregnancy and after childbirth]. *Pytannya Ukrayiny*, 1. S. 59–69 [in Ukrainian].
3. Korolovych, O.V. (2018). Determinanty psykhhohenoho bezplidya: hlybnyy pohlyad na problemu. [Determinants of psychogenic infertility: an in-depth look at the problem]. *Psychological Journal*, 8(18). C. 76–85 [in Ukrainian].
4. Minyurova, S. A. (2022). Dialohichnyy pidkhid do analizu smyslovoho perezhyvannya materynstva [A dialogical approach to the analysis of the meaningful experience of motherhood]. *Psykhhologichnyy zhurnal*, 5. S. 63–75. [in Ukrainian].
5. Neroba, M. V. (2019). Materynstvo yak psykhhologichnyy fenomen. [Motherhood as a psychological phenomenon]. *Pedahohichnyy Protsey: teoriya i praktyka*. 3–4 (48–49). C. 90–93. [in Ukrainian].
6. Freeman, D., Margaret Mead and Samoa. (2019). The Making and Unmaking of an Anthropological Myth / D. Freeman. *Canberra : Australian National University Press*. 379 p. [in English].
7. Mead, Margaret. (2020). Culture and Commitment: a Study of the Generation Gap. Garden City, N. Y. : Natural History Press : Doubleday & Company. 113 p. [in English].
8. Sudha, G., Reddy, K.S. (2013). Causes of female infertility: a cross sectional study. *International Journal of Latest Research in Science and Technology*, Vol. 2, No 6. P. 119–123. [in English].

УДК 615.851:618.177/.179

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.18>

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ЖІНКАМ, ЯКІ СТРАЖДАЮТЬ НА БЕЗПЛІДДЯ, В УМОВАХ МЕДИЧНОЇ УСТАНОВИ

Перепелюк Тетяна Дмитрівна,

кандидат психологічних наук, професор,
професор кафедри психології

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

<https://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Психологічна допомога жінкам, які страждають на безпліддя, в умовах медичного закладу є важливою і невід'ємною частиною лікувального процесу. Безпліддя може бути надзвичайно стресовим станом для жінок, і психологічна підтримка допомагає їм впоратися з емоційними та психологічними труднощами, що виникають унаслідок цієї проблеми. З'ясовано, що лікарі та психологи в медичних закладах можуть надавати таку психологічну допомогу жінкам, які страждають на безпліддя: інформування та консультування, підтримку емоційного благополуччя, консультування щодо відносин, адже безпліддя може впливати на відносини з партнером, сім'єю та друзями. Психологи допоможуть жінкам виражати емоції перед близькими, говорити про свої почуття, допоможуть затвердити особистісні кордони та покращити комунікацію, а також оточать їх підтримкою та розумінням, психологи можуть допомогти жінкам підготуватися до медичних процедур та лікування, обговорити можливі ризики та побічні ефекти, допомогти впоратися з тривогою та страхом, пов'язаними з процесом лікування, організація групових сесій для жінок із безпліддям може надати можливість обговорити свої почуття та досвід з іншими жінками, які перебувають у схожій ситуації. Це може бути цінним і підтримуючим досвідом, що дозволяє жінкам почуватися менш самотніми та ізольованими.

Психологічна допомога для жінок, які страждають на безпліддя, повинна бути доступною в медичних закладах, де проводиться лікування. Це допоможе жінкам отримати всебічну допомогу та підтримку, щоби впоратися з емоційними та психологічними наслідками безпліддя.

Ключові слова: психологічна допомога, жінки з безпліддям, медична установа, лікування безпліддя, репродуктивна система.

Perepeliuk Tetiana. Psychological assistance to women suffering from infertility in the conditions of a medical institution

Psychological assistance to women who suffer from infertility, in the medical minds, is an important and invisible part of the healing process. Infertility can be extremely stressful for women, and psychological support can help them deal with the emotional and psychological difficulties that result from this problem. It is clear that doctors and psychologists in medical settings can provide immediate psychological assistance to women who suffer from infertility: information and counseling, support for emotional well-being, counseling to ensure: free You can go swimming with your partner, family and friends. Psychologists can help women communicate with loved ones about their sense of spontaneity, help strengthen cordons and improve communication, and also encourage them to understand, psychologists can help women prepare for copper basic procedures and treatment, discuss possible risks and side effects, help deal with anxiety and With the fear associated with the healing process, organizing group sessions for infertile wives can give you the opportunity to discuss your feelings with other wives who are experiencing a similar situation. This may be valuable and encouraging evidence that allows women to feel less self-conscious and isolated.

Psychological assistance for women who suffer from infertility must be available in medical facilities where treatment is provided. This helps women stop receiving all the help and support they can to deal with the emotional and psychological consequences of infertility.

Key words: psychological assistance, infertile women, medical setting, infertility treatment, reproductive system.

Постановка проблеми. Розвинені країни переживають нині стійку тенденцію, що виражається в зростанні кількості безплідних сімей. Поширеність безпліддя в країнах у середньому становить близько 14%. У сучасних реаліях ця проблема набуває все більшу актуальність і постає перед дослідниками скоріше як демографічна, чим медико-соціальна та соціально-психологічна. Її демографічне наповнення полягає в тому, що безплідність зумовлює загальне зниження народжуваності, зменшення населення в цілому і трудових ресурсів зокрема. Для України характерна тенденція до підвищення віку жінок, які народжують (зміщення в бік вікових категорій жінок 25–29 та 30–34 років) [1].

Віднесення планування першої вагітності на третю–четверту декаду життя жінки є однією з основних причин розвитку порушень фертильної функції та зниження народжуваності. Погіршення репродуктивних характеристик населення XXI століття досягло рівня, здатного обмежити народжуваність у суспільстві. Така ситуація стає проблемною для багатьох індустріальних держав і є одним із пріоритетних завдань національних програм. Зміна традиційного типу відтворення населення на сучасне актуалізує проблему, пов'язану з реалізацією індивідуальних репродуктивних можливостей [4, с. 69]. Ці можливості виходять сьогодні на перший план демографічної політики багатьох країн. У цих умовах мірою, що сприяє зростанню народжуваності, стає психологічна допомога жінкам, які страждають безпліддям, в умовах медичної установи.

Метою роботи є аналіз психологічної допомоги жінкам, які страждають безпліддям, в умовах медичної установи.

Результати дослідження. Згідно з методологічним підходом Всесвітньої організації охорони здоров'я безпліддям вважається відсутність настання вагітності протягом року в разі регулярного статевого життя [5].

Залежно від часу виникнення конкретних причин виділяються різні типи безпліддя. Ураховуючи періоди, коли жінка не може завагітніти, безпліддя ділять на первинне та вторинне. Первинне безпліддя означає відсутність вагітності чи труднощі із зачаттям. Вторинне ж безпліддя вини-

кає, коли жінка не може завагітніти після народження першої дитини. Ще один тип класифікації: жіноча, чоловіча, комбінована, а також ідіопатичне безпліддя [6].

Причинами безпліддя є, зокрема, хронічні захворювання чи «хвороби цивілізації», наприклад, онкологія. Ідіопатичне безпліддя – це нездатність пари зачати дитину за нез'ясованих причин порушення фертильності. Все більше жінок відкладає початок материнства на пізніший термін, що також може знизити шанси на народження дітей. До інших важливих факторів відносяться нездоровий спосіб життя і звички: неправильне харчування, мала фізична активність або нездатність справлятися зі стресом та напругою [7].

Жіноче безпліддя, на яке впливає в тому числі психонейроендокринна система, полягає в неможливості завагітніти або виносити дитину до терміну пологів [2]. Ураховуючи етіологію, жіноче безпліддя може бути спричинене ендокринними (різні органічні та функціональні порушення), анатомічними, шийними (запальні захворювання, імунологічна безплідність) факторами, трубним фактором (непрохідність маткових труб) та фактором неясного ґенезу.

В останні роки в психологічних та медичних дослідженнях активно вивчаються стратегії поведінки жінок, які страждають на безпліддя. Їх можна класифікувати таким чином:

1. Переживання безпліддя як критичної життєвої ситуації. Процес переживання цієї проблеми включає чотири типи критичних ситуацій (стрес, фрустрація, конфлікт, криза). «Для багатьох подружніх пар безпліддя є одним із головних життєвих криз та психологічно стресовою подією» [5].

Стрес від безпліддя негативно впливає на особисте життя кожного партнера, посилює почуття тривоги та провини, знижує самооцінку та настрій загалом. Американські дослідники з'ясували, що для жінок характерні такі види переживання, як уникнення розмов про безпліддя, пошук прихованих смислів у цій ситуації, занурення у власні переживання, прагнення розділити з кимось тягар проблеми [1].

2. Подолання несприятливих наслідків стресу (копінг-стратегії, використовувані жінками під час переживання безпліддя) [3].

Базовими копінг-стратегіями, згідно з теорією копінг-поведінки Р. Лазаруса та С. Фолкман [5], виступають «вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки», «уникнення».

Через невдалі спроби народити дитину все більше жінок звертається за медичною допомогою в медичні установи та клініки репродуктивної медицини. Лікування безпліддя заради вагітності та народження здорової дитини починається з ретельної діагностики й залежить від причини безпліддя, яку було діагностовано [6].

У лікуванні безплідності також дуже важливі здоровий спосіб життя, правильне харчування, оптимальний індекс маси тіла (ІМТ), відмова від куріння, зниження споживання алкоголю та кофеїну. У разі ендокринних проблем дуже важливо збалансувати рівень гормонів. Збільшується потреба в допоміжних репродуктивних технологіях (ДРТ). У сучасній медицині їх досить багато: екстракорпоральне запліднення (ЕКЗ), ІКСІ (ін'єкція сперматозоїда в цитоплазму ооциту (яйцеклітини)), кріоконсервація статевих клітин, ембріонів і тканин репродуктивних органів, використання донорських ембріонів та чоловічих і жіночих гамет, сурогатне материнство тощо. Ефективним методом допоміжної репродукції є ЕКЗ з подальшим перенесенням ембріона – ембріотрансфер (ЕТ) [6].

Нездатність мати дитину – це біологічна, психологічна та соціальна проблема [2]. Багато авторів говорять про відчуження жінок з безпліддям та його наслідки, наприклад, це стигматизація, яка призводить до депресії та ізоляції [2; 7], у зв'язку з чим нездатність мати дітей може зумовлювати зниження самооцінки, відчуття втрати, відсутність прийняття та почуття безглуздості, погіршення відносин між партнерами та з іншими людьми. Все це у свою чергу підвищує рівень тривоги, депресії та стресу.

У дослідженнях зазначається, що жінки і чоловіки по-різному реагують на новини про безпліддя і по-різному ставляться до лікування. Загальними симптомами для жінок та чоловіків є підвищена тривожність і схильність до депресії, а також знижена самооцінка. Більш того, такі пацієнти, як правило, зазнають втрати своєї ідентичності; вони відчувають, що не здатні нор-

мально жити та будувати стосунки [4]. Саме тому тих, хто лікується від безпліддя в медичній установі, слід розглядати як людей, які переживають кризу і потребують серйозної підтримки та професійної допомоги [4].

Лікування безпліддя у жінок в умовах медичної установи – це комплексний, тривалий і складний процес, під час якого пари відчувають сильні емоції. Дослідження, проведені різними авторами, показують, що психологічна та соціальна підтримка відіграють важливу роль у профілактиці посттравматичного стресового розладу та наслідків хронічного стресу в пацієнтів із безпліддям [2].

Крім діагностичних та лікувальних заходів, украй потрібна підтримка, що надається медичним персоналом, тому що психічний стан жінок може сильно впливати на ефективність, тривалість та перспективи лікування [3].

У літературі часто наголошується, що безпліддя сприймається жінками не як хвороба, а як відсутність бажаного стану вагітності. Отже, в безпліддя існує соціальна сторона, і воно стає причиною стресової ситуації. Завдяки підтримці жінки з безпліддям можуть відчути співчуття і розуміння з боку родичів і отримати професійну допомогу від фахівців [3].

Соціальна підтримка – це багатовимірне поняття, тому спроби її визначення часто ґрунтуються на конкретних складниках її елементів. Насправді під цим зазвичай розуміється підтримка людини у важкій, стресовій чи критичній ситуації з боку близьких людей (родичів, знайомих, друзів), товариства (працівників організацій, наприклад медичних), робітничого колективу (колег по роботі) тощо, соціальних підприємств. Соціальна підтримка включає матеріальну, інформаційну, психологічну чи емоційну допомогу [2].

Психологічна допомога здійснюється в рамках репродуктивної психології, одним із напрямів якої є проблематика, пов'язана з використанням допоміжних репродуктивних технологій. Найбільш часто виділяється тип підтримки – емоційна допомога. Вона включає прояв співчуття, розуміння, збереження та підтримання спокою чи вираження занепокоєння, що залежить від характеру відносин між індивідом та

його оточенням [7]. Інформаційна (когнітивна) підтримка допомагає людині зрозуміти складну ситуацію, котра полягає в наданні інформації або рекомендацій, які можуть допомогти вирішити проблему, а також інформації про те, як, куди і до кого варто звернутися за допомогою [28].

Аналіз результатів дослідження. Проблеми лікарів-репродуктологів полягають у високій складності їхньої професійної діяльності, що вимагає постійної інтелектуальної та емоційної напруги, високого темпу й інтенсивної напруженості роботи, необхідності включатися в переживання пацієнтів та в гостре переживання ними невдач. Все це може призвести до хронічної втоми, емоційного вигорання та професійної деформації.

Особливою складністю для лікарів-репродуктологів є налагодження взаємодії «лікар-пацієнт». У пацієнтів клінік репродуктивної медицини підвищена потреба поінформованості, емоційної включеності лікаря, особливого відношенні до себе. У результаті в лікарів зростає напруга та формується психологічний захист.

Специфікою роботи таких лікарів є наднормативне робоче навантаження, спотворене уявлення про свою надзначуєність та недооцінка ролі й активної позиції пацієнта, а також практично повна відсутність знань про психологічні особливості жінок, які мають порушення в репродуктивній сфері. У деяких лікарів немає знань і підготовки в галузі специфіки відносин «лікар-пацієнт» у разі безпліддя, а частина фахівців узагалі не є лікарями і не мають навичок спілкування з пацієнтами (ембріологи, генетики).

У репродуктивних клініках зазвичай немає психологів, і лікарі не мають постійного та оперативного зв'язку з психологом навіть у тому випадку, коли у пацієнта є особиста потреба звернутися за психологічною допомогою.

Основною проблемою психологічного забезпечення є відсутність адміністративно-правової бази запровадження посади психолога в клініках репродуктивної медицини. У результаті психологи

в цих клініках з'являються тільки в тому випадку, коли клініка існує при регіональному перинатальному центрі.

Іншою проблемою є недостатня інформованість лікарів про функції психологів та взаємодію з ними. Лікарі або взагалі не знають, як працюють психологи і чим вони можуть допомогти пацієнтам, або мають про це спотворене уявлення. Найчастіше вони орієнтовані на симптоматичну психологічну допомогу: зняття тривоги й напруженості у пацієнтів, допомога в разі гострих переживань. Запиту на співпрацю лікаря з психологом та уявлень про форми та способи спільної роботи у лікарів практично немає.

Окремою проблемою психологічного забезпечення жінкам, які страждають безпліддям, в умовах медичної установи є повна відсутність державних програм професійної підготовки психологів для роботи в галузі репродуктивного здоров'я та його порушень, і результатом цього є недостатня кількість кваліфікованих психологів у цій галузі. Відповідно, немає критеріїв і засобів оцінки кваліфікації таких психологів та ефективності їхньої роботи. Це веде не лише до дефіциту забезпечення клінік репродуктивної медицини підготовленими фахівцями-психологами, але також до того, що лікарі та пацієнти стикаються з недосвідченими психологами. Це дискредитує психологічну роботу.

Висновки. Отже, репродуктивне здоров'я – найважливіша складова частина здоров'я суспільства загалом, у зв'язку з чим потрібно своєчасно виявляти та вирішувати існуючі в цій сфері проблеми. Підсумовуючи, слід зазначити, що соціальна підтримка має позитивний вплив на профілактику психічних розладів у жінок, які страждають безпліддям, в умовах медичної установи. Вона дозволяє жінкам прийняти діагноз і примиритися з ним, що в свою чергу полегшує лікування. Отже, дуже важливо, щоб жінкам з безпліддям надавалася психологічна підтримка, а медичний персонал установлював з пацієнтками терапевтичний контакт.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Камінський А. В. Особливості психовегетативних розладів у жінок з безпліддям. *Збірник наукових праць співробітників НМАПО імені П. Л. Шупика*. 2018. Випуск 30. С. 567–577.
2. Чаркіна О. А. Реконструктивна психотерапія як засіб подолання репродуктивних дисфункцій у жінок. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. Херсон, 2019. Вип. 1. Т. 2. С. 173–181.
3. Folkman S. Stress: Appraisal and coping. *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. 2020. P. 1913–1915.
4. Jaroszewicz K., Dominik I. Jak tu Począć? Wydawnictwo Agora. Warszawa, 2019.
5. Kashnitsky I., Schöley J. Regional population structures at a glance. *The Lancet*. 2018. 392(10143). P. 209–210.
6. Olivius C. et al. Why do couples discontinue in vitro fertilization treatment? / C. Olivius et al. A cohort study. *Fertil Steril*. 2021. Vol. 81. P. 258–261.
7. Rodzina Wobec Niepłodności. Przegląd Metod i Analiza Zagadnienia w Świetle Współczesnej Medycyny Prokreacyjnej. *Instytucja rodziny wczoraj i dziś Perspektywa interdyscyplinarna*. Lublin : Politechnika Lubelska, 2022. V. 2.

REFERENCES:

1. Kaminsky, A. V. (2018). Osoblyvosti psyhovehetatyvnykh rozladiv u zhinok z bezplidnyam [Peculiarities of psychovegetative disorders in women with infertility]. *Zbirnyk naukovykh prat' spivrobotnykiv NMAPO imeni P. L. Shupyka. Vypusk, 30*. S. 567–577. [in Ukrainian].
2. Charkina, O. A. (2019). Rekonstruktyvna psyhoterapiya yak zasib podolannya reproductyvnykh dysfunktsiy u zhinok.[Reconstructive psychotherapy as a means of overcoming reproductive dysfunctions in women]. *Naukovyy visnyk Khersons'koho derzhavnoho universytetu. Seriya : Psykholohichni nauky*. 1. T. 2. Kherson, S. 173–181. [in Ukrainian].
3. Folkman, S. (2020). Stress: Appraisal and coping. *Encyclopedia of Behavioral Medicine*, pp. 1913–1915. DOI: 10.1007/978-1-4419-1005-9_215 [in English].
4. Jaroszewicz, K., Dominik I. (red.) (2019). Jak tu Począć? Wydawnictwo Agora, Warszawa [in Polish].
5. Kashnitsky, I., & Schöley, J. (2018). Regional population structures at a glance. *The Lancet*, 392(10143), pp. 209–210. [in English].
6. Olivius, C., Friden, B., Borg G. et al.(2021) Why do couples discontinue in vitro fertilization treatment? A cohort study. *Fertil Steril*, vol. 81, pp. 258–261. [in English].
7. Rodzina Wobec Niepłodności. (2022). Przegląd Metod i Analiza Zagadnienia w Świetle Współczesnej Medycyny Prokreacyjnej. *Instytucja rodziny wczoraj i dziś Perspektywa interdyscyplinarna*. Volume 2. Politechnika Lubelska, Lublin [in Polish].

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ ТА РОЛЬ ЖІНКИ У ВІЙСЬКОВІЙ СЛУЖБІ В УКРАЇНІ

Петреченко Світлана Анатоліївна,

кандидат юридичних наук, доцент,

Хмельницький інститут соціальних технологій

Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»

<https://orcid.org/0000-0002-7329-0219>

У сучасному суспільстві особливо актуальною стає тема ролі жінок у військовій сфері, їх участь у військовій службі та пов'язані з цим психологічні аспекти. Згідно із Законом України «Про військовий обов'язок і військову службу» важливість виконання військової служби жінками набуває все більшого значення. Розкрито психологічні проблеми, з якими стикаються жінки-військовослужбовці, а саме: наявність у суспільстві стереотипів та упереджень щодо ролі жінки у військовій сфері, соціальний тиск і непорозуміння з боку родини, друзів та інших соціальних груп, сексуальне насильство та домагання, стрес і посттравматичний розлад, обмеження розвитку кар'єрного росту. Висвітлено гендерні дослідження іноземних психологів, виявлено недостатність наукових досліджень, які вказують на психологічні проблеми гендерної рівності та роль жінки у військовій службі. Охарактеризовано поняття «гендер», «гендерна рівність», «гендерна психологія», проведено і представлено дослідження за допомогою кількісних та якісних методів для належного аналізу цієї проблеми. На основі отриманих результатів проведених досліджень запропоновано рекомендації та заходи для підтримки гендерної рівності й психологічного здоров'я жінок-військових в Україні, що можуть бути важливим кроком у поліпшенні умов і статусу жінок у військовій галузі. У результаті проведеного наукового дослідження авторка дійшла висновку щодо того, що створення сприятливого та рівноправного середовища для жінок у військовій службі є важливою метою і вимагає комплексного підходу, подальших досліджень у цій області, в яких вбачаються перспективи впровадження заходів з подолання психологічних проблем гендерної рівності та ролі жінки у військовій службі в Україні, дослідження їх результативності. Стаття може бути корисною для фахівців у сфері гендерних досліджень, психології, а також для прийняття рішень, спрямованих на підтримку гендерної рівності та психологічного здоров'я жінок-військових в Україні.

Ключові слова: гендер, гендерна рівність, гендерна психологія, військовослужбовець, жінка-військовослужбовець, військова служба.

Petrenchenko Svitlana. Psychological problems of gender equality and the role of women in military service in Ukraine

In modern society, the topic of the role of women in the military sphere, their participation in military service and associated psychological aspects are becoming increasingly relevant. According to the Law of Ukraine «On Military Duty and Military Service» the importance of women serving in the military is growing. The psychological problems faced by female military personnel are revealed, namely: the presence of stereotypes and prejudices in society regarding the role of women in the military sphere, social pressure and misunderstanding from family, friends and other social groups, sexual violence and harassment, stress and post-traumatic stress disorder, limiting the development of career growth. The gender studies of foreign psychologists are highlighted, the insufficiency of scientific studies that point to the psychological problems of gender equality and the role of women in military service is revealed. The concepts of «Gender», «Gender Equality» and «Gender Psychology» are characterized, and research is conducted and presented using quantitative and qualitative methods to analyze this issue properly. Based on the results of the research, recommendations and measures are proposed to support gender equality and psychological health of military women in Ukraine, which can be an important step in improving the conditions and status of women in the military sector. As a result of the conducted scientific research, the author came to the conclusion that the creation of a favorable and equal environment for women in the military service is an important goal and requires

a comprehensive approach, further research in this area, which sees the prospects for the implementation of measures to overcome the psychological problems of gender equality and the role women in military service in Ukraine, research on their effectiveness. This article can be useful for specialists in the field of gender studies, psychology, as well as for decision-making aimed at supporting gender equality and psychological health of military women in Ukraine.

Key words: *gender, gender equality, gender psychology, military serviceman, female military serviceman, military service.*

Постановка проблеми. З початком повномасштабного вторгнення росії в Україну питання гендерної рівності та роль жінки у військовій службі ще більш загострилося. Відповідно до частини 11 статті Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу» передбачено, що жінки повинні виконувати військовий обов'язок на рівних засадах із чоловіками (за винятком випадків, які передбачені законодавством з питань охорони материнства та дитинства, а також заборони дискримінації за ознакою статі), що включає прийняття в добровільному порядку (за контрактом) та призов на військову службу, проходження військової служби, проходження служби у військовому резерві, виконання військового обов'язку в запасі та дотримання правил військового обліку [5]. А жінки, які мають спеціальність та/або професію, споріднену з відповідною військово-обліковою спеціальністю, визначеною в переліку, затвердженому Міністерством оборони України, та придатні до проходження військової служби за станом здоров'я та віком, окрім зазначених в абзаці першому цієї частини, беруться на військовий облік військовозобов'язаних за їхнім бажанням.

Також згідно з частиною 12 статті 1 Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу» жінки, які перебувають на військовому обліку, можуть бути призвані на військову службу чи залучені для виконання робіт із забезпечення оборони держави у воєнний час [5]. У мирний час жінки можуть бути прийняті на військову службу та службу у військовому резерві тільки в добровільному порядку (за контрактом). Жінки виконують військовий обов'язок на рівних засадах із чоловіками (за винятком випадків, передбачених законодавством з питань охорони материнства та дитинства, а також заборони дискримінації за ознакою статі), що включає прийняття в добровільному

порядку (за контрактом) та призов на військову службу, проходження військової служби, проходження служби у військовому резерві, виконання військового обов'язку в запасі та дотримання правил військового обліку.

Кількість жінок як військовослужбовців стрімко зростає: всього служить 60 тис. осіб, зокрема у лавах ЗСУ – 40 тис., на передовій – 5 тис. Це свідчить про те, що психологічних проблем, пов'язаних з гендерною рівністю та роллю жінки у військовій службі, в Україні стало значно більше і вони потребують їх вивчення та вирішення [6, с. 5].

Передусім потребують уваги та дослідження стереотипи й упередження суспільства щодо ролі жінки у військовій сфері, що впливають на їхнє сприйняття армії, обмежують їхні можливості та сприяють дискримінації.

Жінки, які вибирають кар'єру військовослужбовця, можуть стикатися зі значним соціальним тиском і непорозумінням з боку родини, друзів та інших соціальних груп. Це може у них викликати психологічний стрес та важкість в адаптації до нового оточення. Також вони можуть бути більш уразливими до сексуального насильства та домагань, що надалі впливає на їхню психологічну стійкість і відносини в колективі.

Жінки можуть бути особливо вразливими перед стресом і посттравматичним стресовим розладом, що потребує додаткової психологічної підтримки. У деяких військових підрозділах можуть існувати обмеження щодо можливостей для жінок, зокрема, відсутність можливості обіймати важливі командні посади, що впливає на розвиток їх кар'єри в цій сфері.

Гендерні дослідження проводилися такими психологами, як Ф. Джеймс, І. Кон, Д. Майерс, М. Мід, Дж. Скотт, Р. Столлер, З. Фрейд. Вони наголошували, що гендер стосується не тільки жінок або чоловіків,

а взаємин між ними і шляхів, за допомогою яких вони створюються в суспільстві. Але наукових робіт, які би вказували на психологічні проблеми гендерної рівності та роль жінки у військовій службі, недостатньо. Серед авторів, які торкалися цієї тематики, є С.О. Микитюк, А.В. Стадник, С.М. Хорунжий. Вони показали, що у військовій службі існує дискримінація та стереотипи відносно жінок-військовослужбовців [4, с. 21].

Тема статті в умовах сьогодення є малодослідженою, вимагає власних досліджень для розвитку та розширення цієї області, що може зробити важливий внесок у розуміння психологічних проблем гендерної рівності й сприяти формуванню більш прогресивних практик у військовій службі.

Метою роботи є аналіз та дослідження психологічних проблем гендерної рівності та ролі жінок у військовій службі в Україні; розроблення рекомендацій розвитку гендерної рівності під час служіння; обговорення перспектив і важливість подальших досліджень у цій області.

Результати дослідження. Для вирішення психологічних проблем гендерної рівності та ролі жінок у військовій службі в Україні спочатку потрібно охарактеризувати поняття «гендер», «гендерна рівність» та «гендерна психологія».

На думку О. Скар, гендер – це «комплекс соціально сконструйованих відмінностей: психологічних, соціальних і культурних ознак, за якими розрізняють осіб чоловічої та жіночої статі – маскуліні й фемініні» [3, с. 45]. Н. Грицьак вважає, що гендер є «складним соціокультурним процесом конструювання суспільством відмінностей між чоловічими і жіночими ролями, поведінкою, ментальними та емоційними характеристиками», а гендерною рівністю є «поведінка, прагнення та потреби жінок і чоловіків, які враховуються, оцінюються й підтримуються рівним чином» [3, с. 48].

Європейська комісія психічного здоров'я та психосоціальної допомоги пояснює, що рівність не означає, що жінки та чоловіки стануть однаковими, але права, обов'язки та можливості жінок і чоловіків не залежатимуть від того, народилися вони жінками чи чоловіками. Рівність між жінками та чоловіками розглядається як необхідна

умова та показник сталого людиноцентричного розвитку [1].

Таким чином, гендерною психологією є напрям психологічного знання, що вивчає характеристики гендерної ідентичності, які визначають соціальну поведінку людей залежно від їх статевої чи гендерної приналежності.

Гендерна рівність у військовій сфері є необхідною для забезпечення оптимального функціонування та ефективності військових структур. Рівність у можливостях дозволяє використовувати належні здібності та навички кожної особи незалежно від її статі. Проте психологічні проблеми, з якими стикаються жінки-військовослужбовці, перешкоджають створенню сприятливого середовища у військовій службі, забезпеченню рівних можливостей та врахуванню їхніх потреб та особливостей.

Тому було проведено дослідження, яке включає кількісні та якісні методи, такі як: опитування, спостереження та інтерв'ю з військовими жінками та чоловіками, командирами та фахівцями з гендерних питань, при цьому дотримуючись принципів конфіденційності та безпеки даних.

В опитуванні «Стереотипи й упередження щодо ролі жінок у військовій службі» брало участь 5 осіб, з них двоє чоловіків-військовослужбовців, 1 жінка-військова, 1 продавець магазину, 2 перехожих. Їм була представлена інформація, що зазначена у табл. 1.

На основі отриманих результатів можна зробити такі висновки:

60% учасників опитування відзначили, що жінки можуть стикатися зі стереотипами, такими як неможливість виконання фізичних завдань на військовій службі та переконання, що це справа виключно для чоловіків. Це вказує на наявність стереотипів, які обмежують жінок у цій сфері. 40% учасників також вказали на інші стереотипи, але їх розподіл був менш однорідним.

Щодо впливу стереотипів на рівень довіри до жінок у військовій службі відповіді розділилися, і це свідчить про різні точки зору учасників.

40% учасників опитування висловили підтримку заходів для боротьби з упередженнями та дискримінацією щодо жінок у військовій службі. У 60% учасників позиція була не впевненою.

**Опитувальник «Стереотипи й упередження
щодо ролі жінок у військовій службі»**

Частина опитування	Запитання
Демографічні питання	Ваш вік: – Молодший/молодша 18 років. – 18-24 роки – 25-34 роки – 35-44 роки – 45-54 роки – 55-64 роки – старший/старша 65 років
	Ваша стать: – Чоловік – Жінка – Інше (будь ласка, вкажіть)
	Місце проживання (місто/село)
Стереотипи та упередження	Як ви гадаєте, які стереотипи пов'язані з жінками у військовій службі? (Виберіть всі, що відповідають вашим уявленням): – Жінки не можуть виконувати фізичні завдання у військовій сфері – Військова служба – це справа виключно для чоловіків – Жінкам слід обмежувати доступ до певних військових спеціальностей – Жінки служать у військових силах лише через змушування – Жінки не можуть бути ефективними в командному оточенні – Інше (будь ласка, вкажіть)
	Якщо ви вважаєте, що існують стереотипи про жінок у військовій сфері, чи впливають ці стереотипи на рівень довіри до жінок у військовій службі? (Виберіть одну або декілька відповідей): – Так, стереотипи позитивно впливають на рівень довіри до жінок у військовій службі – Так, стереотипи негативно впливають на рівень довіри до жінок у військовій службі – Ні, стереотипи не впливають на рівень довіри – Не впевнений/не впевнена
Заходи проти упереджень і дискримінації	Чи підтримуєте ви заходи для боротьби з упередженнями та дискримінацією щодо жінок у військовій службі? – Так – Ні – Не впевнений/ не впевнена
	Які конкретні заходи ви вважаєте ефективними для зменшення упереджень і дискримінації у військовій сфері?
Заключні запитання	Чи є у вас особистий досвід або знайомство з жінками, які служать у військовій службі? Якщо так, поділіться короткими враженнями або історіями.
	Чи є щось ще, що ви хочете сказати щодо цієї теми?

Лише військовослужбовці змогли надати рекомендації щодо зменшення дискримінації жінок, інші цивільні люди – ні.

Щодо соціального тиску жінок, які вибирають кар'єру – служити на війні, і непорозуміння з боку родини, друзів та суспільства, було взято інтерв'ю у 5-ти респондентів – жінок-військових. Їм задавались такі питання:

– Чому ви вирішили вибрати кар'єру у військовій сфері, і як це вплинуло на ваше рішення?

– Які види соціального тиску ви відчули від вашої родини, коли оголосили про свій вибір?

– Як ваші друзі та оточуючі реагували на ваше рішення стати військовослужбовцем? Чи були серед них негативні реакції?

– Яким чином соціальний тиск і непорозуміння з боку родини, друзів і суспільства вплинули на ваш психологічний стан і самооцінку?

– Які поради ви могли б надати іншим жінкам, які розглядають можливість вступу у військову кар'єру і можуть стикнутися зі схожим соціальним тиском?

Всі респондентки вказали на сильну мотивацію і покликання вступати у військову службу. Вони зрозуміли, що можуть зробити позитивний внесок для України.

60% учасників зазначили, що стикалися зі значним соціальним тиском від своїх родин, коли сповістили про своє рішення вступити до армії. Деякі друзі не розуміли мотивації, виражали сумніви щодо їх здатності впоратися зі службою. Лише 40% знайшли підтримку та розуміння серед суспільства. Всі респондентки визнали, що вступ до військової сфери був супроводжений психологічним стресом і труднощами в адаптації до нового оточення. Проте багато з них навчилися ефективно впоратися із цими викликами завдяки підтримці внутрішнього колективу і тренінгам для психологічної стійкості. Всі жінки-військовослужбовці відзначили позитивні аспекти свого вибору кар'єри у військовій сфері, такі як відчуття досягнень, можливості для професійного зростання та внесення вагомого внеску в безпеку країни тощо.

Також було проаналізовано та проведено спостереження щодо інших психологічних проблем, таких як сексуальне насильство і домагання до жінок у військовій службі, стрес та посттравматичний розлад, обмеження обіймати важливі командні посади, що підтвердило наявність таких проблем [2]. Були зафіксовані випадки, коли жінки ставали об'єктом сексуального насильства та недопустимого ставлення з боку колег, що вплинуло на психологічний стан жінок і створило негативну атмосферу у військових підрозділах. Виявлено, що військова служба в умовах конфліктів та бойових дій, пов'язана зі значним психологічним стресом жінок, спричиняла симптоми посттравматичного розладу після повернення з військових операцій.

Спостереження показало, що жінкам у військовій службі часто ускладнюється доступ до вищих командних посад через стереотипи та структурні обмеження, що, на думку жінок-військовослужбовців, впливає на професійний ріст та ускладнює їхні можливості для внесення важливих вкладів у військовий ланцюг командування.

Аналіз результатів дослідження. Проведені дослідження психологічних проблем гендерної рівності та ролі жінки

у військовій службі дають змогу розробити рекомендації та вжити заходів для запобігання сексуальному насильству та домаганням жінок, уникнення стереотипів й упереджень суспільства щодо ролі жінки у військовій службі, стресу, посттравматичного стресового розладу, ситуацій соціального тиску та непорозуміння з боку родини, друзів та інших соціальних груп [7].

Для вирішення цих проблем розроблено такі рекомендації та заходи:

- психологічна підтримка (забезпечення доступу для жінок-військовослужбовців, створення умов для відкритого обговорення питань психічного здоров'я);
- розповсюдження інформації про гендерну рівність та роль жінок у військовій службі (створення брошур, інформаційних листів тощо);
- запровадження навчально-методичних посібників (для психологів, військовослужбовців, членів їхніх сімей, студентів та інших соціальних груп);
- проведення тренінгів для військових осіб (на розуміння та підтримку гендерної рівності);
- постійний збір й аналіз даних про участь жінок у військовій службі та їхнє становище.

Вказані заходи та рекомендації мають потенціал покращити психологічні умови жінок у військовій службі, сприяти більшому розумінню та прийняттю гендерної рівності в цій сфері. Для успішної реалізації цих заходів важливо співпрацювати з усіма зацікавленими сторонами, включаючи органи державної та місцевої влади, громадські організації, психологів, військовослужбовців тощо.

Висновки. Отже, створення сприятливого та рівноправного середовища для жінок у військовій службі є важливою метою і вимагає комплексного підходу, подальших досліджень у цій області, в яких убачаються перспективи впровадження заходів з подолання психологічних проблем гендерної рівності та ролі жінки у військовій службі в Україні, дослідження їх результативності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Euromillions survey – gender actuality. Women in the armed forces. *Euromil*. URL: <http://surl.li/lnzkg>
2. The importance of Gender Equality in the Military. *SEESAC*. URL: <http://surl.li/ppuk>
3. Арнаутова В., Лукічов В., Нікітюк Т. Формування гендерної компетентності військового персоналу : Путівник гендерної інтеграції у Збройних силах України. Київ : Міністерство оборони України, 2020. 236 с. URL: <http://surl.li/lnyds>
4. Кротиков В.П., Топальський В.Л. Актуальні проблеми гендерної політики у Збройних силах України : навч.-метод. посіб. Київ : Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України, 2011. 112 с. URL: <http://surl.li/lnzoe>
5. Про військовий обов'язок і військову службу : Закон України від 25.03.1992 р. № 27. URL: <http://surl.li/ppuk>
6. Стан реалізації у Збройних Силах України гендерної політики держави. Київ : Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України, 2020. 61 с. URL: <http://surl.li/lnzqv>
7. Стратегія гендерної рівності ради Європи 2018–2023 роки. *Рада Європи*. URL: <http://surl.li/bwscsh>

REFERENCES:

1. Euromillions survey – gender actuality/ women in the armed forces. *Euromil*. URL: <http://surl.li/lnzkg> [In English].
2. The importance of Gender Equality in the Military. *SEESAC*. URL: <http://surl.li/ppuk> [In English].
3. Arnautova V., Lukichov V., & Nikitiuk T. (2020) Formuvannia hendernoї kompetentnosti viiskovoho personalu: Putivnyk hender. intehratsii u Zbroiny sylakh Ukrainy [Formation of gender competence of military personnel: Guide to gender. integration into the Armed Forces of Ukraine]. Kyiv: Ministerstvo oborony Ukrainy, 236 p. Retrieved from: <http://surl.li/lnyds> [In Ukrainian].
4. Krotikov V. P., & Topalskyi V. L. (2011) Aktualni problemy hendernoї polityky u Zbroinykh sylakh Ukrainy: navch.-metod. posib. [Actual problems of gender policy in the Armed Forces of Ukraine: teaching method. manual]. Kyiv : Naukovo-doslidnyi tsentr humanitarnykh problem Zbroinykh Syl Ukrainy, 112 p. Retrieved from: <http://surl.li/lnzoe> [In Ukrainian].
5. Pro viiskovyi oboviazok i viiskovu sluzhbu : Zakon Ukrainy vid 25.03.1992 r. № 27 [On military duty and military service: Law of Ukraine no 03/25/1992 No. 27]. Retrieved from: <http://surl.li/ppuk> [In Ukrainian].
6. Stan realizatsii u Zbroinykh Sylakh Ukrainy hendernoї polityky derzhavy [State of implementation of the state's gender policy in the Armed Forces of Ukraine] (2020). Kyiv : Naukovo-doslidnyi tsentr humanitarnykh problem Zbroinykh Syl Ukrainy, 61 p. Retrieved from: <http://surl.li/lnzqv> [In Ukrainian].
7. Stratehiia hendernoї rivnosti rady Yevropy 2018–2023 roky [Gender Equality Strategy of the Council of Europe 2018–2023]. *Rada Yevropy – Council of Europe*. Retrieved from: <http://surl.li/bwscsh> [In Ukrainian].

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ БОЙОВОГО СТРЕСУ ТА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Твердохліб Наталія Гнатівна,

аспірант кафедри психології

Навчально-наукового інституту психології та соціальних наук

Міжрегіональної Академії управління персоналом

<https://orcid.org/0000-0002-7301-197X>

Питання дослідження проблематики бойового стресу супроводжується збільшенням наукового інтересу у зв'язку зі зростанням актуальності, що потребує накопичення та аналізу даних, які свідчать про зміни, що виникли як результат впливу бойових умов на військовослужбовців за останні 2 роки. Стрес-фактори, до яких вимушені адаптуватися військовослужбовці, негативно впливають на учасників бойових дій. Особливої уваги заслуговує тема екстремальних умов та психологічних чинників бойового стресу (бою). Тривалі фізичні й психологічні навантаження, загроза здоров'ю та життю, втрата бойових товаришів та інші психологічні чинники бою призводять до зниження процесу адаптації та стресостійкості військовиків, що впливає на нервову систему, викликаючи різкі емоційні порушення. Термін «бойовий стрес» описує особливу форму стресу, яка підпорядковується певним сталим закономірностям, що належать до розробленої Г. Сельє теорії загального адаптаційного синдрому й розглядаються як стан психічного напруження військовиків, що виникає в процесі пристосування до умов бойової діяльності з використанням ресурсного потенціалу. Перебування організму в цьому стані характеризується мобілізацією фізичних та психологічних ресурсів з метою забезпечення повноцінного функціонування психіки в трьох середовищах: внутрішньому бойовому, внутрішньому індивідуально-особистісному та соціально-зовнішньому. Активація цього процесу відбувається під час перебування людини в умовах тривалої потужної дії стресогенних факторів.

Ключові слова: бойовий стрес, адаптація, бойова обстановка, стресостійкість, стрес, військовослужбовці, учасники воєнних дій, стресогенні фактори.

Tverdokhlib Nataliia. Psychological factors of combat and operational stress reaction and adaptation of military personnel

The urgency of the problem of combat stress is characterized by the intensity of the increase in the interest to this food, the accumulation and analysis of the results of the injection into military service for the remaining 2 years. Stress factors, to some extent, adapt to the military service, cause a negative impact on the participants in the fighting. Special respect deserves the theme of psychological officials in combat stress (combat). Trivali physical and psychological stress, a threat to health and life, the loss of combat comrades and other psychological officials in battle lead to a decrease in the process of adaptation and stress resistance of the military, which is injected into the nervous system, calling out the rizki emots iyni damaged. Under the concept of «combat stress», a special form of stress is understood, as it follows all the laws of the infamous adaptive syndrome of G. Selye and is seen as a camp of mental tension of military servicemen in the process of adaptation to the minds of combat ialnosti vikoristannyam resource potential. Combat stress leads to the mobilization of bodily and psychological resources for ensuring the successful functioning of the psyche in three areas: combat, social, and internal individual-special. This process takes place in the minds of intensive, troubling and exhausting stress factors.

Key words: combat stress, adaptation, combat situation, stress resistance, stress, military service, participants in military events, stress factors.

Постановка проблеми. Війна, як правило, основана на чинниках раптовості та небезпеки, але історія свідчить про те, що

бойовий стрес був завжди. Повномасштабне вторгнення росії на територію України у 2022 році не є винятком.

Інтенсивність переживання військовослужбовцями бойового стресу залежить від взаємодії двох основних чинників: сили й тривалості впливу на психіку військовослужбовця бойових стресорів, особливостей реагування військовослужбовця на їх вплив.

Мета роботи – визначити психологічні чинники бойової обстановки, чинники бою, структури й компонентів бойового стресу та встановити зв'язок між рівнем стресостійкості військовослужбовців, спрямованим на організацію спеціальної діяльності для подолання наслідків впливу стресових факторів, і впливом бойового стресу, який зумовлює порушення психічного здоров'я учасників бойових дій.

Результати дослідження. Військовий психіатр В. Шамрей пояснює стрес як комплексне поняття, яке, окрім потенційної небезпеки бути пораненим у процесі бойових дій, уміщує низку фізіологічних, психологічних та фізичних складників [5; 8].

У працях В. Пономаренко стрес визначається як системна багаторівнева реакція організму людини у відповідь на вплив комплексу елементів збройної боротьби з противником, соціально-побутових умов, що її супроводжують, з повноцінним усвідомленням високих ризиків імовірності загинути або травмуватися, яка проявляється на особистісному, психофізіологічному, емоційно-вегетативному й соматичному рівнях, супроводжується значними змінами несвідомих процесів та полягає в деструктивній деформації основних его-структур [1; 8].

На думку В. Литкіна, бойовий стрес – це сукупність психічних станів (стресорів), пережитих воїнами в процесі адаптації до умов бойової обстановки, несприятливих для їх життєдіяльності або загрозливих їхньому здоров'ю та життю [6; 8].

На думку І. Приходька, бойовим стресом є «процес впливу факторів бойової обстановки на психіку військовослужбовця, який супроводжується зниженням рівня психологічної безпеки особистості та появою неспецифічних доклінічних психологічних проявів, які в сукупності становлять поняття «бойова психологічна травма» або досягають специфічних нозологічних проявів психічних розладів, об'єднаних у категорію «бойова психічна травма» [3; 10].

К. Кравченко, Ю. Ширококов та О. Тімченко розглядають бойовий стрес як перебування в стані «переживань», які провокує безпосередній або ж опосередкований вплив на військовослужбовця стресових факторів бойової діяльності, що проявляються у вигляді реакцій на емоційному, інтелектуальному, фізичному та поведінковому рівні [2; 7; 9].

Аналіз результатів дослідження. Бойовий стрес варто розглядати, зважаючи на терміни «адаптаційна активність», «організм людини», «певний комплекс психічних станів», «бойова обстановка», «умови бою», «субреактивні стани», «механізми активної саморегуляції», «напруга» цих механізмів, «специфічні пристосувальні зміни на психофізіологічному рівні», «закріплення» цих змін, «бойова стресова реакція», «адаптаційний процес» та ін. Вони підкреслюють психологічний складник у визначенні бойового стресу з акцентуацією уваги на адаптаційні процеси, психічні стани та ін.

Теоретико-методологічний аналіз дав змогу виокремити структуру бойового стресу та вплив психологічних чинників бойової обстановки (бою). Структура бойового стресу та його компоненти:

1. Превентивний стрес, що випереджає травматичні події майбутнього. Допомогає організуватися й зосередитися під час виконання військових завдань. Тобто викликаний стрес у військовиків під час їхньої діяльності збалансований по силі, тривалості та інтенсивності, що дає адаптивну змогу фізіологічній та психічній діяльності в реальних умовах бою. Компоненти превентивного стресу – це травматичний та дистрес.

2. Посттравматичне зростання, яке характеризується особливими проявами когнітивної та емоційної сфери військовослужбовця. До компонентів посттравматичного зростання належить посттравматичний стрес та стрес-девіація.

3. Конструктивний стрес, який перебуває на межі превентивного стресу та посттравматичного зростання й характеризується мобілізацією організму, що підсилюється позитивними емоціями та підвищенням процесів адаптації й цілісності особистості.

Бойовий стрес супроводжуються дією потужних зовнішніх і внутрішніх психологічних чинників, що становлять загрозу

життю людини й сприяють зриву запланованої діяльності.

До основних психологічних чинників бойової обстановки (бою) належать:

1. Чинник раптовості, який характеризується зміною послідовності дій та обстановки в процесі виконання бойового завдання, що вимагає коригування діяльності та плану дій. Готуючись до бою, військовослужбовець планує свою діяльність, намагаючись розрахувати особисті можливості під час розвитку подій на полі бою. У разі виникнення непередбачуваних подій визначають заходи корекції програми та узгодження стратегічного плану бою. Водночас військовик змушений відмовлятися від попереднього плану й складати новий, що суттєво змінює мету діяльності. Раптовість – найефективніший чинник зниження рівня стресостійкості й адаптаційних процесів.

Відповідно до характеру чинника раптовості виокремлюють три типи реакції (поведінки):

- швидке перенесення уваги, визначення нової цілі та способи їх реалізації на полі бою;

- діяльність військовика за старою програмою, попри те, що він усвідомлює раптову зміну ситуації;

- припинення дій, які характеризуються свідомою діяльністю.

2. Чинник небезпеки, який характеризується психологічною специфікою бойової ситуації, що зумовлює поведінку й психічний стан військовика до заходів життєзбереження. Небезпека та інстинкт самозахисту доволі часто породжує панічні атаки. У такому стані військовослужбовець не здатний виконувати завдання. Чим раптовішою стає небезпека, тим більшою вона видається ворогу. Дією військовиків під час впливу поєднаних чинників небезпеки та раптовості є не опір, а втеча.

3. Чинник невизначеності, особливістю якого є відсутність або суперечливість інформації про зміст та умови виконання спеціального завдання, про противника та характер його дій. Невизначеність – це постійний складник воєнних дій на полі бою. Стан психічної напруженості має різко негативний вплив на стресостійкість та план діяльності. У такій ситуації дії військовослужбовця полягають у тому, щоб допомогти іншим учасникам бойових дій усунути невизначеність. Деякі насамперед реагують на сигнал про небезпеку, інші – виокремлюють інформацію, яка допоможе скласти нову програму дій, ухвалити рішення про зміну плану та найбільш ефективно застосувати зброю.

4. Чинник дефіциту часу й збільшення темпу дій, який характеризується наявністю комплексних і мультифакторних компонентів, а саме різкою зміною часу на виконання необхідних дій та нестачею часу для зміни структури бойової програми. Тобто дефіцит часу вимагає швидкої перебудови всієї бойової діяльності, що викликає і збільшення темпу виконуваних дій, і зміну їх послідовності.

Висновки. Бойовий стрес – це багаторівнева адаптація в умовах бойової обстановки та активна саморегуляція психологічного, фізичного й психічного навантаження військовослужбовців до умов та діяльності бою.

Виокремлено та схарактеризовано структуру бойового стресу – превентивне, конструктивне та посттравматичне зростання. Описано психологічні чинники бойової обстановки (бою), а саме: чинник раптовості, чинник небезпеки, чинник невизначеності, чинник дефіциту часу і збільшення темпу дій та встановлений зв'язок між цими чинниками й психологічною стійкістю військовиків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О. А., Криворучко П. П. Розрахункова задач «Прогнозування психогенних втрат військовослужбовців». Програмне забезпечення ПЕОМ. Київ : НАОУ, 2004. 8 с.
2. Психологічне супроводження професійної діяльності військовослужбовців служби за контрактом Збройних Сил України : навч. посіб. / О. А. Блінов та ін. Київ : РОСА, 2008. 344 с.
3. Кононова Марина, Кучма Тетяна. Сутність стресу як психологічної категорії. *Молодий вчений*. 2021. 1(89). С. 28–32
4. Кравченко К. О., Тімченко О. В., Широбоков Ю. М. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників антитерористичної операції : монографія. Харків : НУЦЗУ, ФОЛ Мезіна В. В., 2017. 186 с.

5. Приходько І. І. Система профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Психологія*. №1. 2018. URL: https://nadpsu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/10/visnik_1_2018_psh.pdf
6. Хмільяр О. Ф., Черевичний С. В. Психологія прийняття рішення командиром: від амбівалентності до символічної регуляції поведінки. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2015. Т. V. Вип. 15. С. 224–232.
7. Хмільяр О. Ф. Психомоторна взаємодія військовослужбовців у міжнаціональних колективах. *Становлення особистості професіонала: перспективи й розвиток* : матеріали III Всеармійської науково-практичної конференції, Одеса : ОДУВС, 2010. С. 379–381.

REFERENCES:

1. Blinov, O. A., & Kryvoruchko, P. P. (2004). Rozrakhunkova zadacha "Prohnozuvannia psykhhohennykh vtrat viiskovosluzhbovtziv" [Calculation of problems "Prediction of psychogenic losses of military personnel"]. Prohramne zabezpechennia PEOM. Kyiv : NAOU, 8 s. [in Ukrainian]
2. Blinov, O. A. et al. (2008). *Psykhologichne suprovodzhennia profesiinoi diialnosti viiskovosluzhbovtziv sluzhby za kontraktom Zbroinykh Syl Ukrainy [Psychological support of the professional activities of servicemen under the contract of the Armed Forces of Ukraine]*. Kyiv : ROSA, 2008. 344 s. [in Ukrainian]
3. Kononova, Maryna, & Tetiana Kuchma. (2001). Sutnist stresu yak psykhhologichnoi katehorii [The essence of stress as a psychological category]. *Molodyi vchenyi*. 2021. 1(89). S. 28–32. [in Ukrainian]
4. Kravchenko, K. O., Timchenko, O. V., & Shyrobokov, Yu. M. (2017). *Sotsialnopsykhologichni determinanty vynyknennia boiovoho stresu u viiskovosluzhbovtziv – uchasnykiv antyterorystychnoi operatsii [Socio-psychological determinants of the occurrence of combat stress in servicemen – participants in an anti-terrorist operation]*. Kharkiv : NUTsZU, FOL Mezina V. V. 186 s. [in Ukrainian]
5. Prykhodko, I. I. (2018). Systema profilaktyky ta kontroliu boiovoho stresu u viskovosluzhbovtziv [The system of prevention and control of combat stress among military personnel]. *Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriia : Psykhologhiia*, 1. Retrieved from: https://nadpsu.edu.ua/wpcontent/uploads/2018/10/visnik_1_2018_psh.pdf [in Ukrainian]
6. Khmiliar, O. F. (2015). Psykhologhiia pryiniattia rishennia komandyrom: vid ambivalentnosti do symvolichnoi rehuliatsii povedinky [Psychology of commander's decision-making: from ambivalence to symbolic regulation of behavior]. *Aktualni problemy psykhhologii* : zb. nauk. pr. Instytutu psykhhologii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Vols. 5, 15. S. 224–232. [in Ukrainian]
7. Khmiliar, O.F. (2010). Psykhomotorna vzaiemodiia viiskovosluzhbovtziv u mizhnatsionalnykh kolektyvakh [Psychomotor interaction of military personnel in international teams]. «Stanovlennia osobystosti profesionala: perspektyvy y rozvytok»: materialy III Vsearmiiskoi naukovo- praktychnoi konferentsii, Odеса : ODUVS. 379 s. [in Ukrainian]

ВПЛИВ СОЦІУМУ ТА КРИЗОВИХ ПЕРІОДІВ НА ПОВЕДІНКУ Й СОЦІАЛІЗАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ

Ходотаєв Артем Андрійович,

аспірант першого року навчання факультету психології та спеціальної освіти
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара
<https://orcid.org/0000-0002-5413-5619>

У статті теоретично аналізуються явища кризових періодів, його дії на структурний елемент суспільства та подальшого впливу й репрезентації посередництвом впливу на індивіда й загальну кон'юнктуру суспільства. Виокремлюється спектр окреслення проблематики взаємодії такого явища, як стабільність / нестабільність соціального спектра з урахуванням економічного фактору як такого. Окреслюється проблематика визначення індивідуального та суспільного контексту в межах впливу на особистість через посередництво впливу соціалізації людини. Визначається суспільний фактор позитивного та негативного спектра у виявленні впливу на соціальну кон'юнктуру та соціалізації індивіда в межах явища девіації. Акцентується увага на виокремленні явищ економічного фактору як одного з провідних у межах модерного суспільства та такого явища, що дає змогу створювати регуляцію спектра соціальної норми й подальшої репрезентації на особистість, явища адаптаційного механізму до чинної соціальної норми. Окреслюється спектр явища соціалізації та її протиставляльного спектра – асоціалізації (асоціальної поведінки) – одного з ключових механізмів у становленні індивіда в межах адаптаційних механізмів до теперішньої усталеної норми в межах певного соціального середовища (суспільства як такого). З'ясовується явище спектра постановлення структурних розбіжностей між стабільним та кризовим спектром суспільства, який впливає на розвиток відхильної поведінки. Наголошується на тому, що спектром особливості явища девіації та механізму відхильної поведінки загалом є врахування різноманітних факторів, які супроводжуються проявами соціальної дезадаптації. Також зазначається, що для становлення явища соціалізації та її структурного моменту репрезентації суспільства є врахування динамічного структурного елементу суспільства як одного зі складників розвитку загалом.

Ключові слова: девіація, соціальне середовище, кризові події, асоціальна поведінка, соціалізація.

Khodotaiev Artem. Influence of society and crisis periods on behaviour and socialisation of individuals

This article provides a theoretical analysis of the phenomenon of crisis periods and its impact on the structural element of society and its further influence and representation through the impact on the individual and the general conjuncture of society. The phenomenon of the spectrum is singled out to outline the problems of interaction of such a phenomenon as stability-instability of the social spectrum through the consideration of the economic factor as such. The problem of defining the individual and social context within the framework of the influence on the individual through the mediation of the influence of human socialisation is outlined. The author notes the identification of the social factor of the positive and negative spectrum in determining the impact on the social situation and socialisation of the individual within the phenomenon of deviation as such. The attention is focused on the allocation of the phenomena of the economic factor as one of the leading ones within the modern society and a phenomenon that allows to create a regulation of the spectrum of the social norm and further representation on the individual as a phenomenon of adaptation mechanism to the existing social norm. The article outlines the spectrum of the phenomenon of socialisation and its opposing spectrum, namely the phenomenon of asocialisation (antisocial behaviour) as one of the key mechanisms in the formation of an individual and his/her formation within the framework of adaptation mechanisms to the existing established norm within a certain social environment (society as such). The author outlines the phenomenon of the spectrum of structural differences between the stable and crisis spectrum of society, which affects the development of deviant behaviour. It is emphasised that

the spectrum of features of the phenomenon of deviation and the mechanism of deviant behaviour in general is to take into account various factors that are accompanied by manifestations of social maladjustment. It is also noted that for the formation of the phenomenon of socialisation and its structural moment of representation of society, it is necessary to take into account the dynamic structural element of society as one of the elements of development in general.

Key words: *deviance, social environment, crisis events, antisocial behaviour, socialisation.*

Постановка проблеми. Існування кожного індивіда в певному суспільстві тісно пов'язане з функціонуванням соціального конструкта (суспільства загалом) та репрезентацією норми в аспектах його явища, як-от економічний, політичний, суспільний, культуральний. У межах становлення індивіда та суспільства як загального явища одну з головних ролей відіграє можливість надбання та утримання загальної кон'юнктури стабільності самого соціуму як можливості впливу та рекреації й репрезентації явища загальноприйнятної норми поведінки в межах певного суспільства як загальної кон'юнктури побудови стабільності та становлення власне конкретного індивіда як цільного елементу загальної структури соціального середовища. До явища зміни нагальної побудови та самого прояву прошарку явища структури – девіації та її різноманітних проявів, як-от асоціалізація, асоціальні групи тощо, можна зараховувати прояв кризового елементу соціальної структури, яку спричиняють зовнішні чинники. Й оскільки проблематику впливу соціального середовища виокремлюють як ключовий момент у розумінні визначення спектра девіації, її розгляд вартий уваги з погляду виокремлення різних зовнішніх чинників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Явище дослідження спектра девіації поступово формується через призму соціологічної думки як такої (Е. Дюркгейм, М. Вебер та інші). Поступово відбувалося виокремлення психологічного явища та його впливу в межах дослідження зв'язку між соціальним та індивідуальним спектрами. Явище дослідження девіації в сучасному спектрі більш характерне та структурне в межах розуміння й виокремлення як процесу через становлення суспільних факторів, а саме через виокремлення їх структури в економічному й культурному вимірах, що дає змогу забезпечувати стан розвитку суспільства

та виокремлювати його стабільність через чинники, які можуть продукувати розвиток девіації та її проявів як у соціальному, так і в індивідуальному вимірі. У цьому питанні можна виокремити розуміння та дослідження Л. Орбан-Лембрик, де основний спектр – це виокремлення взаємозалежності та співвідношення економічного сталого розвитку й стабільності соціуму завдяки економічному чиннику як складнику, що дає змогу формувати та утримувати показник соціальної стабільності та рівень опанування соціальної норми одиницею соціального середовища на ширшому показнику, ніж це характерне для соціальної структури, соціального середовища, виокремленого в межах кризового періоду, який можна схарактеризувати як перехідний [8; 9].

Виокремлення явища соціального спектра в межах дослідження девіації траплялося в багатьох учених у різні періоди. Зараз спостерігається зростання інтересу до вивчення спектра девіації та відхильної поведінки загалом через спектр ситуації у світі. Поступово також окреслюється в межах девіації розгляд проблематики через призму явища соціально-адаптивних можливостей людини в критичних умовах. У межах окреслення спектра проблематики девіантного явища її структуру, профілактику вивчали такі вчені, як Н. Максимова, К. Мілютина, С. Гарькавець та інші. У дослідженні девіації через призму соціальної кон'юнктури характерним є виокремлення індивідуальних елементів особистості. Наприклад, можна виділити дослідження спектра стійкості особистості в межах окреслення кризових та нестабільних елементів спектра суспільства. Тут можна вказати на розуміння С. Іванової впливу стійкості як елементу соціально значущої характеристики особистості, що дає змогу охоплювати здатність до самореалізації та саморегуляції, спроможності до розв'язання конфліктних ситуацій [3].

Явище впливу кризових елементів у межах окреслення соціалізації особистості та її становлення як елементу загальної кон'юнктури суспільного спектра ширше та тісніше пов'язують з явищем економічної спроможності суспільства як елементу забезпечення власне соціальної стабільності, а також з явищем адаптаційного механізму, де окреслення цих структурних елементів можуть забезпечити умови ефективного функціонування особистості.

Мета роботи – теоретично проаналізувати явище впливу соціуму та кризових періодів на поведінку в контексті проблематики дії девіації як загальної структури впливу на особистість через посередництво явища проблемогенного соціуму й виокремлення кризових періодів у межах існування соціальної структури. Дослідження спрямоване на розуміння цієї взаємодії та визначення ключових аспектів, які впливають на поведінку та соціалізацію особистості в різних життєвих ситуаціях та середовищах.

Результати дослідження. Явище побудови формування патерну поведінки певного індивіда в загальній кон'юнктурі структури соціального середовища пов'язане з базовим явищем структури соціалізації індивіда в суспільному середовищі як такому. Саме явище соціалізації є аспектом впливу на людину посередництвом мікро- та макросоціуму. Де останній поступово чинить більший вплив на явище формування людини, оскільки конструктивним аспектом впливу явища соціального на людину постає явище формування усталеного патерну поведінки в межах функціонування самого явища соціуму та його усталеного стандарту як такого. Основним тут є явище набуття активного соціального досвіду, яке репрезентується через як побутовий досвід комунікації, так і засвоєння цінностей у межах загальної комунікації [9].

Соціалізація в цьому контексті є ключовим механізмом, який допомагає людині засвоїти усталену норму, яку поступово дає явище, і змогу бути складником соціальної побудови. Соціалізацію в цьому контексті можна сприймати як процес взаємовпливу соціального середовища на структуру особистості, а саме індивіда [9]. Одним з головних структурних елементів

явища соціалізації є адаптація та адаптаційний механізм існування людини в межах суспільства як такого. Явище адаптаційного механізму в межах соціального плану полягає знову-таки в можливості пристосувати індивіда до усталеної норми в межах самого суспільства, що за своїм аспектом не дає змогу продукувати явище структурного формування девіації на індивідуальному й груповому рівні. Явище соціалізації усталено для можливості розвитку суспільства загалом, тому в питанні утворення явища соціалізації і його контексту впливу в межах формування та неформування девіації варто виокремити супутнє явище, яке є за своєю суттю протиставним. У цьому аспекті можна виокремити структурне протиставне явище – асоціалізації. Воно постає на засадах антигромадянського та антисуспільного спектра зв'язку впливу. У контексті протиставного аспекту соціалізації асоціалізація є чинником явища у формуванні особистості протилежних аспектів соціальної норми, тобто характерним для аспекту асоціалізації є засвоєння неприйнятної або негативної ролі соціального спектра як такого. Також для характерного явища асоціальної кон'юнктури можна виокремити явище дезадаптації соціального спектра [9]. У цьому аспекті явище дезадаптації є порушенням спектра активного пристосування (адаптації) до умови соціального середовища [9].

У межах цього явища, а саме побудови контексту сутності асоціального (соціальної дезадаптації) спектра впливу на індивіда та групу індивідів, постає спектр проявлення цього механізму в декількох варіантах. Тут можна виокремити такі прояви: а) індивідуального спектра; б) суспільного спектра.

У межах першого аспекту можна виокремити аспект прояву контексту зниження розуміння соціальної норми певним індивідом, що надалі спричиняє неможливість або неправильне засвоєння усталеної соціальної норми. У цьому аспекті постає явище порушення процесу активного пристосування індивіда за наявності недостатньо розвиненого уявлення про соціальний спектр та відображення себе [9]. У межах побудови як процесу цей індивідуальний прояв супроводжується явищем

розмиванням індивідуальності, незадоволення особистого стану в межах певного прошарку соціуму (довкілля, групи) [9].

У межах суспільного явища тут необхідно виокремити явище побудови соціального спектра як прояву його структурного впливу на індивіда. Для прояву суспільного явища постає проблематика спектра динамічного явища, а саме явища кризових моментів, які впливають на суспільство загалом. У цьому аспекті такі кризові моменти можна окреслити як прояв спектра критичного періоду та переходу, насамперед явище соціального переходу як таке [8]. Як явище критичного спектра для соціального можна виокремити насамперед вияв економічного виокремлення. Оскільки явище вищого порядку економічного спектра певного суспільства дає змогу створити прошарок впливу на загальний спектр підтримки усталеної норми, у цьому спектрі вагомим є явище можливості суспільства утримувати економічний добробут і бути спроможним подолати явище суспільної кризи. Оскільки явище порушення економічного добробуту веде до проблематики й наростання спектра явища прояву асоціального напрямку як такого, у цьому спектрі характерною є побудова можливості врегулювання цього контексту проблематики [8; 9].

У межах окреслення спектра суспільного явища ширшим є питання виокремлення стабільності / нестабільності певного соціального середовища [8]. У межах окреслення контексту соціальної стабільності створення умов для превалювання цього спектра існування передбачає виокремлення явища належного формування соціальних інститутів, що дає змогу залучати виокремлення механізму адаптованості та його здатність до динамічності [4]. У цьому розумінні явище протилежності нестабільності забезпечує належне відтворення прояву девіантної поведінки, яке поступово характеризується порушенням соціальної стабільності. Де поступово превалює різке розхитування усталеної або попередньої моделі усталеної соціальної норми суспільного середовища, що передбачає постановлення її повної заміни [8; 9].

Прямий вплив соціального середовища та прямий елемент відсутності кризових елементів спрямовується на явище

переважно сталого процесу соціалізації. Оскільки явище елементу відсутності різкого спаду в соціальній структурі через економічні та інші чинники дає змогу усталеній моделі суспільного спектра утримувати явище позитивного підкріплення та превалювання усталеної соціальної моделі норми для конкретного індивіда, у межах явища позитивного підкріплення можна окреслити структуру таких елементів, як можливості та досягнення високих показників соціального й економічного показника, збереження структури, що існує в межах моделі соціальних відносин, де характерне переважання групової ідентичності, що переважно зумовлено економічним чинником соціального елементу [8]. У цьому аспекті явища також можна виокремити проблематику повстання й негативного спектра. У межах негативного спектра можна виокремити постановлення експлуатації потенційного ресурсу, оскільки переважна потреба ресурсу в цьому контексті йде на окреслення явища утримання соціальної норми та її підкріплення [8]. Переважною проблемою в цьому розумінні є проблематика ширшого апелювання виключно на соціальний загал, що не завжди дає змогу репрезентувати потенціал окремої особистості, що може призвести до прогресії в межах усталеної норми, а також переважає явище залишку на вже наявній нормі [8].

Також вагомою у питанні впливу соціального середовища є різниця між суспільством, яке не переживає кризову ситуацію, та тим середовищем, що міститься в суспільно-кризовій ситуації. У межах окреслення нестабільності певного суспільства на перший план виходить явище переваги апелювання на розподіл груп і реорганізації власне групи [4]. З позитивного контексту в межах кризового періоду в певному суспільстві постає явище залучення ширшого спектра, який може вплинути на розв'язання проблематики в межах суспільства, один із чинників тут – окреслення зміни певних структур у теперішній ланці соціальної норми [8]. Тобто позитивним моментом тут насамперед є явище залучення до розширення залученості та альтернативи думки, яке керується метою розв'язання кризової ситуації як такої. Але головною тут є проблематика негативного

прояву, оскільки немає змоги підтримувати постійно стабільний рівень життя, який дасть змогу усталеній соціальній нормі превалювати абсолютно. У межах окреслення проблеми негативного прояву суспільства в кризовий період повстає явище тиражування конфліктної поведінки, а також проблематика різкої адаптації до нових умов і нової норми [8]. Також може виникати проблема на індивідуальному рівні, яка насамперед пов'язується з реалізацією потенціалу особистості [8]. Власне на тлі існування в межах нестабільного суспільства виникає та розвивається явище соціальної напруженості, де характерною є втрата особистістю соціальної опірності й максималізація негативу [9].

Тому в межах існування кризових періодів суспільства повстає проблематика утримання належної соціалізації. Оскільки в превалюванні явища кризового моменту для людини характерним є явище адапційного механізму, що є в цьому процесі менш вагомим загалом, оскільки на тлі кризового аспекту виникає проблематика її розв'язання, що знову веде до поступового розмежовування груп. Проблема розмежовування цих груп спричиняє явище відокремлення різних патернів поведінки, що розширює структуру асоціалізації та асоціальної поведінки.

Поступово в межах становлення соціалізації людини в кризовому суспільстві може виникати проблема структури опанування й засвоєння відповідної ролі в соціальних ситуаціях [9; 8]. Тобто актуалізується питання дезадаптації, де відбувається конфліктна ситуація вже в межах одиниці соціального середовища відповідно до його нових вимог. Характерним тут може бути проблема статусу й намагання конкретного індивіда [9]. На тлі такої проблеми постає розмежування на більш дрібні групи, у яких у людини є змога відповідати ресурсному очікуванню, де вона зможе проявити свої якості [9]. Також однією з проблем у межах напряму соціалізації індивіда є виокремлення актуальності в кризовому середовищі явища відставання в соціалізації [9].

На тлі кризового аспекту повстає прояв привласнення чинних і необхідних норм та взірців поведінки для існування в суспільстві, але проблема постає в тому контексті,

що цей процес відбувається несвоєчасно. Проблематика цього наслідку кризового аспекту для індивіда й для суспільства загалом виникає в напрямі того, що воно може поступово привести людину до опанування негативної норми [9].

Характерною в межах кризового суспільства є проблема інтеграції, оскільки один з аспектів – проблема інтеграція особистості в нових умовах у загальну діяльність [9]. У межах власне прояву нових вимог та її різноманітності в контексті суспільства виникає проблема відповідності усталеної норми та нових вимог і репрезентації власного конструкта, який може бути виявлений соціальними проблемами. У цьому контексті актуальною є проблема негативної соціалізації [9].

Характерним є окреслення того, що людина починає інтегруватися в межах чинного суспільства, але при цьому виникає той аспект, що макросоціум також поступово починають репрезентувати інститути направленості десоціалізації. Оскільки вони тут можуть виступати як неформальні групи асоціального направлення [9]. Виникає явище інтеграції людини, яка формально й починає відтворювати відносини свого оточення, де характерною є мета активізації видимості індивіда як просоціального члена суспільства [9].

Актуальним у кризовому суспільстві є чинник супроводу соціалізації з явищем асоціалізації. Виникає сутність того, що вона відбувається як реакція (найчастіше негативна) на зміну соціальних умов [9]. Поступово повстає явище зниження явища впливу мікросоціуму [9].

Головним фактором тут залишається явище спроможності соціального середовища й суспільства загалом забезпечити змогу вийти з кризового періоду, який має охоплювати два напрями – індивідуальний та груповий.

У межах цих двох факторів повстає питання щодо майбутньої ресоціалізації людей, які постраждали. У межах ресоціалізації відбувається комплексне виокремлення, яке підходить як для індивідуального, так і для групового напряму. У межах групового напряму виникає питання реструктуризації наслідку кризи та врахування впливу на соціум, який ретранслює досвід у межах загальної структури

соціальної норми, яка в майбутньому веде до нового процесу впливу як на конкретного індивіда, так і на суспільство загалом. Оскільки кризове явище змінює соціальну кон'юнктуру, а зміна цього устрою в майбутньому визначається економічним фактором, то чи виходить суспільство та особистість з кризового періоду й чи буде змога загалом мати адаптаційну спроможність суспільства та її рекреації і впливу на індивіда.

Висновки. Становлення явища соціальної норми та девіації в нинішньому аспекті можна виокремити як комплексну проблематику в межах розуміння кон'юнктури соціальної девіації як нагального процесу в межах суспільства.

Невіддільним складником існування суспільства є явище превалювання та існування через призму динамічного процесу, а саме тут можна виокремити як доміанти стан кризового та стабільного розвитку власне суспільства як такого. У межах становлення й виокремлення показників стабільного та нестабільного (кризового) суспільства можна виокремити економічне явище. Оскільки економічний показник дає змогу забезпечувати загальний стан суспільства й так окреслювати позитивне підкріплення явища соціальної норми. Тут окремо повстає явище соціальної норми як одного зі складників існування людини та одного з конструктів адаптаційного механізму індивіда в межах певного соціального прошарку.

Соціальна норма як загальний механізм існує насамперед для того, щоб забезпечувати злагодженість дій у межах серед-

овища існування та забезпечення себе та групи ресурсом для існування. Нині можна виокремити те, що кризові стани негативно впливають на саму структуру соціальної норми, оскільки сама сутність кризового стану призводить до неможливості окреслення адаптування частини людей до нової й власне змінної структури норми. Збереження цієї норми та власне можливості підтримати усталену норму й адаптаційних механізмів людини є необхідність і можливість економічного забезпечення людини й суспільства загалом, яке дасть змогу реалізовувати себе. Також характерною проблемою тут постає й власне стагнація в межах стабільного середовища, оскільки для нього головною проблематикою залишається окреслення явища збереження вже чинній нормі, а не ширше її поступової трансформації. У таких аспектах постає проблематика існування соціалізації людини як адаптаційного механізму, оскільки тут виникає неможливість забезпечення ресурсного розподілу та підвищення конкуренції як складника.

Перспективи подальших досліджень можна окреслити в детальнішому визначенні провідної ролі економічного показника у впливі соціального середовища та дослідження ролі соціальної стабільності й нестабільності в умовах війни з метою вивчення явища стресостійкості суспільства. Також у майбутніх дослідженнях варто виокремити вплив соціальної девіації через призму врахування вікової градації в межах суспільства для відстежування зміни в межах кризових суспільств.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Богданов С., Залеська О. Психосоціальна підтримка в кризовій ситуації : методичний посібник для педагогів. Київ : Пульсари. 2018. 76 с.
2. Гарасимів Т. З. Природні та соціальні детермінанти формування девіантної поведінки людини : філософсько-правовий вимір: монографія. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2012. 420 с.
3. Іванова С. П. Психологічна стійкість особистості як фактор протидії негативним впливам. *Освіта та суспільство*. 2009. 62 с.
4. Капська А. Й. Словник-довідник для соціальних педагогів та соціальних працівників. Київ : Логос, 2000. 260 с.
5. Коротков П. В. Профілактика та корекція девіантної поведінки молоді у діяльності соціальних служб. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Психологічні науки*. 2013. Вип. 114. С. 98–102.
6. Максимова Н. Ю. Психологія девіантної поведінки : навч. посібник рек. МОН. Київ : Либідь, 2011. 520 с.

УДК 316.77:305]: 34-047.37

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.3.22>

ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СФЕРІ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В КУРСАНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ПРАВООХОРОННА ДІЯЛЬНІСТЬ» ТА СПОСОБИ ЇЇ ПІДВИЩЕННЯ

Цумарева Наталя Вікторівна,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін

факультету № 1

Донецького державного університету внутрішніх справ

<https://orcid.org/0000-0002-4005-0745>

Researcher ID: ISB-0283-2023

Статтю присвячено проблемі комунікативної компетентності майбутніх поліцейських, зокрема, досліджено гендерні особливості прояву комунікативної компетентності в курсантів спеціальності «Правоохоронна діяльність» та окреслено способи підвищення рівня їх комунікативної комунікації в навчально-виховному процесі.

У статті комунікативна компетентність поліцейських розуміється не тільки як необхідний рівень сформованості досвіду, умінь і навичок міжособистісної взаємодії в процесі професійної діяльності, а і як особистісна якість, яка дає змогу не тільки встановлювати контакти, долати бар'єри в спілкуванні, а й впливати на співрозмовника, запобігати конфліктам. Установлено, що комунікативна компетентність є важливим складником професійної діяльності працівника поліції у сфері гендерної рівності.

За результатами емпіричного дослідження виявлено, що найбільш характерним гендерним типом курсантів є маскулінний, на другому місці – фемінний і менш виражений – андрогінний типи особистості. Виявлено кореляцію між проявом комунікативних здібностей та гендерним типом: рівень комунікативних здібностей у представників фемінної групи курсантів є вищим, ніж у маскулінній та андрогінній групах. Установлено, що в курсантів більш виражені такі комунікативні якості, як прагнення до домінування, владність, самовпевненість, упертість та конфліктність. Ці якості не сприяють ефективній комунікації у сфері гендерної рівності й можуть бути детермінованими не тільки максималістичними особливостями юнацького віку, а й складним і напруженим навчально-виховним процесом у закладі вищої освіти зі специфічними умовами навчання, хронічним стресом в умовах війни.

Підвищення рівня комунікативної компетентності у сфері гендерної рівності в курсантів може бути реалізоване через проведення психоедукаційної та навчальної роботи, демонстрації виявів комунікативної толерантності курсовими офіцерами та викладачами, профілактику виникнення гендерної дискримінації та запобігання випадкам гендерно зумовленого насильства в навчально-виховному середовищі, опанування навичок гендерно чутливих комунікацій та сприяння розвитку гендерно чутливої культури.

Ключові слова: комунікативна компетентність, комунікативні якості, поліцейські, гендерна рівність, гендерні особливості комунікації, комунікативне реагування у сфері гендерної рівності, гендерно чутливі комунікації.

Tsumarieva Natalia. Study of communicative competence in gender equality among cadets majoring in specialty "Law enforcement" and ways to improve it

The article is devoted to the problem of communicative competence of future police officers, in particular, the gender peculiarities of communicative competence in cadets majoring in Law Enforcement are investigated and ways to improve their communication skills in the educational process are outlined.

In the article, the communicative competence of police officers is understood not only as a necessary level of experience, skills and abilities of interpersonal interaction in the performance of professional activities, but also as a personal quality that allows not only to establish contacts, overcome barriers to communication, but also to influence the interlocutor, prevent conflicts. It has been established that communication competence is an important component of a police officer's professional activity in the field of gender equality.

The empirical research has revealed that the most characteristic gender type of cadets is masculine, followed by feminine and less pronounced androgynous personality types. A correlation between the manifestation of communication skills and gender type was found: the level of communication skills of the representatives of the feminine group of cadets is higher than that of the representatives of the masculine and androgynous groups. It has been found that cadets have more pronounced communication qualities such as: desire for dominance, power, self-confidence, stubbornness and conflict. These qualities are not conducive to effective communication in the field of gender equality and may be determined not only by the maximalist characteristics of adolescence, but also by the complex, intense educational process in a higher education institution with specific learning conditions, chronic stress in war.

Increasing the level of communicative competence in the field of gender equality among cadets can be realized through psychoeducational and educational work, demonstration of manifestations of communicative tolerance by course officers and teachers, prevention of gender discrimination and prevention of gender-based violence in the educational environment, mastering gender-sensitive communication skills and promoting the development of a gender-sensitive culture.

Key words: *communicative competence, communicative qualities, police officers, gender equality, gender peculiarities of communication, communicative response in the field of gender equality, gender sensitive communications.*

Постановка проблеми. Забезпечення умов гендерної рівності у сфері комунікації лежить у площині гарантії прав людини та об'єктивно можливе за умов існування механізму системи нормативно-правових актів, які справді функціонують. В Україні ухвалено різні за змістом нормативні документи, які встановлюють і регулюють рівність між чоловіками та жінками.

Українське законодавство регулює завдання системи державних інституцій у сфері гендерної рівності, а інститути громадянського суспільства беруть на себе відповідні завдання на громадських засадах. Проте О. Волобуєва, А. В'яткіна, С. Ганаба, І. Грицай [1; 2] відмічають той факт, що в нашій державі поки не має ефективних комплексних і цілісних механізмів забезпечення принципу гендерної рівності. Про необхідність практичної конструкції такого механізму свідчить недостатність науково-практичних розвідок у царині формування компетентності поліцейського у сфері гендерної рівності.

Аналіз комунікативної компетентності, її складників, особливостей розвитку та формування в поліцейських здійснили такі науковці, як В. Андросюк, Є. Бахчеван, Т. Крашеніннікова, Ю. Михайлова, О. Ніколаєв, О. Новікова, С. Оніщук, К. Ріпка, О. Скрябін, О. Ульянов, Т. Цільмак, А. Шнайдер, М. Якимчук. Проте тематика комунікативної компетентності, гендерних особливостей її прояву в курсантів є недостатньо розробленою в наукових колах, особливо у сфері гендерної рівності.

Саме тому нам видається актуальною темою дослідження гендерних особливостей впливу комунікативної компетентності в курсантів спеціальності «Правоохоронна діяльність». Адже найкращим часом для розвитку комунікативних якостей у сфері гендерної рівності, а особливо толерантності, є період навчання курсантів у навчальних закладах, оскільки саме тоді формується світогляд і закладається основа системи цінностей, яка надалі визначає поведінку поліцейського [3, с. 359].

Мета роботи – проаналізувати психологічну проблему комунікативної компетентності у сфері гендерної рівності в курсантів та окреслення способів її підвищення.

Результати дослідження. Важливою умовою успішного професійного становлення майбутніх фахівців правоохоронної діяльності є формування комунікативної компетентності, адже зазначена сфера професійної діяльності передбачає ідентифікацію комунікації як професійно значущого феномена, конкретні параметри якого визначають ефективність не лише професійної діяльності, а й самореалізації, профілактики професійного вигорання, створення позитивного іміджу поліції серед українського населення.

За визначенням Т. Крашеніннікової, під комунікативною компетентністю слід розуміти спроможність установлювати й підтримувати необхідні контакти з іншими людьми, яка передбачає вміння розширю-

вати (або звужувати) коло спілкування, розуміти партнера зі спілкування, прогнозувати наслідки різноманітних комунікативних ситуацій [4, с. 11].

К. Ріпка зазначає, що комунікативна компетентність розуміється як необхідний рівень сформованості досвіду, умінь і навичок міжособистісної взаємодії для успішного функціонування в суспільстві з урахуванням власних здібностей і соціального статусу [5, с. 414].

Комунікативна компетенція передбачає мовний, культурний, прагматичний, предметний і соціокультурний складники й розглядається як сукупність знань та умінь у спілкуванні в різноманітних ситуаціях із різними комунікантами; інтеракція загалом, що містить низку комунікативних стратегій разом із володінням комунікативними правилами.

Нерозв'язані гендерні проблеми українського суспільства ускладнюються ще й війною, яка триває на теренах України, а також тривалою тимчасовою окупацією деяких областей. Міністерством Мінсоцполітики фіксується збільшення кількості гендерно зумовленого та сексуального насильства, пов'язаного зі збройним конфліктом.

Гібридна агресія Російської Федерації сприяє активному використанню та популяризації гендерних стереотипів з метою маргіналізації прав людини, радикалізації суспільства з використанням тематики гендерної рівності, створення перешкод для участі жінок у соціальному та політичному житті, зокрема, в секторі безпеки і оборони. У контексті гібридної агресії використовується хибна маніпуляція, що гендерна рівність становить загрозу традиційним українським цінностям [6].

Комунікативна компетентність є важливим складником професійної діяльності працівника поліції у сфері гендерної рівності, оскільки ця професійна якість сприяє не тільки дотриманню рівних прав і свобод, а й руйнуванню особистих установок, упереджень та стереотипів, адже поліцейський у відносинах з громадянами має дотримуватися деонтологічних норм, не допускати нелюдського або такого, що принижує гідність, поведження чи покарання, протидіяти виникненню гендерно зумовленого насильства [7].

Категорія провідних комунікативних якостей правоохоронних професій охоплює низку таких складників, як готовність до спілкування з людьми, здатність до нейтралізації конфліктних ситуацій, володіння вербальними та невербальними засобами спілкування, високий рівень розвитку емоційного інтелекту, логічне та чітке мовлення, толерантність, ввічливість, почуття гумору та інші якості, пов'язані з явищем комунікативної компетентності як інтегральною рисою особистості [8].

Для проведення дослідження гендерних особливостей прояву комунікативної компетентності в курсантів спеціальності «Правоохоронна діяльність» ми склали програму емпіричного дослідження. Її реалізовано такими етапами:

1. Визначення строків проведення, мети, предмета дослідження, висунення гіпотези дослідження, добір комплексу взаємопов'язаних психодіагностичних методик, формування вибірки досліджуваних.

2. Здійснення емпіричного дослідження гендерних особливостей прояву комунікативної компетентності майбутніх поліцейських.

3. Кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

4. Узагальнення результатів дослідження, інтерпретація отриманих даних, формулювання загальних висновків, прогнозів та перспектив подальших досліджень.

На першому етапі дослідження ми провели підготовчу роботу. Емпіричне дослідження гендерних особливостей прояву комунікативної компетентності проводилося протягом вересня 2023 року. Перед початком дослідження кожному учаснику повідомлено його мету – дослідження гендерних особливостей прояву комунікативної компетентності.

Проведення емпіричного дослідження ґрунтувалося на дотриманні принципів Етичного кодексу психолога, зокрема, забезпечено принцип конфіденційності, що передбачав не розголошення відомостей, отриманих у процесі дослідження, а лише представлення їх в узагальненому вигляді, використання надійного та валідного психодіагностичного інструментарію, дотримано принципу системності та науковості, що полягав у збиранні та науковому обґрунтуванні отриманих результатів

дослідження та відповідальності діагноста за результати дослідження.

Предметом дослідження стали гендерні особливості вияву комунікативної компетентності майбутніх поліцейських.

Гіпотезою дослідження було припущення того, що гендерні особливості курсантів зумовлюють рівень комунікативної компетентності, зокрема, особам фемінного типу властивий вищий рівень комунікативної компетентності, ніж особам маскулінного та андрогінного типів.

Для отримання достовірних результатів ми використали комплекс взаємодоповнювальних методик, які відповідали віку та меті дослідження. Специфіка комплексу психодіагностичних методик (Шкала маскулінності-фемінності (FPI), Методика «Макулінність-фемінність» С. Бем, Методика виявлення комунікативних та організаторських схильностей Б. О. Федоришина, Методика «Поведінкові ознаки комунікативної толерантності» та Тест комунікативних вмій Л. Міхельсона (адаптація Ю. З. Гільбуха) дала змогу проводити дослідження в груповій формі, що значно скоротило час на його проведення.

Для виявлення гендерних особливостей прояву комунікативної компетентності в курсантів спеціальності «Правоохоронна діяльність» ми провели емпіричне дослідження на базі Донецького державного університету внутрішніх справ м. Кропивницького. Вибірка досліджуваних формувалася шляхом добровільної згоди на участь у психодіагностиці здобувачів вищої освіти факультету № 1 третього курсу і становила 100 осіб (50 курсантів

та 50 курсанток віком 19–21 років). Емпіричне дослідження проводилося у вільний час при денному освітленні в навчальних аудиторіях. Перед початком випробувань дослідник представляв інструкцію і приступав до проведення опитування лише за умови розуміння її всіма учасниками.

Кількісний та якісний аналіз отриманих результатів дав нам змогу виявити гендерні особливості прояву комунікативної компетентності в курсантів спеціальності «Правоохоронна діяльність».

Шкалу маскулінності-фемінності, що входить до складу Фрайбурзького багатфакторного особистісного опитувальника Й. Фаренберга, Х. Зелга та Р. Гампела, ми використали з метою визначення гендерних особливостей курсантів. Кількісний аналіз за цієї методикою представлено на рисунку 1.

Так, із даних рисунка 1 ми бачимо, що 14% досліджуваних мають андрогінний тип, 34% – фемінний і 52% – маскулінний. Це означає, що меншість респондентів, у яких діагностовано наявність андрогінного типу, мають поєднання жіночого емоційно-експресивного стилю із чоловічим інструментальним стилем діяльності. Цій категорії осіб притаманний високий ступінь адаптивності до складних життєвих обставин. Вони виявляють гнучкість та високий рівень готовності в екстремальних умовах, якими є професійна діяльність поліцейського. Для представників фемінного типу характерне домінування в структурі особистості орієнтації психічної активності на міжособистісні стосунки, готовність до самопожертви та допомоги в будь-який час, альтруїзм, довірливість, толерантність, сором'язливість, ніжність, м'якість. Досліджуваним з маскулінним типом притаманне суттєве вираження властності, впевненості в собі, наполегливості в розв'язанні конфліктних питань, схильності дотримуватися власної точки зору та ризикований тип поведінки.

Аналізуючи результати, отримані за методикою «Маскулінність-фемінність» С. Бема, необхідно відмітити, що ми отримали схожі результати. Кількісний аналіз показників представлено на рисунку 2.

Можна констатувати, що андрогінний тип ми виявили в 16 % респондентів, фемінний – у 16% та маскулінний тип – у 48%

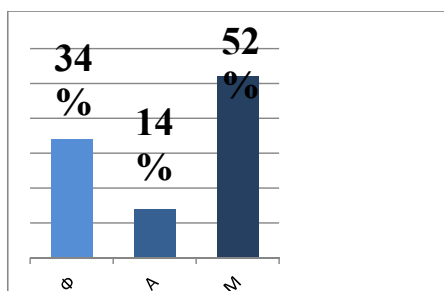


Рис. 1. Розподіл досліджуваних за гендерним типом (у %) за Шкалою маскулінності-фемінності опитувальника FPI

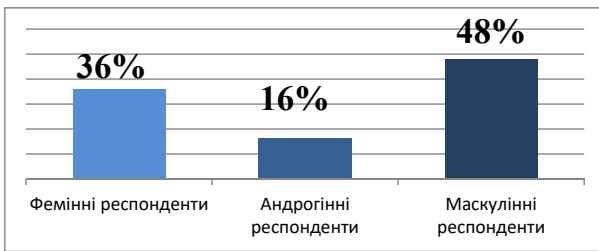


Рис. 2. Розподіл досліджуваних за гендерним типом (у %) за методикою «Макулінність-фемінність» С. Бема

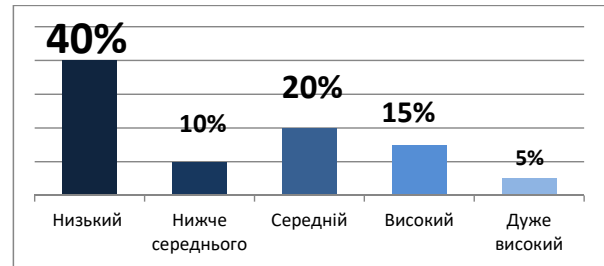


Рис. 3. Показники розвитку комунікативних схильностей за результатами методики Б. О. Федоришина в досліджуваних I (маскулінної) групи

курсантів. Отримані результати корелюються з показниками попередньої методики, ми спостерігаємо незначну розбіжність, що свідчить про достовірність отриманих даних.

На основі розрахунку середнього арифметичного за методиками FPI та Бема ми виявили, що наших досліджуваних можна об'єднати в три групи: I група – 50 осіб мають маскулінний тип, II група, до якої входять 35 осіб, – фемінний та III група, яка налічує 15 осіб, характеризується андрогінним типом. Тому подальшу оцінку результатів нашого дослідження за трьома психодіагностичними методиками ми здійснювали на основі порівняння показників серед досліджуваних цих трьох груп.

Так, за методикою виявлення комунікативних та організаторських схильностей Б. О. Федоришина (див. рисунок 3) ми виявили, що більшість респондентів маскулінної групи (40%) мають низький тип комунікативних схильностей, 20% – середній, 15% – високий, 10% – нижче середнього та лише 5% – високий.

Кількісні показники комунікативних схильностей II (фемінної) групи представлено на рисунку 4.

З рисунку 4 ми бачимо, що 35% досліджуваних другої групи мають високий рівень розвитку комунікативних схильностей, 20% – дуже високий ступінь розвитку вищезазначеної характеристики, 17% – показник нижче середнього, 15% – середній та 13% фемінної групи мають низький рівень.

Щодо особливостей прояву комунікативних здібностей III (андрогінної) групи, слід зазначити, що їх рівень є нижчим, ніж у представників фемінної групи (рис. 5).

Так, з рисунку 5 ми можемо констатувати, що 35% респондентів мають середній рівень розвитку комунікативних схильностей, 27% – рівень нижче середнього, 16% – низький, 12% – високий та 10% – дуже високий рівень зазначеної якості.

Отже, узагальнюючи отримані результати за методикою Б. О. Федоришина, можна зробити висновок, що серед досліджуваних з фемінним типом виявлено

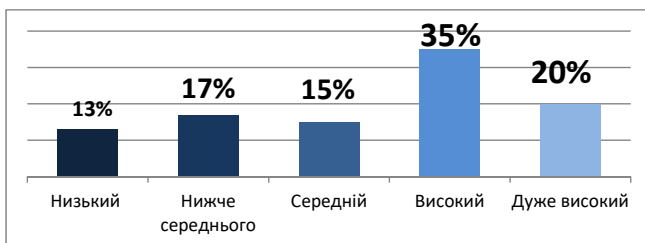


Рис. 4. Показники розвитку комунікативних схильностей за результатами методики Б. О. Федоришина у досліджуваних II (фемінної) групи

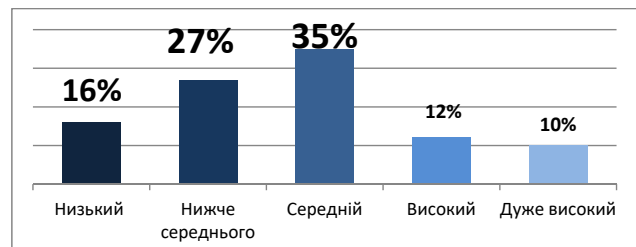


Рис. 5. Показники розвитку комунікативних схильностей за результатами методики Б. О. Федоришина в досліджуваних III (андрогінної) групи

найбільшу частку осіб з високими показниками комунікативних схильностей, на відміну від фемінної та андрогінної груп.

Взаємодіючи з навколишніми людьми, більшість курсантів недостатньо точно розуміють окремі невербальні сигнали, доволі поверхово оцінюють ситуацію спілкування, їм складно спрогнозувати поведінку співрозмовника, що вказує на низький рівень розвитку емоційного інтелекту.

Проведена нами психодіагностична методика «Поведінкові ознаки комунікативної толерантності» В. В. Бойка дала змогу здійснити більш глибокий аналіз гендерних особливостей прояву комунікативної компетентності майбутніх фахівців правоохоронної сфери.

Кількісний аналіз отриманих результатів у I групи представлено на рисунку 6.

Отже, з рис. 6 ми бачимо, що серед учасників I групи середній рівень комунікативної толерантності притаманний 55,5% досліджуваним, високий – 35% та дуже високий – 10%.

Результати проведеного аналізу комунікативної толерантності в II (фемінної) групи наведено на рис. 7.

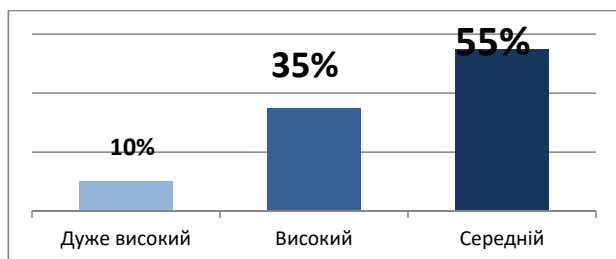


Рис. 6. Показники комунікативної толерантності за результатами методики В. В. Бойка в досліджуваних I (маскулінної) групи

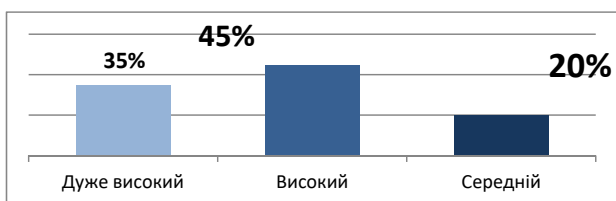


Рис. 7. Показники комунікативної толерантності за результатами методики В. В. Бойка в досліджуваних II (фемінної) групи

Узагальнивши дані рис. 7, можна сказати, що більшість представників фемінної групи (45%) мають високий рівень комунікативної толерантності, 35% – дуже високий і 20% – середній.

Кількісні показники за методикою В. В. Бойка, отримані нами в III групі, відображено на рисунку 8.

Рисунок 8 демонструє, що серед учасників III підгрупи середній рівень комунікативної толерантності притаманний 50% осіб, високий рівень – 30% учасникам дослідження, дуже високий – 20% досліджуваним.

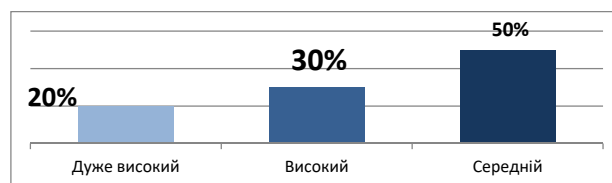


Рис. 8. Показники комунікативної толерантності за результатами методики В. В. Бойка в досліджуваних III (андрогінної) групи

Отже, за результатами, отриманими нами за методикою В. В. Бойка, можна зробити висновок, що серед досліджуваних з фемінним гендерним типом виявлено найбільшу частку осіб з високими показниками комунікативної толерантності. Також ця група опитаних продемонструвала найбільшу схильність до прояву різних видів комунікативної толерантності, ніж маскулінні та андрогінні групи досліджуваних.

Наступною ми застосували методику визначення комунікативних умінь Л. Міхельсона (адаптація Ю. З. Гільбуха), яка дала змогу проаналізувати гендерні відмінності у вияві комунікативного потенціалу майбутніми фахівцями у сфері гендерної рівності.

Кількісний аналіз I групи наведено на рис. 9.

Особливості комунікативних вмінь у сфері гендерної рівності представників II групи наведено на рис. 10.

З рис. 11 ми можемо констатувати, що представники андрогінної групи виявили майже однакові показники компетентного та неконструктивного комунікативного реагування у сфері гендерної рівності.

Можна зазначити, що загалом майбутні працівники поліції не володіють достатньою гнучкістю в міжособистісному спілкуванні, умінням взаємодіяти з різними людьми, пристосовуватися до мінливих обставин з представниками різних соціальних груп. Курсанти виявили значно вищі показники агресивної позиції в спілкуванні, ніж ми очікували.

Аналіз результатів дослідження.

Узагальнюючи отримані результати дослідження за всіма застосованими нами психодіагностичними методиками, можна зробити висновок про те, що майбутні фахівці-поліцейські з фемінним типом продемонстрували вищий рівень комунікативної компетентності у сфері гендерної рівності, аніж маскулінні та андрогінні курсанти. Гіпотезу, висунуту нами на початку нашого емпіричного дослідження, можна вважати доведеною: і справді, гендерні особливості курсантів зумовлюють рівень комунікативної компетентності, зокрема, особам фемінного типу властивий вищий рівень комунікативної компетентності, ніж особам маскуліного й андрогінного типів. З цього випливає висновок про необхідність здійснення цілеспрямованого навчально-виховного впливу на здобувачів та здобувачок у галузі здобуття вищої освіти за спеціальністю «Правоохоронна діяльність» задля подальшого розвитку комунікативного потенціалу цієї категорії респондентів у сфері гендерної рівності.

За результатами дослідження ми дійшли висновку, що комунікативна компетентність курсантів-поліцейських у сфері гендерної рівності перебуває на етапі становлення та потребує подальшого підвищення рівня. Основними способами формування комунікативної компетенції курсантів-поліцейських у сфері гендерної рівності в період навчання в закладах вищої освіти, на нашу думку, є:

1. Забезпечення рівних прав і можливостей здобувачів та здобувачок у сфері навчання.

2. Врахування гендерних підходів у системі підготовки ЗВО.

3. Уміщення гендерної тематики в програми навчальних дисциплін гуманітарного спрямування.

4. Розвиток уміння застосовувати положення міжнародного та національного



Рис. 9. Показники домінувального типу комунікативного реагування у сфері гендерної рівності за методикою Л. Міхельсона в досліджуваних I (маскулінної) групи

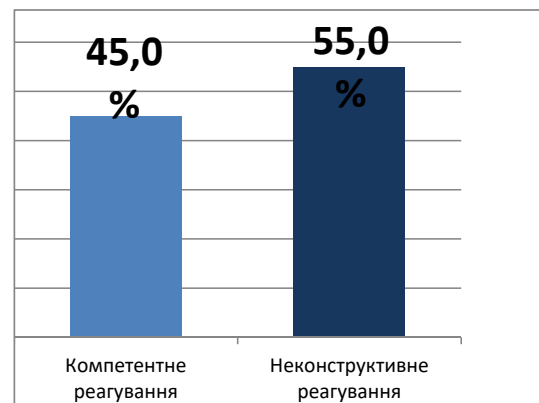


Рис. 10. Показники домінувального типу комунікативного реагування у сфері гендерної рівності за методикою Л. Міхельсона в досліджуваних II (фемінної) групи



Рис. 11. Показники домінувального типу комунікативного реагування у сфері гендерної рівності за методикою Л. Міхельсона в досліджуваних III (андрогінної) групи

законодавства з утвердження гендерної рівності в поліцейській діяльності.

5. Дотримання політики рівності щодо оцінювання навчальних досягнень та заохочень як показник ефективності виконуваних завдань незалежно від статі.

6. Розвиток навичок визначення гендерних стереотипів та розвінчування їх у процесі виконання професійних обов'язків поліцейського.

7. Підвищення рівня гендерної обізнаності.

8. Розвиток навичок розв'язання гендерних конфліктів.

9. Забезпечення формування необхідного рівня гендерної обізнаності та компетенції.

10. Своєчасне реагування на випадки інтолерантної гендерної комунікації серед курсантів.

11. Формування гендерної чутливості на стратегічному, оперативному та тактичному рівнях.

12. Опанування системи знань, умінь та навичок у галузі визначення виявів гендерно зумовленого насильства, адекватного реагування та протидії.

13. Вияв комунікативної компетентності при наданні допомоги особам, постраждалим від дискримінації, відповідно до професійних обов'язків працівника поліції.

14. Участь курсантів у заходах щодо обміну досвідом з гендерних питань, у навчальних семінарах, конференціях, зустрічах, нарадах, круглих столах, дискусіях тощо.

15. Розробка та впровадження низки соціально-психологічних тренінгів, спря-

мованих на підвищення рівня комунікативної компетентності майбутніх поліцейських у сфері гендерної рівності.

16. Самовиховання неприйнятності ставлення до сексизму, гендерно зумовленого насильства та гендерної дискримінації.

17. Самоусвідомлення власної відповідальності за утвердження гендерної рівності в суспільстві.

18. Розвиток готовності підтримати колег / колежанок, які постраждали від гендерно зумовленого насильства чи гендерної дискримінації.

19. Дотримання норм гендерно орієнтованої етики в комунікації.

20. Формування мотивації до рівноправної участі чоловіків і жінок у суспільному та професійному житті та реалізація власних гендерних прав і свобод.

Висновки. Отже, за результатами проведеного дослідження виявлено, що комунікативна компетентність у сфері гендерної рівності є важливим складником професійної діяльності поліцейських та показником високого рівня професійного вдосконалення майбутнього поліцейського. Виявлені показники сформованості комунікативної компетентності курсантів у сфері гендерної рівності свідчать про необхідність їх подальшого розвитку.

З огляду на це, перспективи подальших розвідок у контексті досліджуваної проблеми полягають у ґрунтовному вивченні питання конкретних прийомів навчально-виховного впливу задля подальшого розвитку комунікативного потенціалу цієї категорії респондентів у сфері гендерної рівності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Методичні рекомендації з інтеграції гендерних підходів у систему підготовки фахівців для сектору безпеки і оборони України / О. Волобуєва, А. В'яткіна, С. Ганаба та ін. Київ : ФОП Клименко Ю. Я., 2021. 292 с.
2. Грицай І. О. Механізм забезпечення принципу гендерної рівності: теорія та практика: монографія. Київ : Хай-Тек Прес, 2018. 560 с.
3. Цумарева Н. В. Толерантність в діяльності поліцейських як основа професійної культури. *The XX International Scientific and Practical Conference «Ways of distance learning development in current conditions»*, May 22–24, 2023. Munich, Germany. 432 p. P. 359–361.
4. Крашеннікова Т. В. Комунікативна компетенція працівника Національної поліції : Навчальний посібник. Дніпро : Адверта, 2017. 107 с.
5. Ріпка К. С. Дослідження комунікативної компетентності представників професії поліцейського. *Підготовка правоохоронців в системі МВС України в умовах воєнного стану* : зб. наук. пр. (м. Харків, 26 трав. 2022 р.). Харків : ХНУВС, 2022. С. 414–416.

6. Концепція комунікації у сфері гендерної рівності : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 16 вересня 2020 р. № 1128-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1128-2020-%D1%80#Text> (дата звернення: 28.09.2023).

7. Про затвердження правил етичної поведінки поліцейських : Наказ МВС України від 09.11.2016 № 1179. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1576-16#Text> (дата звернення: 28.09.2023).

8. Якимчук М. Ю., Шнайдер А. О. Комунікативна компетентність як складова професійної діяльності працівника поліції. *Часопис Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Право», 2020. № 2 (22). URL: <https://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20umydp.pdf> (дата звернення: 28.09.2023).

REFERENCES:

1. O. Volobuieva, A. V'iatkina, S. Hanaba (Eds.) (2021). *Metodychni rekomendatsii z intehratsii gendernykh pidkhodiv u systemu pidhotovky fakhivtsiv dlia sektoru bezpeky i oborony Ukrain [Methodological Recommendations for Integrating Gender Approaches into Security and Defense Specialist Training in Ukraine]*. Kyiv : FOP Klymenko Yu. Ya., 292 p. [in Ukrainian].

2. Hrytsai, I. O. (2018). *Mekhanizm zabezpechennia pryntsyphu hendernoї rivnosti: teoriia ta praktyka [Mechanisms for Ensuring Gender Equality: Theory and Practice]*. Kyiv : Khai-Tek Pres, 560 p. [in Ukrainian].

3. Tsumarieva, N.V. (2023) Tolerantnist v diialnosti politseiskykh yak osnova profesiinoi kul'tury [Tolerance in Police Activities as a Basis of Professional Culture]. The XX International Scientific and Practical Conference «Ways of distance learning development in current conditions», May 22–24, Munich, Germany. 432 p. P. 359–361. [in Ukrainian].

4. Krashennikova, T.V. (2017). *Komunikatyvna kompetentsiia pratsivnyka Natsionalnoi politzii [Communication Competence of National Police Officer]* Dnipro : Adverta 107 p. [in Ukrainian].

5. Ripka, K. S. (2022). *Doslidzhennia komunikatyvnoi kompetentnosti predstavnykiv profesii politseiskoho. Pidhotovka pravookhorontsiv v systemi MVS Ukrainy v umovakh voiennoho stanu [Study of Communication Competence Among Police Professionals]*. Kharkiv : KhNUVS, 414–416 p. [in Ukrainian].

6. Cabinet of Ministers of Ukraine(2020, September 16) Rozporiadzhennia «Kontseptsiia komunikatsii u sferi hendernoї rivnosti № 1128» [Communication Concept on Gender Equality: Cabinet of Ministers of Ukraine Order]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1128-2020-%D1%80> [in Ukrainian].

7. Ministry of Internal Forces (2016, November 9) Nakaz Pro zatverdzhennia pravyl etychnoi povedinky politseiskykh № 1179 [Ethical Behavior Rules for Police Officers № 1179] Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1576-16#Text> [in Ukrainian].

8. Yakymchuk, M. Yu., & Shnaider, A. O. (2020) Komunikatyvna kompetentnist yak skladova profesiinoi diialnosti pratsivnyka politzii [Communicative Competence as a Component of Police Officer Professional Activity]. *Chasopys Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia»*. Seriiia «Pravo» [Journal of NUOA. Law Series]. 2(22). Retrieved from: <https://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20umydp.pdf> [in Ukrainian].

Наукове видання

ПСИХОЛОГІЧНІ СТУДІЇ

№ 3, 2023

Коректура • Ірина Миколаївна Чудеснова

Комп'ютерна верстка • Алла Олександрівна Марєєва

Формат 60x84/8. Гарнітура Verdana.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 17,67.
Замов. № 1123/686. Наклад 300 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
65101, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1
Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.